

Retour de formation de massage russe

Juin 2020



« Tout d'abord ce qui me touche dans les stages de Jean-Marie, c'est l'atmosphère qui y règne. Légèreté, bienveillance et liberté rendent le déroulement du stage fluide. Cela favorise le lâcher prise en aidant à dissoudre la peur du jugement, ce qui me semble indispensable pour libérer les tensions du corps et de l'esprit.

J'ai bien apprécié ce stage de massage russe car il initie à des principes de massages, bien plus qu'il ne forme à des techniques rigides à apprendre tel quel. Jean-Marie accompagne dans l'assimilation sans imposer de technique universelle. Il laisse à chacun la possibilité d'improviser des techniques tant qu'elles restent en accord avec les principes du massage russe.

J'en repars avec la sensation d'avoir assimilé des principes généraux que je pourrai appliquer de manières différentes selon le ressenti que j'aurai avec la personne massée.

En alternant le fait de masser et d'être massé, on comprend mieux ce que peut ressentir la personne massée. Ainsi les massages sont faits plus à l'écoute de l'autre.

Loin d'appliquer un cadre strict et inflexible, Jean-Marie laisse cours à son imagination pour l'enchaînement des exercices. Cela rend la formation plus naturelle et vivante que logique et rigoureuse, et, dans mon cas, favorise la compréhension et l'assimilation des massages. »

Robin, juin 2020