

Access BARS

La méthode Access Bars est un **soin énergétique** développé par la fondation AccessConsciousness depuis plus de 30 ans aux Etats-Unis ». Le fondateur est Gary Douglas. <https://www.accessconsciousness.com>

Pour qui ?

Tout le monde, enfant et adulte. Aucune contre-indication. Pour les enfants, la séance est adaptée selon l'âge, selon l'enfant.

C'est quoi ?

Cette méthode diffère de ce que je connaissais et que vous connaissez aussi. Les Bars ne sont pas :

- ✚ Une approche où l'on vient avec une intention
- ✚ Une exposition de ses problèmes avec le praticien et recherche de pistes ...
- ✚ Des échanges avec le praticien (sauf à votre demande et pas sur vos préoccupations)

C'est une approche énergétique, relaxante où tout se passe pour vous de façon passive.

On ne cherche pas à savoir ce qui a été libéré. On constate les bienfaits : le relâchement, l'ouverture, la conscience élargie ou juste le repos.

Gary Douglas, fondateur de cette approche dit que « au pire, ce sera un bon moment de détente, et au mieux, cela peut changer notre vie »

Pourquoi faire une séance Bars ? (voir les témoignages)

- ✚ Libérer, alléger la tête, l'esprit
- ✚ Libérer des tensions, des émotions, des croyances limitantes
- ✚ Ne sera libéré que ce que votre corps a décidé que c'était ok de libérer.

Comment se passe une séance ?

Confortablement installé dans un fauteuil relaxant, le praticien vient poser délicatement ses doigts à certains points de votre tête en symétrique : ce sont les Bars (en anglais) et vous laissez faire.

La séance dure environ 45 mn. Je prévois 1h à 1h15, le temps de votre accueil et de vos questions sur la méthode (et pas sur vos problèmes ☺)

Votre praticien certifié « Access Bars » : Catherine Blanc

Intéressée par tout ce qui peut nous aider au quotidien, je me suis formée au coaching où parler, écouter est une vraie compétence.

Je recherchais une approche mettant en jeu le corps sans passer par le mental et j'ai eu l'opportunité de participer à une classe Bars en mai 2021.

J'ai ressenti un réel apaisement. Cet été 2022, je suis allée participée à 2 autres journées et ai entrevu les possibilités des Bars.

Je me suis donc décidée à les proposer en complément de mes accompagnements ou en séance seule.

Pas d'engagement, je vous invite à venir tester par vous-même.

Tarif séance : 45 euros