

**Connexion à soi, éveil au
tantra.**

C'est avec mon cœur, que je vous invite à aller explorer vos trésors intérieurs.

Je vous offre ce guide pour que vous puissiez comprendre ce que le chemin tantrique peut vous apporter et les étapes que vous rencontrerez sur votre chemin d'éveil. Je vous offre ici des outils pour que de chez vous vous mettiez en pratique des techniques pour être en connexion avec votre énergie sexuelle, pleinement conscient de la force qui vous habite et pour partager toutes ses belles énergies dans des relations épanouissantes, colorer ainsi toutes les facettes de votre vie.



S'engager vis-à-vis de soi et de sa sexualité est une excellente décision qui va impacter sur toutes les facettes de votre vie. Pour aller dans le sens de l'expansion, de l'autonomie, de la liberté et du plaisir.

« Le sexe physique vécu sans conscience n'est qu'un moyen de procréer ou de répondre à une pulsion libératrice »

« Le sexe conscient, associé à un état de méditation en pleine conscience permet d'être connecté à soi et son partenaire, il devient alors une renaissance mystique avec un accès à des expériences d'extases de transformation profonde »

« L'amour ressentit dans une telle union vibre dans tout votre corps, vous êtes l'amour »

« Cet état d'amour intérieur s'il est cultivé régulièrement grandira pour devenir pleinement votre nouvelle nature »

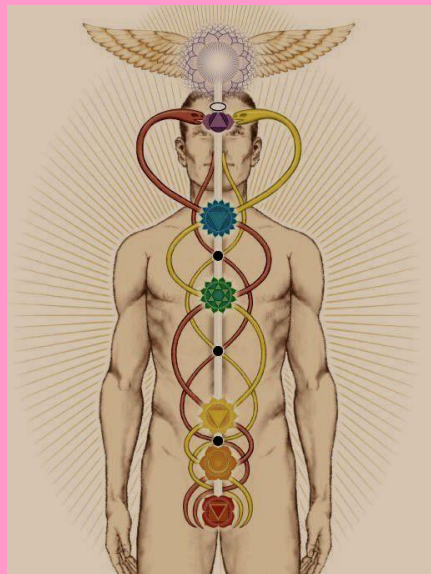
Être connecté à notre nature érotique est un acte de guérisons, d'éveil pour créer de belles opportunités de connaissance de soi pour sortir de schémas négatifs, de relations non satisfaisante...

Le tantra vous offre un voyage intérieur dans vos mécanismes profond, pour aller à la rencontre de sa propre fréquence, vivre une sexualité pétillante libérée des blocages et des freins qui entachent l'amour et les plaisirs sensuels et le bien-être. Cette voie nous amène à notre potentiel et à l'activer et devenant plus conscient des mécanismes qui se jouent en nous, nous nous libérons de contraintes, de stress du mental, soulageons le corps et l'esprit, tout devient plus léger.



Dans notre société moderne nous n'avons pas ou peu reçu d'éducation sexuelle autre que la mécanique de faire des enfants et le plaisir n'était que très peu abordé voir souvent entaché de culpabilité et de honte et souvent évité car se n'était pas dans les conventions culturelles, en revanche l'aspect du sexe de débauche est toujours présent et associé à des personnes dérangées, instables. Donc bien-sûre qu'il fût difficile de se construire sereinement dans une société où les modèles étaient aussi contrastés et si mal représentés.

La transmission sur le mode de fonctionnement de nos énergies masculine et féminines est inconnue pour la plupart d'entre-nous, la voie tantrique offre l'avantage de se réapproprier ses connaissances, techniques et de les mettre à profit pour notre épanouissement personnel et de nous ouvrir aux véritables secrets de la sexualité qui est un chemin d'extase ultra bénéfique pour tout notre corps, notre cœur, notre être et aussi un moyen de guérison des blessures inscrites en chacun de nous et surtout un outil de connaissance de soi, d'évolution.



