

Mal au dos, stress et autres maux ou troubles* ...
Avez-vous pensé au **Shiatsu** ?

Knaebel Patrick

Praticien certifié vous propose des séances en cabinet,
à domicile ou en entreprise.



C'est quoi le lâcher prise ?

Le lâcher prise ce n'est pas rien faire.

Au contraire, c'est une action volontaire et dynamique.

C'est continuer à agir sans s'inquiéter du résultat, s'occuper de l'avenir sans s'en préoccuper.

Lâcher prise, c'est renoncer à tout contrôler, c'est renoncer à prouver quoi que ce soit,

c'est accepter que l'autre est l'autre et que moi-même ...

Je suis qui je suis et non pas qui j'ai rêvé d'être.

Lâcher prise, c'est cesser de faire le procès de la vie qui ne nous donne pas ce que nous en attendions. A partir du moment où l'on peut lâcher prise, où l'on ne désire plus être heureux à tout prix, on découvre que le bonheur, c'est cette capacité de garder les mains ouvertes plutôt que de les laisser agrippées sur ce que nous croyons être indispensable.