"J'ai quitté les lieux plutôt zen..."

Cécile Prat – Professeur en lycée et BTS, 45 ans

J'ai entendu parler de Kinésiologie pour la première fois par un ami. L'entendre parler de son expérience, des bienfaits de cette méthode par rapport à ses soucis personnels et surtout m'en avouer les excellents résultats, a suscité en moi le désir d'en faire ma propre expérience. J'étais aussi curieuse car il me parlait d'une méthode qui **débloque les émotions du passé**, qui libère du stress....une méthode censée corriger les déséquilibres à travers le corps.

Ma première séance a été bien sur une grande découverte. C'était surprenant

Mais j'ai surtout ressenti une **énorme détente**, **comme si la situation stressante que j'étais en train de vivre s'évanouissait progressivement**
. J'ai quitté les lieux plutôt zen... les nuits qui ont suivi n'étaient plus peuplées de cauchemars.

Cependant quelques séances supplémentaires ont été nécessaires, car tout ne s'est pas réglé rapidement. Et je souhaite poursuivre car **j'aimerais que les bienfaits ressentis s'inscrivent dans le durable** et que mes préoccupations soient réglées...