L'amour au sens large du terme pas uniquement l'amour dans un couple, l'amour peut avoir une définition différente pour beaucoup d'entre-nous, je vous donne ma définition de l'amour au sens large avec ma vision tantrique et énergétique, c'est une énergie qui émane du cœur (énergie= ressenti/

émotion/perception/vibration/ce qui se passe en nous/la chimie des émotions qui engendre nos perceptions/ sensations et donc actions en relation avec nos raisonnements intérieurs)

L'amour est plus qu'un sentiment c'est un état d'être, vivre dans cette fréquence vibratoire c'est ouvrir son cœur, ouvrir son cœur c'est aussi avoir tous ses sens en éveil pour ressentir, se laisser traverser par la vie et vivre dans l'acceptation de ce qui est en voyant toujours le bon côté, en étant ouvert à l'apprentissage de chaque événement.

L'amour universel est un état de conscience ou non notre ego possède mais plutôt notre être accepte, c'est se sentir unis à tout en harmonie, ce n'est pas le sentiment d'être amoureux même si il fait partie de l'amour il n'est qu'une nuance, il y a de multiple nuance d'amour, la palette est large et il me semble qu'il y a autant de façon d'aimer qu'il n'y a d'êtres humains, mais avec nos cultures/éducations qui ont été basées sur toutes sortes de croyances limitantes, restrictives et surtout non tournée vers l'amour de soi et avec une société qui entretient et distribue des émotions fortes de doute, peur, discorde, critique et j'en passe.

Donc l'amour est un grand sujet, un mot aux multiples sens qui est sujet à interprétation variable et j'ai envie de vous dire qu'il est en plus très difficile de le définir avec des mots car il appartient au ressenti.

Ce qui m'importe ici est de vous donner des clés d'épanouissement pour vivre mieux avec vous-mêmes et construire des relations harmonieuses, d'accéder à ***des états d'extases*** et donc de vous épanouir dans l'amour, la plénitude, être apaisé, heureux d'être vous et de vivre pleinement votre nature physique en explorant la richesse de votre énergie sexuelle qui est votre énergie sacrée/ énergie vitale.



L'amour au sein d'un couple devrait être bienveillant, respectueux, ouvert, tolérant, en accord avec soi avec l'autre, sans attente, vibrant, enrichissant, évolutif, communicatif, lumineux, à l'écoute, sans jugement ni contrainte, sans attente, orienté relation win/win, en équilibre, englobant, somptueux, joyeux, séduisant, réconfortant, chaleureux, enivrant, ***l'amour est une danse*** partagé d'échanges nutritifs où l'on se respecte soi et où l'on respecte l'autre autant que soi et où l'on agit pour le bien en vivant une intimité physique par des actes intimes où ***fusionnent les corps et les cœurs jusqu'à se confondre l'un dans l'autre pour toucher l'infini.***

J'accompagne toutes sortes de magnifiques personnes qui ont toutes un chemin de vie avec ses joies et ses peines, moi-même je suis toujours en évolution, j'apprends encore et encore et me repositionne fréquemment sur mon épanouissement, mais si j'ai bien constaté une chose c'est qu'il y a beaucoup de distorsions dans le concept de l'amour et les besoins intimes et sa cause énormément de problème autant dans le couple que chez la personne dans son intériorité.



Avant tout le massage tantrique amène à avoir une meilleure relation à soi pour permettre d'unir notre couple intérieur (yin/yang) et par la suite à vivre des amours conscients, d'être à l'écoute de ses besoins physiques et de leurs donner de l'expansion.

Les légendes et croyances qui tourne autour du tantra sont incroyables et mal perçues, jugées, mal comprise en étant incomplète et/ou sortie du contexte et ne voulant plus dire grand-chose.

