

Méthode Rosen

PRESENTATION

- Qu'est-ce que la Méthode Rosen ?

Le corps est le reflet de notre histoire. Tout notre vécu s'inscrit en lui. Au plus profond, il retient et garde en mémoire.

Lorsque nous naissons, nous sommes libres de nos mouvements, notre potentiel physique et psychique est alors optimal. Cet état originel et idéal diminue avec la socialisation et ses contraintes. Les traumatismes de la vie restreignent notre corps et notre espace intérieur. Des tensions musculaires s'installent, des douleurs physiques apparaissent aussi.

Marion Rosen partait de l'idée que derrière ces tensions musculaires chroniques, il y a des émotions refoulées ou des souvenirs difficiles à gérer. Ces tensions diminuent notre capacité respiratoire et notre espace intérieur.

Kinésithérapeute de profession, Marion Rosen a expérimenté et développé ce pouvoir du toucher pendant de longues années pour libérer l'énergie de vie.

Cette méthode est une approche manuelle douce basée sur la lecture du corps, car le corps révèle clairement ce que nous cherchons à dissimuler, souvent inconsciemment.



Comment se passe une séance ?

Le travail du praticien consiste à observer la manière dont le corps, allongé sur la table de massage, respire.

Au fur et à mesure de la séance, l'esprit s'apaise, les tensions se relâchent, les douleurs diminuent souvent ou disparaissent. La singularité de la Méthode Rosen réside dans ce toucher qui libère la respiration.

Un toucher habile et un contact vrai emmènent la personne dans un état de relaxation profonde. Cela suscite des prises de conscience pouvant aller jusqu'au « lâcher-prise » des émotions ou souvenirs enfouis dans le corps. L'espace intérieur s'élargit alors, laissant place au souffle.

La Méthode Rosen nous aide à retrouver nos ressources, la confiance et la créativité qui somnolaient en nous. On se sent plus libre. Elle favorise une prise de conscience qui vient du corps et non du mental.

« Ce travail mène celui que nous croyons être à celui que nous sommes réellement » Marion Rosen.

Méthode Rosen France : <https://methoderosen.com/methode-rosen/>

Les stages sont un formidable outil de développement personnel. Certains stagiaires y participent sans avoir l'intention de devenir praticien.

Et pour ceux qui souhaitent devenir praticiens, la formation commence par un stage introductif.

EN QUOI CONSISTE LE STAGE ?

Ce stage de deux jours sera essentiellement axé sur la pratique



Cette introduction au travail corporel est faite à partir de démonstrations suivies d'exercices pratiques sur les tables de massage. Elle sera complétée par des échanges en groupe portant sur l'expérience vécue durant ces exercices. Aucune connaissance préalable n'est demandée.

Les formatrices :

Ce stage sera animé par Catherine de Soumagnat, elle sera assistée par Catherine Givord.



Catherine de Soumagnat est praticienne depuis 20 ans, elle enseigne depuis 15 ans en France et à l'étranger, a été formée par Marion Rosen et Monica Bolling, elle est diplômée de l'Institut Rosen de Berkeley (USA).



Catherine Givord, formée par l'institut français à partir de 2015, est diplômée de l'Institut Rosen de Berkeley (USA), elle pratique à Saint Cyr sur Loire et Tours.

Soyez curieux, tentez l'expérience !

<https://methoderosen.com/wp-content/uploads/2022/09/Bulletin-inscription-Tours-15-16-octobre-2022.pdf>

TARIFS : 190 €

CONTACT :

Informations et inscriptions auprès de Catherine Givord : 06 85 85 59 89 ou par mail: cgivord@orange.fr

Dates : 27 et 28 mai 2023 – – Samedi de 10h30 à 17h30 et Dimanche de 9h30 à 16h30.

S'offrir une séance :

Séances individuelles : Catherine Givord à SAINT CYR SUR LOIRE – 35, rue Louis Bézard et à TOURS – 5, rue du Docteur Herpin – Ateliers du Champ Girault- : 06 85 85 59 89 ou cgivord@orange.fr.

Une séance dure 50mn, elle est précédée d'un petit entretien.

<http://rosenentouraine.fr>

<https://rosenentouraine.fr/contact/>