

Massage Tantra (Charte)

Le Tantra parle d'abord d'une connexion profonde de coeur à coeur, d'une connexion entre le coeur du masseur et celui de la personne massée. Les énergies de Lumière et d'Amour, qui partent du coeur du masseur, vont circuler pendant tout le massage vers le corps de la personne massée et revenir vers le masseur. C'est cette Lumière et cet Amour qui seront le garant de la profonde justesse de tout ce qui se passera pendant toute la séance et qui permettront à une guérison éventuelle de se faire.

La justesse parle du plus profond respect et de la parfaite écoute des désirs, des limites et de tout ce que la personne massée viendra déposer avant de pratiquer le massage. Il ne doit y avoir aucune ambiguïté avant, pendant et après le massage quant au contenu, à la forme et à tout ce qui va se passer dans ces moments. Et la liberté absolue de la personne massée de pouvoir à tout moment changer ce qui a été défini à n'importe quel moment auparavant. C'est réellement une exigence absolue qui nécessite de la part des 2 personnes une écoute active et une présence de chaque instant et qui permet de se sentir dans une parfaite sécurité.

Quand on parle de Tantra on parle aussi de détente. Le but est d'arriver à une détente profonde de tout le corps. Tout ce qui surgira éventuellement en lien avec une tension quelconque sera accueilli et accompagné pour tendre à nouveau vers cette profonde détente.

Pour arriver à mieux accompagner cette détente, on veillera à 3 clés importantes : la respiration, le mouvement et la parole. La respiration est essentielle et, pratiquée durant tout le massage, elle permettra d'évacuer toutes les tensions éventuelles en inspirant et en soufflant plus ou moins fort selon le ressenti de chacune et chacun. C'est une respiration complètement libre et non contrôlée. Le mouvement signifie que la personne massée va s'autoriser à bouger si elle le souhaite, de manière intuitive, et prendre la position qui lui conviendra le mieux dans l'instant. Enfin, la parole peut être utilisée à tout moment par les 2 personnes pour demander, clarifier, exprimer ce qui doit l'être dans l'instant. Les sons peuvent aussi accompagner la séance en fonction du ressenti de chacun(e).

Le Tantra est aussi un chemin de découverte et d'acceptation complète de tout son corps dans toutes ces parties. Toujours en tenant compte de ce plus profond respect de ses propres limites et de où on se trouve dans cette acceptation. Il n'y a jamais aucun jugement par rapport à l'endroit où on se situe sur son chemin. On se trouve à un endroit précis à un moment donné et on a envie de faire un pas en avant dans la voie de la découverte et de l'acceptation. Et on verra au moment même quel pas on fera exactement.

Découverte et acceptation signifient une forme de mise à nu de la personne, d'abandon, de confiance dans le masseur qui va lui apporter tout son Amour et sa Lumière pour lui permettre de partir à la découverte de qui elle est au plus profond de son Être. La nudité est en général pratiquée mais absolument tout est autorisé y compris une version totalement habillée en fonction des besoins de chacune/chacun. Il n'y a pas d'exigence à ce niveau en sachant que au plus on se laisse aller à tous les niveaux, au plus on lâche prise mais tout en respectant profondément ses limites, au plus on pourra bénéficier des bienfaits du soin. Mais tout cela peut être progressif au fil des séances et de l'accompagnement dans la douceur et le plus grand respect qui sera toujours pratiqué. Personne n'est jamais forcé à faire quoi que ce soit. Au contraire, l'invitation est à nouveau une écoute active et permanente de ses besoins. Une écoute qui se pratique avec le coeur, pas avec le mental.

Le Tantra est aussi un chemin de guérison. Guérison de toutes les blessures en lien avec la sexualité : les abus, viols, violences physiques, ... ont laissé des traces dans le corps et le but est d'aller libérer tout ce qui pourra être libéré afin de s'alléger du poids de toutes ces souffrances. Que

ce soit des souffrances vécues dans cette vie ou léguées par les générations passées. Ou même celles présentes dans l'inconscient collectif. Tout ce qui pourra être libéré pendant la séance à ce sujet le sera. Consciemment ou pas.

Tantra et sexualité sont aussi de cette manière très liés. On parle ici du 2^e chakra et donc de l'énergie de la Vie et aussi celle de la créativité. Si nous sommes ici, c'est parce qu'à un certain moment il y a eu une énergie de la Vie, une énergie sexuelle qui a permis à la vie de voir le jour et à notre personne de naître. Malheureusement, cette énergie a depuis des millénaires été souvent très mal utilisée et ce qui devait être une énergie profondément sacrée ne l'est, le plus souvent, plus. En ce sens, le Tantra nous convie au retour à ce caractère profondément sacré de notre corps, de notre sexualité et de la Vie en nous. C'est donc un massage qui va aussi nous inviter à nous reconnecter à cette partie de nous qui nous a créé, et qui est aussi le centre de notre créativité au quotidien. C'est cette énergie qui nous permet de faire de la Vie quelque chose de joyeux, en lien avec le plaisir, de créer au quotidien ce qui nous met en joie et nous pousse à avancer et à aller plus loin. La reconnexion à ces parties de nous en lien avec le Coeur, la Lumière et avec cette conscience profonde de son caractère sacré vont nous permettre de nous réconcilier avec ce qui peut être vécu comme difficile avec les parties les plus intimes de notre corps. Le tout toujours dans le profond respect des limites/besoins dans l'instant de chacune/chacun. On aura compris, s'il fallait encore le préciser, qu'à aucun moment il n'y aura quoi que ce soit qui aura un lien avec une quelconque offre de service sexuel quel qu'il soit.

Impossible de parler Tantra sans évoquer le plaisir et la sensualité. Même si ces éléments sont parfois bien absents de notre culture, le massage pratiqué ici invite (mais n'oblige pas) à aller redécouvrir notre plaisir, quel qu'il soit, sans aucune tension, mais également la sensualité en lien avec cette main qui va parcourir tout le corps et qui peut nous amener à revisiter la manière dont nous appréhendons ces 2 aspects. Le but est aussi de voir quelles sont les limites que nous nous imposons, et si nous avons envie de les conserver, ou si c'est le moment, ou pas, d'en changer, de les faire évoluer. Aucune consigne, aucune obligation de quoi que ce soit. C'est le chemin intérieur de chacune/chacun et l'invitation à aller explorer nos systèmes d'autorisations et nos croyances en rapport avec ces 2 thèmes.

Impossible aussi de passer sous silence les émotions, les tensions, les questionnements ... Tout peut arriver dans n'importe quelle pratique et le Tantra, par son invitation, ne fait évidemment pas exception. C'est complètement normal. Aucun souci, ni jugement ni culpabilité à avoir par rapport à ça. Chacune et chacun sera encore une fois complètement en sécurité, respecté(e) dans le moindre de ses désirs (tout en restant dans le cadre fixé plus haut), et accompagné(e) pour traverser avec le Coeur et la Lumière tout ce qui devra éventuellement être traversé de manière à sortir de la séance complètement détendu(e) et avec une nouvelle énergie, de nouvelles envies, un nouvel horizon.

Je vous souhaite une très belle (re)découverte de vous-même et un merveilleux voyage à travers ce monde merveilleux et infini (sans limite) que vous avez à l'intérieur de vous-m'ême.