Ce dossier je l'écris car je rencontre autant de personne qui ont envie d'avancer sur cette voie d'éveil, d'accomplissement mais ne savent pas par où commencer, ni comment le mettre en pratique au quotidien, initier son/sa partenaire, trouver un/une partenaire qui comprendrait qui accepterait aussi de conscientiser sa relation et non plus de la vivre par automatisme avec des failles héritées et répétées qui entachent le présent et limite les rapports intimes à quelque chose de machinal/mécanique qui finit par soit disparaître du couple, ou chacun est frustré à sa manière et compense avec ce qu'il peut trouver pour combler ce manque viscéral.

J'ai eu dernièrement une personne qui est venue faire un massage tantrique et cette personne m'a envoyé un message en me demandant « et maintenant que tu m'a donné cette chose magnifique qu'est-ce que je fais avec ça, comment je le vis au quotidien parce que c'est bien beau, j'ai pris des claques intérieurement tellement je n'avais jamais ressentis autant de sensualité, de connexion, j'ai appris plein de choses que je ne connaissais pas et j'aimerais le vivre dans mon quotidien, le partager avec un/une partenaire mais je suis

perdu car c'est tellement différent de ce que j'ai toujours connus que je ne sais pas par où commencer» Et là c'est moi qui ai pris une claque !

Parce que oui je propose des expériences tantriques qui procurent une vaste composition d'émotions, de plaisir, de sensations, qui amène un lâcher-prise, des expériences sensuelles qui répondent à des besoins physiques, émotionnels, énergétiques mais aussi qui aide au lâcher-prise, à se détendre, à recevoir de l'amour/ de l'attention à être câliné, le corps/le cœur et l'âme englobés d'un cocon réconfortant.

Des expériences d'éveils des sens, d'explorations intimes, d'expérimentation, de reconnexion... Au-delà de l'association restrictive qu'on fait beaucoup du massage tantrique avec le massage érotique nous touchons quand même à quelque chose de bien plus vaste que le simple assouvissement d'une pulsion sexuelle et je dirais même et ça n'engage que moi et mes constatations que tout acte, qu'il soit d'ordre intime dans une sphère tantrique ou pas, ou qu'il soit du quotidien sans être nécessairement intime ou sexuel impacte l'être dans ses profondeurs et pour moi il est important pour chacun d'être sensibilisé et attentif à ce que nous laissons **rentrer dans nos vies** et à comment nous allons interagir avec et quel impact il aura sur nous.



Ma mission est d'éveiller, d'initier...

Je transmets pour le bien, c'est avec le cœur que je guide...

J'offre des expériences de massages et d'initiations qui auront des portées et influences différentes selon votre histoire et votre sensibilité, il est important de préciser que selon le type de massage/ initiation/formation que vous prenez vous ne ressentirez pas les mêmes effets car un massage découverte d'une heure n'aura pas la même intensité qu'un massage rituel de deux heures et que le dialogue et l'intention donné avant le massage n'est pas la même non plus, je précise aussi que je sais doser et choisir le type d'énergie du massage qui correspond à chacun selon certains critères qui sont discuté ensemble et que je capte par mon expérience.

Les initiations et formations sont consécutives à un ou plusieurs massages, car il est avantageux de vivre et ressentir les effets d'un ou plusieurs massages tantriques pour en comprendre et ressentir les bénéfices avant d'entamer un cheminement plus poussé il est important d'expérimenter avec tous vos sens.

Je ne veux décourager personne mais au contraire soutenir car en choisissant d'aborder avec vous des sujets parfois sensibles je prends le risque de décourager certain à tenter l'expérience d'un massage tantrique car sa peut confronter à certains aspects du soi et à une certaine responsabilité mais il en va de mon professionnalisme, de mes valeurs et aussi de mon approche qui se veut respectueuse de l'être dans toutes ses parties.

Chacun a le loisir évidemment de rester en surface dans l'enseignement du tantra et de se contenter du plaisir du toucher initié par la masseuse et l'apport en bien-être soulagera des besoins de lâcher-prise et d'expériences sensuelles enivrantes.

