

Ordre du jour :

# ENERGIE DU VENT

# SHOU-ZU

## INTRODUCTION A L'ENERGIE DU PRINTEMPS

### DATES DU PRINTEMPS

Saison occidentale : du 20 mars au 21 juin

Saison chinoise : du 3 février au 16 avril

### 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 FOIE (F) ET DE LA VESICULE BILIAIRE (VB)**

Anatomie et physiologie de la VESICULE BILIAIRE, du FOIE et de l'organe des sens rattaché.

### **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 Foie et de la Vésicule Biliaire 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 de l'énergie du VENT.

Comment agir sur l'énergie du VENT 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 de l'énergie du VENT sur les 4 plans**

**B - Consignes pour chaque exercice de méditation**

**C - Mudra - ASSANA DU VENT en SHOU-ZU - Exercices pratiques de visualisation**