BULLE SENSORIELLE XXL

PAR MINA SIDI ALI



L'espace d'accueil © Origin Float experience

Vous avez la mine minée, le moral qui s'est fait la malle, une insomnie qui vous nuit ou souffrez d'un stress qui sans cesse vous agresse? Ça tombe bien. On a trouvé de quoi prendre soin de vous avec une technique thérapeutique naturelle: la flottaison. Né de l'idée de génie d'un quatuor d'amis entrepreneurs - Sophie Hoang, Charlène Kurer, Dr. Michael Ljuslin et Scott Deely, Origin Float nous plonge dans une expérience multisensorielle à l'intérieur d'une bulle XXL. Flotter, se sentir en apesanteur en s'isolant dans un caisson façon cocon pour que le corps et l'esprit s'oublient dans une troisième dimension, telle est la relaxation ultime offerte par ce nouveau concept dont on est désormais adepte. On a pris nos maux à gogo et nos toxines citadines, direction Plainpalais pour un grand saut dans l'eau.

Mai.21 74

Très populaire aux États-Unis où le concept est né dans les années 1950 créé par le neuropsychiatre americain John C. Lilly, la flottaison fait ses balbutiements dans la région. On vous en avait déjà parlé l'an dernier dès son arrivée. Le concept pour rappel ? Une technique thérapeutique qui permet au corps et à l'esprit d'atteindre un niveau de relaxation profond, identique à celui qu'on peut atteindre grâce à la méditation. Cette fois, c'est direction la rue Prévost-Martin au numéro 23, qu'on a pris notre fatigue post-confinement et nos maux à tire-larigot, pour découvrir notre nouvelle panacée.

JOLIE SCÉNOGRAPHIE

Le lieu détonne dans cette rue quelque peu monotone. Plantes et matériaux minéraux constellent un espace orné d'azuléjos - célèbres faïences portugaises - aux teintes pastel et nous extirpe à bride abattue de notre quotidien en carence de primeur. On découvre le café une fois le pas de la porte franchi, le Yucca café, espace d'accueil où l'on peut déguster un thé, bouquiner ou encore dénicher des pépites artisanales locales. On poursuit son odyssée direction la cabine de flottaison.



La vitrine © Origin Float experience



La cabine © Origin Float experience

L'EXPÉRIENCE MULTI-SENS

Chaque cabine est dotée de sa propre douche ainsi que tout le nécessaire pour se préparer avant et après la flottaison: serviette de bain, chaussons, produits de beauté, tout est prévu pour vivre pleinement sa flottaison. Après avoir reçu des consignes très simples d'usage des lieux, on se prépare à rentrer dans un caisson-cocon, qui ressemble à une sorte d'oeuf géant. Après une douche, on plonge nu comme un ver dans l'eau pour 60 minutes de flottaison dans une eau saturée en sel d'Epsom permettant de défier les lois de la gravité. Donc ici, aucun risque de boire la tasse! On est guidé par une musique qui s'estompe avec des lumières tamisées au bout de quelques minutes et qui reprendront peu avant la fin pour nous signaler que le traitement est terminé. Tous les pods sont fondés sur l'isolation sensorielle, qui protège des stimuli extérieurs et permet au cerveau d'entrer dans une phase méditative. Ainsi, on est rapidement happé par l'effet d'apesanteur obtenu par la flottaison. On laisse dès lors courir nos pensées...Le corps relâche toute la pression de la vie quotidienne et à ce moment, la magie opère. Quand tout s'éteint, plus aucun de nos sens n'est sollicité, ce qui permet d'atteindre un état de relaxation ultime qui permet de se ressourcer physiquement et spirituellement.

LES BIENFAITS

La thérapie par flottaison a ainsi des bienfaits aussi bien sur le corps que sur l'esprit. L'extrême détente permet d'accéder à des vertus thérapeutiques originales et totalement naturelles induisant un état de conscience non ordinaire proche de la méditation et propice à la résilience. Ainsi, sur le corps, la pratique contribue à atténuer les douleurs articulaires, musculaires et l'hypertension puisqu'en flottant, les muscles se relâchent totalement. Sur l'esprit, les multiples effets positifs agissent quant à eux sur la réduction du stress et de la fatique, une action positive sur la dépression, une amélioration des capacités de concentration, une aide à la gestion de la colère et une meilleure qualité du sommeil. Autant d'effets bénéfiques qui contribuent à une meilleure qualité de vie. Les résultats se font déjà ressentir après une séance, mais il est conseillé d'y retourner plusieurs fois pour un résultat optimal. On peut même partager l'expérience à deux dans un bassin ouvert. Moins cher et tout aussi dépaysant qu'un voyage à la mer Morte mais plus accessible et tellement bénéfique!

Origin Float Experience

Rue Prévost-Martin 23, 1205 Genève Tél. 022 503 51 10 https://originfloat.ch