

Ordre du jour :

ENERGIES CHALEUR / ARDEUR

SHOU-ZU

INTRODUCTION A L'ENERGIE DE L'ETE

DATES DE L'ETE

Saison occidentale : du 21 juin au 21 septembre

Saison chinoise : **CHALEUR** : du 5 mai au 11 juin

ARDEUR : du 12 juin au 19 juillet

I - QU'EST-CE QUE LA DOULEUR ?

Formes d'expressions de la douleur en MANIFESTATION AIGUË et CHRONIQUE sur le plan physique, énergétique, émotionnel et mental.

II - INTRODUCTION AU SHOU-ZU

- LES POLARITES YIN ET YANG
- L'horloge bioénergétique du "CYCLE CIRCADIEN"
- LE CYCLE DES 6 ENERGIES
- NOMENCLATURE ET CODE COULEUR EN SHOU-ZU
- LE SYSTEME DE REFERENCE SHOU (main)
- LE SYSTEME DE REFERENCE ZU (pied)
- LE SYSTEME DIGITAL

III - PROTOCOLE DE REEQUILIBRAGE SUR LES 4 PLANS



Pilier 1 : LE PHYSIQUE

A - CARACTERISTIQUES DU Cœur / Intestin Grêle et Moelle Epinière / Cerveau

Anatomie et physiologie et organes des sens rattachés.

B - PROTOCOLE DES 5 ETAPES DU REEQUILIBRAGE DES ENERGIES

Choix du système - Repérage du point douloureux sur la zone de l'organe ou du viscère - Stimulation du point douloureux sur la Face Yin - Stimulation de la résonance nerveuse sur la Face Yang - Validation du rééquilibrage par l'information cérébrale - Le protocole de renforcement du rééquilibrage énergétique avec les couleurs, les graines, les oligo-éléments.

Pilier 2 : L'ÉNERGETIQUE (LES MERIDIENS)

A - LES MERIDIENS

Trajet des longs méridiens dans la MAIN-SHOU face YIN et face YANG - Résonance holographique des articulations - Comment effectuer une rotation des méridiens BYOLS dans les articulations - Les méridiens du **Cœur/Intestin Grêle** et **Moelle Epinière/Cerveau** en MTC.

B - PROTOCOLE DE REEQUILIBRAGE ENERGETIQUE DES MERIDIENS BYOLS

Pourquoi et comment pérenniser un soin énergétique en SHOU-ZU ?

Caractéristiques des manifestations du déséquilibre des énergies Chaleur/Ardeur.

Comment agir sur ces énergies en cas d'INSUFFISANCE ou en cas d'EXCÈS.

TONIFICATION, DISPERSION ET RENFORCEMENT en manifestation AIGUE ou CHRONIQUE

Pilier 3 : L'ÉMOTIONNEL (Chakras)

A - LES CHAKRAS

Les zones de résonance des chakras pour identifier la zone corporelle et l'émotion à rééquilibrer - Localisation et sens de rotation des chakras des mains et des pieds -

Pourquoi avoir ses chakras équilibrés ? Pourquoi tonifier ou disperser un chakra ?

Principe du rééquilibrage énergétique des chakras.

Pourquoi renforcer une tonification et une dispersion d'un chakra ?

B - PROTOCOLE DU RÉÉQUILIBRAGE ÉNERGÉTIQUE DES CHAKRAS DU VENT

Localisation - Fonction spirituelle - Fonction physique - Signes d'équilibre - Son déséquilibre et ses manifestations en EXCÈS et en INSUFFISANCE - TONIFIER - DISPERSER - RENFORCER

Pilier 4 : LE SPIRITUEL (MENTAL)

A - Signification et interprétation des énergies CHALEUR/ARDEUR sur les 4 plans

B - Consignes pour chaque exercice de méditation

C - Mudra - ASSANA DE LA CHALEUR et ARDEUR en SHOU-ZU - Exercices pratiques de visualisation