

en bref

Ce massage est un incontournable des techniques bien-être. Très doux, il procure une détente, une relaxation profonde. Il peut être recommandé à tous. Comme pour chaque pratique bien-être, une vigilance quant au discours du praticien sera nécessaire. Maintenant vous pouvez profiter, c'est un délice :)

Origines

C'est dans les années 1970, à Big Sur en Californie, dans un contexte d'atelier de croissance personnelle à l'Institut Esalen, centre d'éducation alternatif et pilié du New Age, que Margareth Elke trace les grandes lignes de la technique

Concept

Partant d'effleurages doux, enveloppants et relaxants, les manœuvres s'enchaînent et s'intensifient pour des gestes plus en profondeur. Descendant du massage suédois, le massage californien a su en conserver plusieurs mouvements. C'est un massage très doux, prisé par la clientèle des spa, un classique.

Massage californien

Derives

Ici, la pratique en elle-même est peu sujette aux dérives. Néanmoins au vu des origines et des prétentions douteuses, le discours du praticien sera central.

- L'adhésion aux croyances New Age
- Risque sectaire
- Risque de dérives thérapeutiques

Prétentions sans fondements

- Le massage californien aiderait à soulager efficacement les douleurs chroniques et les tensions musculaires chez les personnes souffrant de fibromyalgie ou d'arthrite
- Il améliorerait de la circulation sanguine, régénération et oxygénation des tissus (peau/muscles).
- Il éliminerait les toxines.
- Il stimulerait le système immunitaire. etc...

Spiritualité et croyances

Les croyances associées à ce massage sont tirées de ces origines, l'institut Esalen est un centre important de développement des idées New Age dans leur ensemble, proposant des séjours basés les médecines traditionnelles Chinoise ou Indienne, travaillant l'énergétique, les thérapies alternatives, tentant de relier les religions monothéistes avec les spiritualités orientales, les chakras sont à l'honneur et la connexion avec l'univers une vérité pour eux...

CERCLE-BIEN-ETRE-RATIONNEL.FR