Un certain pourcentage de receveurs de massage ont envie d'aller plus loin autant pour la connexion qu'il veulent développer pendant le massage avec leur corps, leurs sens, leurs énergies, que de pouvoir accompagner leurs partenaires et ainsi partager une sexualité extatique et une relation vécue avec le cœur. D'autres m'ont confié avoir un partenaire en souffrance sur le plan

sexuel et physique et que les relations sexuelles sont compliquées, parfois des raisons de santé ont installé des blessures émotionnelles qui coupent un des partenaires de son corps, de son sexe, les raisons je vous avoue sont nombreuses et j'espère pouvoir apporter des pistes d'applications qui motiveront les personnes concernées à les mettre en pratique car je suis convaincue des résultats incroyables qu'ils en retireront.

En tant que thérapeute psychocorporelle j'accompagne les personnes dans leurs intimités et il y a une certaine responsabilité, un respect et j'ai envie de fournir l'accompagnement que je juge le plus approprié étant donné la portée qu'il peut avoir sur le bien-être de la personne, pour moi il n'est pas tout de donner un magnifique moment de plaisir il faut aussi fournir des outils de suivis, de soutien pour une pratique au quotidien et pour faire face aux moments de fragilités, de questionnements.

Si vous n'avez jamais tenté d'expérience tantrique et que l'envie vous titille n'hésitez pas à me contacter nous aborderons ensemble la meilleure séance qui conviendrait à vos besoins dans le respect de vos limites.

Pour les personnes qui ont déjà vécus et reçus un massage tantrique ailleurs que chez moi, je précise qu'il y a autant de manière d'aborder le tantra qu'il n'y a de masseurs et masseuses tantriques donc ce qui est ok pour un praticien ne l'est pas nécessairement pour l'autre, donc pour la qualité de votre expérience et le respect de chacun **le dialogue** ouvert sera notre allié.

Pour les personnes qui ont déjà reçus un massage par mes soins, je vous remercie car autant je vous offre de belles expériences, autant j'apprends et j'évolue avec vous et c'est aussi grâce à vous que ce dossier a vu le jour, j'espère qu'il vous soutiendra et vous apportera de belles énergies pour vivre en harmonie autant avec vous-même que dans vos relations intimes et dans votre vie en général.



Être en soi mon corps/ mon temple

Dans la philosophie tantrique nous considérons notre corps comme un temple, Cela veut dire qu'il est sacré. En occident cette notion est absente de l'éducation, le sens du sacré l'est aussi pour la plupart...

Je ne vais pas énumérer les raisons historiques, religieuses et éducationnelles qui nous ont conduites à cet état, j'en aborderais peut-être certaines à titre de comparaisons ou pour argumenter.

Votre corps est la vie, magnifique création dont nous n'avons pas reçu le mode d'emploi et qui souvent malmené par nos vies modernes hyperactives, lorsqu'il manifeste son mécontentement avec différents signaux que nous associons au stress c'est qu'il est grand temps de réagir, d'aller à la rencontre de votre corps pour écouter ce qu'il a vous vous dire.

Lorsque vous recevez votre premier massage tantrique, vos sens s'éveillent, vous prenez conscience de l'énergie qui circule dans votre corps, vous recevez un toucher chargé d'une énergie bienfaisante qui vous touche au plus profond de votre être.

Vous apprenez à ressentir autrement, comme lors de cours de yoga, de méditation ou de pleine conscience on apprend à être à l'écoute à observer, ressentir, respirer, comprendre que le mental est une machine à penser et que le corps à des besoins autre que ceux de la tête.

En tantra nous ajoutons aussi la notion, d'énergie sexuelle qui est notre énergie vitale qui est logée dans le bassin, tout le long de l'avant et de l'arrière du buste nous avons nos chakras, centres énergétiques ou remonte et descend l'énergie, tous est énergie qu'on en soi conscient ou non tout à un impact sur notre monde intérieur et tout par de notre équilibre ou déséquilibre intérieur.

Dans la philosophie tantrique nous recherchons la voie de l'équilibre des pôles masculin et féminin et nous faisons circuler l'énergie dans le corps et les centres énergétiques pour procurer une détente, une relaxation profonde.

