

# Massage Métamorphique

## Principes du massage métamorphique :

Il se concentre sur les zones réflexes des pieds, des mains et de la tête, correspondant à la colonne vertébrale et au système nerveux central.

Il vise à libérer les blocages émotionnels ou énergétiques qui auraient pu s'installer durant la période prénatale ou à d'autres moments de la vie.

Le praticien travaille avec douceur, sans manipuler en profondeur, mais en touchant délicatement ces zones pour stimuler l'énergie.

## Bénéfices potentiels du massage métamorphique :

1. Libération des tensions émotionnelles : Ce massage peut aider à se débarrasser de certains blocages émotionnels, amenant une sensation de soulagement et de mieux-être général.
2. Amélioration de la circulation de l'énergie : Il favorise une meilleure circulation de l'énergie vitale dans le corps, ce qui peut contribuer à une meilleure santé globale.
3. Sensation de détente profonde : En touchant délicatement les zones réflexes, il induit un état de relaxation profonde, similaire à la méditation.
4. Réduction du stress : Il aide à réduire les niveaux de stress et peut améliorer la gestion des émotions au quotidien.
5. Équilibrage émotionnel et énergétique : Certains adeptes rapportent une amélioration de leur équilibre émotionnel et un sentiment d'harmonie intérieure.

Alexandra Bonnami