

Ik ben niet zo goed in woord, maar ik ga proberen op te schrijven waarom ik graag van jou les krijg:

De lessen bij Gemma gaan verder dan de techniek. Er wordt weliswaar gestart vanuit de techniek, je gebruikt je hoofd om grepen aan te leren en door te oefenen maak je ze eigen. Echter daarna mag je dat loslaten. Je leert om te vertrouwen op je intuïtie, dat je handen doen wat de ander nodig heeft.

Soms voel je bv in een les over rugmassage dat de ander behoefte heeft aan aanraking aan het hoofd, omdat het daar zo druk is. Je leert om dat te mogen voelen en intuïtief naar de plek te gaan die het nodig heeft. De ander voelt zich daardoor gezien.

Wanneer je zo met aandacht en respect masseert, is het altijd goed wat je doet. Je leert om in het moment te masseren en er te zijn voor de ander. Door er te zijn voor de ander nodig je hem uit om spanningen los te laten. Op dezelfde manier leer je om te ontvangen en daardoor dichterbij je zelf te komen.

Alles mag er zijn, spanningen mogen los gelaten worden. Je komt uit je hoofd en bij je eigen fijne zelf. Gemma creëert een veilige sfeer, met ruimte voor iedereen om te zijn wie hij is.

Zowel het masseren als het ontvangen van een massage zijn een weldaad om te ervaren. Het is zo mooi om elkaar dat te geven en te merken hoe goed dat doet. Je komt in een liefdevolle, helende modus. En door dit steeds vaker te oefenen kun je dit steeds meer gaan integreren in je leven. Je leert om bij je innerlijke rust te komen, er te durven zijn en daarvan mag je heerlijk genieten.

Liefs,  
S.