



ABC de la réflexologie oculaire

Corinne Maréchal

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

ABC de la réflexologie oculaire Corinne Maréchal

 [Download ABC de la réflexologie oculaire ...pdf](#)

 [Read Online ABC de la réflexologie oculaire ...pdf](#)

ABC de la réflexologie oculaire

Corinne Maréchal

ABC de la réflexologie oculaire Corinne Maréchal

Téléchargez et lisez en ligne ABC de la réflexologie oculaire Corinne Maréchal

180 pages

Extrait

Extrait de l'avant-propos :

Des pieds aux yeux...

ou d'où vient la réflexologie oculaire

C'est toujours avec le même enchantement que je pratique la réflexologie plantaire. Mon premier pas vers cette discipline a été guidé par l'envie d'apporter de manière simple du bien-être aux autres tout en me faisant du bien. J'étais loin d'imaginer l'efficacité et la puissance de ce principe. Jusqu'au jour où j'ai «intégré» la réflexologie, jour où je suis devenue réflexologue. Je me souviens, c'était en plein apprentissage, lors d'un cours sur la digestion, peu après Noël et je venais comme par hasard d'avoir une crise de foie... Je me sentais faible et avec une excellente excuse pour rester au chaud à la maison. Paradoxalement cette résistance me poussa à assister malgré tout aux cours. Et cela en valut vraiment la peine ! Ce jour-là, pour la première fois mes cellules répondaient au toucher réflexe, permettant de me réapproprier la conscience de mon corps et de ses infinies capacités. J'intégrais à travers ce cours sur le thème de la digestion le sens holistique de toute expérience, qu'elle soit sur le plan physique, psychologique, subtil ou spirituel. Nous sommes ce que nous mangeons, et nous nous nourrissons tout autant de fruits et d'eau que d'expériences et de rencontres. C'est le même processus pour les arbres, les planètes, les cristaux : un mouvement qui mène à la transformation.

Présentation de l'éditeur

Dans un monde où le sens de la vue est extrêmement sollicité, il est important de préserver notre capital «santé des yeux» et de soulager nos tensions avant qu'elles ne s'installent dans la durée et accélèrent le processus de vieillissement. Le moment est venu d'explorer autrement l'alliance de deux de nos sens essentiels : le toucher et la vision. A priori, l'idée de masser les yeux peut paraître insolite et susciter rejet et malaise. Or, c'est en explorant et en mettant de la lumière sur cette partie intime et fragile de notre corps que l'on pourra améliorer notre vision. Le «massage réflexe» des yeux - ou réflexologie oculaire - apaise à la fois l'esprit et le corps. En relançant la circulation de l'énergie, le regard se décrispe, les traits se détendent ; une impression de légèreté et de fluidité s'installe. L'objectif de cet ouvrage est de donner des clés permettant de devenir conscient et responsable de sa vision, afin de retrouver une harmonie et un bien-être durable. Pour ce faire, vous trouverez des conseils et des exercices simples et illustrés à mettre en pratique au quotidien pour entretenir la santé des yeux, des gestes et techniques de base pour un massage de détente globale des yeux.

Biographie de l'auteur

Corinne Maréchal est réflexologue-formatrice. Diplômée et certifiée en massages énergétiques, elle a créé et développé une nouvelle approche holistique qui contribue à l'équilibre de la personne : la réflexologie oculaire.

Download and Read Online ABC de la réflexologie oculaire Corinne Maréchal #4JANSO0GHPT

Lire ABC de la réflexologie oculaire par Corinne Maréchal pour ebook en ligneABC de la réflexologie oculaire par Corinne Maréchal Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres ABC de la réflexologie oculaire par Corinne Maréchal à lire en ligne. Online ABC de la réflexologie oculaire par Corinne Maréchal ebook Téléchargement PDFABC de la réflexologie oculaire par Corinne Maréchal DocABC de la réflexologie oculaire par Corinne Maréchal MobipocketABC de la réflexologie oculaire par Corinne Maréchal EPub

4JANSO0GHPT4JANSO0GHPT4JANSO0GHPT