

du 25 au 27 mai 2018 à la Base de Loisirs de BUTHIERS (77)

Stage de Buthiers d'Eté (1^e et 2^e années)

SHIATSU MARTIAL – SHIATSU FLUIDIQUE



Nous chercherons les gestes les plus efficaces, sans forcer mais avec force, nous emploierons les déplacements qui permettent les étirements, les percussions qui rechargent le corps en Ki correct et qui chasse le pervers.

Une fois la Force exprimée et répandue dans le corps nous chercherons la Tendresse et le Silence dans nos mains devenues calmes et sereines et là commencera le royaume du Shiatsu Fluidique.

Horaires : du Vendredi 10h au Dimanche 17h

Lieu : Base de Loisirs de Buthiers (77)

Accès : A6 sortie Malesherbes (payant) ou Milly la Forêt (gratuit) ou RER D (Malesherbes).

Renseignements Complémentaires : shiatsu.est@gmail.com

Coordination Covoiturage : sur l'Espace Elèves ou support@shiatsu-est.org pour ceux qui arrivent en RER (ou ceux qui n'ont pas accès à l'Espace Elèves)

Programme BUTHIERS Mai 2018

Vendredi 25 mai :

10h-13H : Qi gong ; marches sur le souffle, autos massages.

15h-19H : pratique du Shiatsu.

21h-22h : surprise puis assise en quiétude

.Samedi 26 mai :

7h30 : assise en quiétude

8h15 : petit déjeuner.

9h30- 12h30 : Qi gong et Shiatsu

15h-19h : pratique du Shiatsu.

21h-22h : surprise puis assise en quiétude.

Dimanche 27 mai :

7h30 : assise en quiétude

8h15 : petit déjeuner

9h30-12h30 : Qi gong puis Shiatsu.

14h-17h : Shiatsu et pratique finale



*« Je suis mystique mais seulement avec le corps.
J'ignore ce qu'est la nature, je la chante.
Toute la réalité me regarde ainsi qu'un tournesol dont le cœur serait son visage...
Il n'est pour conduire la vie qu'un chemin ;
La Vie même »
Fernando Pessoa*

Stage de Shiatsu Martial et de Shiatsu Fluidique.

Notre style est issu des écoles martiales traditionnelles Japonaises et à ce titre nous leur devons beaucoup. J'aime à dire qu'au travers de l'art martial on ne peut pas tricher et que toute personne qui pratique le Shiatsu comme l'art martial est en chemin sur la Voie (*Dô, Michi*).

Etre en chemin, c'est développer toutes les qualités qui vont faire de nous des êtres nobles et sincères mais aussi appliqués dans notre tâche sacrée de soigner et d'accompagner autrui.

Point de Shiatsu sans compassion, mais point de Shiatsu sans force et sans solidité dans les mains et dans la posture. (*Hara, Koshi, Ki, Do, Ma.*)

C'est cela que nous allons explorer lors de ce stage. Nous chercherons les gestes les plus efficaces, sans forcer mais avec force, nous emploierons les déplacements qui permettent les étirements, les percussions qui rechargent le corps en Ki correct et qui chasse le pervers.

La Musique sera là, le rythme pourra être endiablé, le Cœur va palpiter et la Joie va s'épancher librement.

Une fois la Force exprimée et répandue dans le corps nous chercherons la Tendresse et le Silence dans nos mains devenues calmes et sereines et là commencera le royaume du Shiatsu Fluidique.

Les guerriers vont devenir Serviteurs. Au Service de la Souffrance, au service du Ciel et de la Terre.

La Force va devenir Tendre, le Cœur va devenir Vide comme le Ciel immense, les mains vont se poser sur les corps fatigués comme des oiseaux de passage, familiers, légers et insouciant. Souriants.

Alors le Souffle de Vie se répandra, Il vivifiera les sens endormis, Il réveillera le cœur assoupi, Il pacifiera l'esprit agité, Il restaurera le corps fatigué, le libérera de ses émotions entravées et de ses douleurs incrustées.

La Joie de l'été pourra vraiment circuler, la Paix et le Silence pourront enfin affleurer pour toucher au « *Hongen* », la source et l'origine du Monde, là où il n'y a ni vent, ni vagues.