Vivre pleinement conscient et à l'écoute de soi pour s'éveiller à une sexualité plus intense mais aussi à mieux nous connaître nous gagnons en paix intérieure, sortons des schémas négatifs, ressentons à l'intérieur de nous une ouverture, libérée des stress et bagages de notre passé.

Vous prendrez ce qui vous convient et dites-vous bien qu'un petit changement amène déjà de grands résultats.



Être en soi selon mon concept est d'être à l'écoute, de se respecter et de vivre en accord avec nos ressentis, rien que cette phrase pose déjà un problème pour beaucoup de personne tant dans la théorie sa paraît logique mais en pratique peu arrive à agir sur ces principes pourtant simples.

Parce que nous n'avons pas été éduqué avec cette conception, nous avons plus reçu les notions de se sentir coupable, de devoir agir pour le regard et/ ou l'amour de l'autre, de devoir être et agir comme si, comme ça pour des raisons

de savoir vivre et pour correspondre à ce que le monde attend, pour ne pas déranger, et on nous a aussi beaucoup coupé de nos émotions type un homme ne doit pas montrer ses sentiments etc

Alors que dans la voie du tao, de l'équilibre et donc celle du tantra on nous réapprend à revenir à nos ressentis, à nous écouter et à agir à partir de notre centre, notre guide intérieur qui répond avec nos émotions.

Pourquoi tant de personne souffre d'être mal avec elle-même, pourquoi tant de personnes n'ont pas de relation épanouissante sur le plan intime parce que souvent à un moment donné elles ont fait des concessions contre elles-mêmes en n'écoutant pas ce qu'elles ressentaient ou en mettant en sourdine le cri intérieur.

Le massage tantrique offre un lieu de sécurité pour apprivoiser nos fonctionnements internes, dénouer ce qui doit l'être, choisir une nouvelle manière de fonctionner dans **la relation à soi**, car lorsque nous vivons à l'encontre de ce que nous devrions faire pour se respecter nous créons des blessures intérieures qui se répercute sur notre corps et aussi dans notre intimités et limite notre accès au **plaisir**, plaisir **sexuel** mais aussi plaisir de **vivre** simplement parce que tout par de la même énergie de notre être intérieur.

Si nous sommes blessés, parce que nous ne nous sommes pas respecté que nous n'avons pas mis un terme à des relations toxiques pour différentes raisons et que nous avons continué à nous malmener nous ne saurons pas atteindre la paix, il en va de notre responsabilité de stopper ce qui nous fait du tort, se respecter, savoir dire non, choisir ce qui nous plaît, ce dont nous avons envie, **oser l'exprimer, oser être soi !**

Et dans notre sexualité c'est pareil, déjà nous ne connaissons pas bien notre corps et en plus pour la plupart nous ne savons pas communiquer sur ce que nous aimons, n'aimons pas.



Prenez-vous le temps d'écouter votre corps, votre lingam ou votre yoni ?

Souvent la réponse est non !

Car nous avons été formatés à vivre et faire les choses ainsi parce que les autres font ainsi et c'est bizarre pour certains d'entamer un dialogue sur le sujet, tellement une distance entre le cœur, le mental et les parties intimes est grande.

Être en soi, c'est se redécouvrir autrement, revenir à la source de notre être nettoyé des croyances limitantes pour vraiment savoir nous écouter et choisir en conscience.

Explorer notre intimité seul nous permet d'aller à la rencontre de notre énergie, de qui on est au fond, s'immerger dans **cet océan incroyable** et découvrir notre richesse, en allant pas à pas dans des exercices conscients de contacts avec notre corps, nos parties intimes nous nous reconnectons à notre puissance masculine et féminine comprenons mieux les cycles et les rythmes qui nous habitent et interagissons en harmonie avec eux se qui impacte positivement sur notre bien-être intérieure mais aussi sur tous nos choix car ils seront guidé sur base de nos motivations et préférences et non sur des critères qui ne sont pas les nôtres.



