



Un chemin personnalisé vers la découverte de soi

La quête d'accomplissement et de réalisation personnelle est une invitation à plonger dans les profondeurs de notre être. Inspiré par les sagesses ancestrales de l'Ayurveda, du Tantra et du Chamanisme, mon parcours a débuté au moment où la vie m'a présenté des maîtres et chamans de diverses traditions. Ces rencontres ont éveillé en moi la voie de la guérison et de la quête de sens, me permettant, après plus de 25 ans d'exploration, de partager ces outils précieux avec d'autres.

Le Croisement de l'Ayurveda, du Tantra et du Chamanisme

Rencontrer Swami Yoga Anand Bharati, moine hindou Sanyasin, yogi et vaidya (médecin ayurvédique traditionnel), a été transformateur. Son enseignement que « Tout est Nourriture » a révolutionné ma perception de soin à apporter à ce temple que constitue notre corps. Mon nom initiatique, AMRITA, qui signifie « la nourriture de l'Âme, nectar d'Immortalité » résume cette épiphanie de vie.

Le Corps : Le Temple de l'Âme

Mon voyage de réconciliation avec mon corps a été le fondement de ma transformation. Apprendre à le nourrir correctement, à le mouvoir et à méditer a été pour moi comme redécouvrir un temple sacré où réside mon âme. Le massage, élevé au rang de médecine de l'âme, a été une révélation qui a permis à mon corps de s'éveiller pleinement, vibrant de vie et de conscience.

Le Massage du Souffle : Une Danse de Guérison

Intégrer le souffle dans le massage a ouvert un nouveau chapitre de ma vie, combinant des techniques respiratoires profondes avec un toucher conscient pour libérer les tensions et favoriser l'auto-guérison. Cette danse intime entre le souffle et le corps est une porte vers des états de bien-être profond et des états de conscience modifiés.

“ Accueillir et exprimer librement mes émotions a été crucial.

Vivre les Émotions comme une Libération

Accueillir et exprimer librement mes émotions a été crucial. Apprendre à naviguer à travers ces vagues puissantes a permis d'intégrer mon corps émotionnel comme une part fondamentale de mon être, transformant la douleur en force et la peur en liberté, et ouvrant ainsi la voie à une vie plus authentique.

Harmonie avec l'Univers

Quand nos corps physique et émotionnel sont en accord, notre corps énergétique rayonne. Vivre en harmonie avec notre univers intérieur nous aligne avec le cosmos extérieur, nous révélant l'interconnexion profonde de notre existence.

Un Voyage Partagé

Ce chemin de transformation est une voie que je partage avec ceux prêts à explorer et à transformer leur propre vie. Je vous invite à nous rejoindre dans cette aventure transformative, où chaque pas nous rapproche de notre essence la plus pure et de notre potentiel le plus élevé. Ensemble, dans nos ateliers, nous découvrirons comment ces enseignements millénaires peuvent vous aider à grandir, à vous épanouir et à vous révéler, enrichissant votre vie de manière authentique et profonde.



+ d'infos

Marie Jésus SANDOVAL-AMRITA

sandovalamrita@gmail.com

www.tantra-chamanisme.org