

TEMOIGNAGES RELAXATION TAOÏSTE

"Du pure bonheur"

Rudrani

*

"Une bouffée d'oxygène et d'humanité ... mieux qu'une thérapie"

Claude

*

"Depuis que je fréquente ton cours de relaxation taoïste, ma vie à vraiment changé, car j'apprends tous les jeudis à me recentrer sur moi-même, j'apprends à évacuer progressivement les vieilles douleurs occultées et enfouies au plus profond de mon âme et de mon corps ... Je suis fière de ce que je suis en train de redevenir Je suis plus en harmonie avec moi-même, je me suis revitalisée physiquement, je vais mieux dans ma vie ...

Merci pour ces moments de partages intenses et de ton humanité, ta faculté d'être à l'écoute des autres.

Merci pour tes cours qui sont des petites merveilles.

J'attends le jeudi avec impatience toutes les semaines, je ne peux plus m'en passer.

Je suis heureuse que ma route ait croisée la tienne !"

Reine-Claude

*

"J'ai pu venir que quelques séances à ton atelier de relaxation taoïste, mais je peux dire que le résultat esténorme.

J'y ai appris à ne plus garder, enfoui au plus profond de moi, ma culpabilité, mes regrets, mes souffrances, mais à les rejeter à l'extérieur pour y faire rentrer les choses positives.

J'ai appris à connaître mon corps de l'intérieur et à le laisser parler autrement que par la somatisation, la douleur.

J'ai appris à respirer tout au plus profond de moi-même, moi qui avait une respiration haute et courte, afin de ne surtout pas déranger ce que j'avais enfoui au plus profond de moi et qui me faisait mal.

J'ai appris à analyser, à réfléchir avec mon corps et non plus seulement avec mon cerveau, mécanique et froid.

J'ai appris à mieux gérer les évènements au fur et à mesure, à vivre avec, en souffrant moins.

J'ai aimé l'aspect tonique de ton cours et en même temps très doux et chaleureux.

Et puis il y a toi, une belle personne, accueillante, bienveillante, dynamique et douce, chaleureuse, à la voix mélodieuse qui explique, rassure, apaise et fait un bien fou.

C'est une grande rencontre que j'ai fait en m'inscrivant à ton cours.

MERCI pour tout ce que tu m'as fait découvrir et ce que tu m'as apporté."

Brigitte

*

"Les séances de Christiane sont pour moi des moments précieux.

Laisser aller ce qui est retenu dans le corps et dans la tête, et recharger en énergie neuve et fluide.

Sentir l'ancrage, trouver la force à l'intérieur et détendre tout le reste.

Reconnaître et laisser partir les jugements sur soi-même et sur les choses, laisser émerger l'accueil inconditionnel de soi et de ce qui est là, se reconnecter à ses ressources profondes.

Dans cet espace de conscience, il n'y a pas que la pratique énergétique et la relaxation qui ressourcent et font du bien, il y a aussi la belle présence de Christiane, sa joie et son ouverture communicatives, son intérêt et sa délicatesse envers chacun.

Une oasis sur le Chemin."

Olivier

*

"Du sur mesure ! On en a rêvé, Christiane l'a fait, toujours attentionnée, attentive à chacun, désireuse de transmettre la richesse de son expérience par ce mélange idéalement dosé de qi gong et de respiration profonde. Travail harmonieux et

indissociable du corps et de l'esprit, qui m'a fait plus évoluer en deux ans que toute pratique précédente. Chaque séance, adaptée à ses participants, se déroule dans la joie partagée et l'enrichissement réciproque. Parenthèse dont on ressort ressourcé, comme « réinitialisé », à la fois plus léger et plus dense, apaisé et plein d'énergie, prêt à reprendre le fil de sa vie mais déjà impatient de revenir dans ce lieu particulièrement inspiré."

Anne

*

"Des insatisfactions, la conscience que j'avais des ressources endormies m'ont conduit à aller vers les séances de Christiane.

J'y ai trouvé quelqu'une qui donne un cadre et crée les conditions pour que chacune et chacun entre en contact, petit à petit, avec son être au présent.

Lâcher prise vraiment avec ce qui, consciemment ou non m'encomrait, est un élément essentiel de mon parcours.

Laisser émerger le calme en moi en est le prolongement.

L'énergie pour agir avec la sérénité d'une personne connectée à son essence est la cerise que j'y cueille.

Christiane Merci"

Pierre

*