Pour honorer notre corps, prendre le temps de pratiquer des rituels nous permet de ramener du sacré dans nos vies, de donner du sens en mettant une intention dans un acte qui va impacter sur notre subconscient et ainsi engager le changement, créer des résultats.

Un rituel est un moyen de rentrer en contact avec notre essence profonde et de communier avec elles pour libérer et amener un changement interne.

Voici un exemple de rituel à pratiquer chez vous, ce qui va vous entraîner à développer un certain **détachement**, un espace en vous, comme une bulle de **bien-être** ou vos sens vont s'aiguiser, s'affiner grâce à la mise en pause du mental, vous accéderez de plus en plus à une **perception élargie**, les choses se feront naturellement par la répétition des exercices cette état deviendra accessible facilement, je prends souvent l'exemple des sportifs ou artistes qui ont l'habitude de focaliser sur un objectifs et d'être **en lien avec leurs corps** ils vivent des états de pleine consciences qui améliorent leurs capacités physiques et psychiques, les artistes se laissent porter par **le flow** d'une inspirations qu'ils disent venir d'ailleurs, c'est un état **d'union intérieure** qui est installé par des approches de méditation et le massage tantrique amène par le corps un détachement du mental et donc un état **d'union intérieure bénéfique tant** d'un point de vue intime que cet état se répercute en élargissant vos perceptions dans toutes les facettes de votre vie, vous gagnez ainsi en créativité, en concentration en confiance en vous, vous êtes libérer des entraves qui vous empêchaient d'accéder à **vos plein pouvoirs** !

Prévoyez un espace pour vous ressourcer chez vous, créer une ambiance apaisante, feutrée propice à la détente et à la sensualité (bougie, parfum, musique douce, coussins, objet qui vous inspire). Pensez à couper votre téléphone et vous mettre en retrait pour ne pas être dérangé, que vous ayez tout le loisir d'être seul avec vous-même sans qu'on puisse vous déranger.



Rituel : Mon corps/ mon temple :

Objectif : Se connecter à son ressenti, prendre du temps pour soi pour être connecté à son corps, à son être, sentir son énergie sexuelle.

- **Pour vivre apaisé, bien dans son corps, bien dans sa tête, épanoui dans ses relations il est nécessaire d'avoir une relation à soi de proximité, une intimité rapprochée, savoir être soi, c'est se respecter, s'écouter, se donner de l'amour et sa place par se donner de l'importance et du**

temps, se respecter et pour cela il faut être seul face à soi-même et voyager dans son être.

Réserver 30 minutes au minimum

Vous pouvez prendre un carnet qui sera réservé à votre suivi, votre évolution, vous y noterez vos observations, les points à travailler, vos pensées...

- Choisissez une tenue légère par exemple un voile, un peignoir sexy, en lingerie voir être nu. Prenez une position de détente, bien installer après avoir créé l'ambiance avec les bougies et les autres accessoires vous voilà prêt à ouvrir votre espace de rituel.
- **L'ouverture de l'espace symbolise une zone *hors de la vie ordinaire* ou juste *votre énergie* est présente et ce que vous y faites rentrer , il est sacré donc prenez grand soin à le décorer à votre goût, qu'il vous inspire la sécurité, la douceur, que vous vous sentiez bien, peut être pourriez-vous prévoir des couleurs et objets que vous chérissez qui vous font du bien (ils doivent symboliser se dont sur quoi vous travailler, ici ce qui nous concerne est notre intimité, notre sensualité donc les objets doivent représenter des caractéristiques intimes et sensuels tels que de la lingerie, des gadgets érotiques, des produits pour le soin du corps, des parfums, une boisson dont vous appréciez les saveurs (sans alcool) des tissus, soyez créatif) une musique douce vous donnera le rythme...**
- **Ouverture du rituel** : saluer vous en joignant les mains en prière devant **votre cœur** et respirer en gardant les mains devant votre cœur, les pouces doivent toucher votre sternum au centre de votre poitrine et respirer, ressentez ce que ce geste est bienfaisant.
- Fermez les yeux pour vous relier à **votre intériorité** en voyageant au rythme de votre respiration à l'inspire vous ouvrez la cage thoracique, à l'expire qui se fait plus longue que l'inspire vous relâchez les tensions et plonger dans chaque cellule de votre corps, le ventre rentre, cette pratique vous pouvez la réaliser coucher pour être à l'aise ou assis appuyer sur des coussins, la posture doit être confortable mais pas au

