

... un autre regard sur la vie ...

DEVELOPPEMENT PERSONNEL

Thérapie psychocorporelle

Accompagnement lors de passages difficiles
Harmonie relationnelle et sexuelle

Comment trouver ma place? Quelles sont les causes de mon malaise? Comment créer des relations harmonieuses, en particulier avec mon compagnon /ma compagne? Comment créer la confiance en moi et en la vie? Comment puis-je être heureuse/heureux? Comment trouver la joie de vivre?

Ressentir. Permettre à l'énergie de vie de circuler avec fluidité dans le corps physique et les corps subtils. Prendre conscience. Se libérer de ses vieux schémas émotionnels et mentaux. Choisir de nouvelles façons d'être. Acquérir la liberté intérieure, qui s'accompagne du sentiment d'autonomie, de bien-être et de sérénité.

- accueil, écoute, introspection, enseignements
- ressenti émotionnel, respiratoire et corporel
- dissolution des blocages corporels, harmonisation énergétique
- visualisations et rêve éveillé
- aide au choix d'objectifs et à leur mise en acte

Séances individuelles
Ateliers et stages en petit groupe

... sentir la vie couler dans son corps ...

HARMONISATION ÉNERGÉTIQUE

Les séances d'**harmonisation énergétique** et de **revitalisation** ont pour fonction d'aider la personne à retrouver **sa pulsation de vie** et son intégrité physique et psychique. C'est un travail évolutif basé sur des séances de soins énergétiques accompagnés de temps de paroles. Je les présente sous plusieurs formes.

Massages biodynamiques

Toucher à la fois sensible et profond, dont le but est de libérer les blocages énergétiques inscrits dans le corps et reconnecter le courant de vie. Développe le sentiment de confiance et d'estime de soi. La personne apprend à se relaxer et à s'abandonner dans la confiance et la paix. Réunifier corps, âme et esprit.

Harmonisation énergétique

Redonner ouverture et ampleur aux corps subtils. Les libérer des empreintes des vieilles émotions et des vieilles croyances qui s'y sont inscrites. Plusieurs types d'interventions sont possibles:

- harmonisation des corps subtils et des chakras
- intervention sur le chakra du coeur
- intervention sur le chakra de la conscience
- intervention sur le canal central

Séances individuelles
Stages en petit groupe

... laisser émerger la voix dans le jeu et dans la joie ...

MA VOIX, MON CORPS ET MOI

Expression vocale et rythmique

L'intention de cet atelier est de laisser la voix se révéler dans son ampleur et dans ses différentes couleurs, et de libérer le sens rythmique, en harmonie avec le corps.

Nos expressions vocales et rythmiques sont souvent limitées par nos jugements et nos peurs. Ceux-ci s'inscrivent dans notre corps sous la forme de rigidités et de tensions.

Dynamiser le corps. Expérimenter différentes facettes de l'expression vocale et rythmique, de façon libre et spontanée. Découvrir des aspects moins connus de soi, en douceur, selon la personnalité de chacun. Prendre conscience des résonances des sons dans le corps.

Par le son et le rythme, les circuits énergétiques sont activés, les perceptions sont améliorées, le corps devient plus fluide, et l'esprit plus clair.

Séances individuelles
Stages en petit groupe

3 services combinés proposés par Alain BOUDET

Formé à la psychologie biodynamique, à l'harmonisation énergétique, à l'éducation musicale Willems, à la psychophonie M.L. Aucher, chanteur. A été physicien au CNRS

alain.boudet0@orange.fr

05 53 30 38 98 - 06 18 37 22 11

<http://www.spirit-science.fr>

SIREN 428 556 628