

Cycle "Massage pour couples"

Le toucher est probablement notre sens le plus intime, celui qui est au plus près de nous-mêmes, la porte vers notre intériorité. Quoi de plus beau que de se laisser toucher par l'autre, de le toucher, de s'abandonner, de recevoir, de laisser tomber nos protections et de se mettre à nu devant l'autre pour une rencontre dans la vérité de notre Etre, au delà des mots, au-delà du faire, juste dans la Présence.



Ce cycle de cinq journées propose une série de massages à partager "donner-recevoir" à l'intérieur du couple (couple dans la vie ou couple constitué pour cette aventure).

Au cours de ces journées, nous partagerons : méditation, temps d'échange autour de la relation de couple, cercle de parole en groupe, et massage. Les massages proposés seront de plus en plus profonds et intimes.

Dans la première séance, nous explorerons différents types de toucher de manière à sentir ce qui est bon pour nous, à apprendre à le communiquer et à affiner notre ressenti. Nous plongerons dans la diversité des sensations.



Dans la deuxième séance, nous pratiquerons un massage à l'huile du corps alliant le pétrissage de zones spécifiques et de longues caresses enveloppantes. Ce message énergétique et relaxant invitera à l'abandon dans le recevoir, au lâcher prise dans la confiance.

Dans la séance suivante, nous découvrirons la position cachemirienne, une position de massage qui crée un contact très intime "donneur-receveur" et développe encore davantage l'ouverture et la rencontre à travers le massage.

Dans la quatrième séance, nous porterons une attention toute particulière à des zones du corps trop souvent niées par le poids des tabous. Dans le respect de ce qui est bon et juste pour chacun, notre toucher visera à apprivoiser et honorer les zones sacrées que sont la yoni (vulve) et le lingam (pénis).

Enfin, dans la dernière séance, nous explorerons le tandava massage. Il s'agit d'un massage complètement intuitif qui se pratique dans la continuité d'une méditation dansée. Dans ce massage, le donneur tout comme le receveur se perdent dans le toucher et se laissent emporter par le flux de la danse cosmique du tandava.