

Forme Vitalité

Les schémas physiques et mentaux acquis avant la naissance nous empêchent parfois de nous épanouir. Le massage métamorphique aide à les modifier.



Psychologue et énergéticienne, Catherine Raetz-Biancolin pratique le massage métamorphique depuis dix ans.

Mieux-être Libérez votre force de vie

Texte: Mireille Monnier
Photos: Xavier Voirol

Dire massage métamorphique, c'est annoncer le programme: on entame ici une métamorphose, au sens où la chenille s'épandait en papillon.

La chenille, c'est vous et moi avec tous les blocages qui se sont créés en nous durant notre vie prénatale, de la conception à la naissance. L'instrument qui va nous aider à déchirer le cocon, c'est un massage des points réflexes de la colonne vertébrale, qui se trouvent sur les pieds, les mains et la tête.

Selon Robert St. John, le réflexologue anglais qui a jeté les bases du massage métamorphique (ou prénatothérapie) dans les années soixante, ces points sont en correspondance avec la mémoire de la période prénatale. En les massant, on peut donc agir sur les

structures physiques et mentales formées à ce moment-là, et libérer des blocages en harmonisant la circulation de l'énergie.

«J'ai vu des changements spectaculaires, surtout du côté confiance en soi, chez des personnes que j'ai massées», témoigne la psychologue et énergéticienne Catherine Raetz-Biancolin, de Gernier (NE). En dix ans de pratique, elle a constaté aussi que ce massage fait merveille chez les femmes enceintes et que «les bébés métamorphosés sont très calmes». Moi qui ai joué les cobayes, j'ai été surprise de la légèreté du toucher utilisé. Ces mouvements d'effleurage circulaire n'en ont pas moins réussi à me détendre profondément. Pour un peu, je me serais senti pousser des ailes.

Catherine Raetz-Biancolin,
tél. 032 853 41 30.
Prix: 80 fr. la séance (60 min).

Les trois zones réflexes

Les pieds

Le massage commence par les pieds, siège du mouvement, de l'aller. Les points réflexes de l'épine dorsale correspondant au schéma prénatal se trouvent sur les bords internes des pieds.



Les mains

On masse ensuite les mains, du pouce au poignet. Les mains, c'est le domaine du faire.



La tête

On finit par l'arrière de la tête, du sommet du crâne au creux de la nuque. Avec la tête, on est dans le penser.