point de vous endormir. Tenez cette première partie quelques minutes, le temps qui vous convient mais ne soyez pas trop rapide. Observez, **ressentez les sensations** dans votre corps, zones par zones est-ce chaud, froid, est ce que sa picote, fourmille, y a-t-il des émotions etc L'important est de juste observer sans juger, sans s'accrocher...

- Puis en fonction des objets que vous aurez rassemblés avec vous, laissez-**vous inspirer** par eux, regardez-les, touchez-les, sentez-les, goûtez-les... Des scénarios peuvent venir à votre conscience...
- Laissez un instant les objets de côté et mettez vous en contact avec votre peau, caressez-vous lentement, laissez voyager vos doigts, vos mains là où elles ont envie, laissez-vous emporter par la musique et touchez-vous selon votre besoin du moment, cela peut-être très doux, lent ou plus appuyer, écoutez votre corps comment à t'il envie d'être dorloter aujourd'hui ?

Vivez ce moment pleinement autant de temps que nécessaire.

- Lorsque vous sentez le moment utiliser un objet sélectionné, soit votre brume parfumée, une huile de massage, un tissu... agrémenter le moment de connexion avec votre accessoire et jouez de votre imagination... Le temps que vous jugiez nécessaire.
- **Puis arrêter vous quelques instants, posez les mains sur le cœur et intériorisez ce que l'exercice précédent a engendré en vous, observer.**
- Vous allez doucement descendre vos mains vers votre lingam/yni vos parties intimes et posez simplement les mains dessus/autour tout en respirant vous prendrez le temps de stimuler le désir sexuel par un toucher lent et appuyer, avec des pauses de relâchement pour intégrer vos ressentis subtils sans pour autant sur stimuler le toucher le but n'est pas de provoquer un orgasme avec une masturbation active. La lenteur est le chemin, la prise de contact avec votre énergie est le but.
- Si après une dizaine de minutes vous ressentez le besoin de vous arrêter terminer en posant vos mains comme **une coquille** qui recouvre votre **intimité et remerciez votre corps pour l'expérience, pour les**

informations reçues. Faites quelques respirations et remerciez-vous, clôturez le rituel en vous connectant à votre corps/votre cœur.

- **Prenez quelques minutes pour noter vos ressentis, idées.**

Vous venez de vivre votre première connexion, félicitation !

Je vous invite à effectuer cet exercice une à deux fois semaine et de le modifier légèrement selon votre inspiration. Vous gagnerez à éveiller votre relation à vous-même.

Ceci vous a été offert pour vous faire découvrir **l'approche du toucher tantrique**. Recevoir un massage est un magnifique moment et l'initiation à la relation à soi est un outil grandiose pour teinter votre vie de l'énergie extatique, un chemin d'éveil pour une meilleure relation à soi et donc aux autres, à la vie.

Je vous souhaite de Belles découvertes sur le chemin d'éveil...

Et que votre cœur s'ouvre à la connexion...

*Si vous désirez aller plus loin, expérimenter un massage tantrique, un coaching personnalisé, un stage... Je suis à votre disposition pour vous accompagner dans le choix de l'expérience qui conviendrait le mieux à vos besoins.

Vous pouvez partager le dossier pour en faire profiter un/une ami(e), mais aucune reproduction totale ou partielle n'est autorisée.

Droit d'auteur : www.luna-k.be