

« Shiatsu d'Hiver... Souffle du Corps et Corps de Souffle »

« Comment en plein cœur de l'hiver toucher au plus juste, au plus profond, au plus fécond ? »

- Les 8 points Shen (Esprit)
- les 8 points Quan (Sources)
- les points Hui (Réunion)
- les 8 points Clés des Merveilleux Vaisseaux

Une fois les souffles harmonisés Huit bénéfiques nous seront attribués : Fortification de la quintessence, Harmonisation du Qi, Tonification des Zang-Fu, Renforcement des os, équilibrage des Vaisseaux, Tonification du Sang, Tonification des Liquides organiques et de la peau.

Horaires : du Vendredi 12 décembre 2014 à 10h

au Dimanche 14 décembre 2014 à 17h

Lieu : Base de Loisirs de Buthiers (77)

Prix : 310€ pour les adhérents AIST et 335€ pour les non-adhérents

Inclus dans la scolarité pour les 4^e années.

Renseignements / Inscriptions : shiatsu.est@gmail.com

Coordination Covoiturage : support@shiatsu-est.org (à partir du 15/11)



Illustration : l'aile de l'oiseau Peng
Kyoka Hyaku Monogatari

Buthiers décembre 2014

« Souffle du corps, corps de souffle »

Comment en plein cœur de l'hiver toucher au plus juste, au plus profond, au plus fécond ?

Les sages Taoïstes avaient observé que l'ours, symbole de la force Yang, tout comme la tortue, symbole de la force Yin, savaient conserver leurs potentiels en s'immergeant dans les profondeurs de l'hiver.

Pourquoi l'Homme n'en ferait-il pas autant ? Notre corps est notre première maison et tous les points qui jalonnent les méridiens sont des cavernes, lieux de conservation, d'élection et de prédilection des souffles.

Devenons comme les « Hommes-montagnes », Taoïstes qui quittaient l'agitation des villes pour la paix des grottes. Immergeons-nous dans la grotte des souffles du corps

Quel Shiatsu, sinon le Fluide comme l'eau de l'hiver pour toucher au plus profond, pour réveiller la mémoire du corps, pour toucher au plus sacré.

Quoi de mieux que le silence, pour se mieux sentir, pour se recentrer pour se retrouver.

Et puis pour cheminer sur la Voie de notre art manuel, nous prendrons comme emblème et guide le *Huit*, grand ordonnateur par excellence : ainsi nous nous autoriserons à explorer les 8 points Shen (Esprit), les 8 points Quan (sources), les points Hui (réunion) et les 8 points clés des merveilleux vaisseaux.

Assurément ils nous guideront, une fois ouverts et pénétrés, vers ce que ce chiffre béni porte en lui : *prospérité, valeur favorisante, bon augure, chemin auspiceux...*

Une fois les souffles harmonisés *Huit* bénéfiques nous seront attribués :

Fortification de la quintessence, Harmonisation du Qi, Tonification des Zang-Fu, Renforcement des os, équilibration des Vaisseaux, Tonification du Sang, Tonification des Liquides organiques et de la peau.

Cette magnificence retrouvée nous amènera tous vers un Printemps joyeux, prospère et lumineux.

Le Corps sera vraiment devenu la Demeure des Souffles.

Les Souffles demeureront sereins dans la maison du Corps.

*« Nous n'habitons pas des régions.
Nous n'habitons même pas la Terre.
Le cœur de ceux que nous aimons est notre vraie demeure. »*

Ch Bobin

Programme Buthiers Décembre 2014

Vendredi 12 Décembre:

10h-13H : Qi gong : Marches, automassages, travail en extérieur et en intérieur.

15h-19H : pratique du Shiatsu de l'hiver. Moxas.

21h-21h30 ; assise en quiétude.

Noble silence maintenu jusqu'au matin du lendemain (fin de méditation)

Samedi 13 Décembre:

7h30- 8h00 : assise en quiétude-rupture du silence à 8h.

9h30- 12h30 : Qi gong en extérieur et en intérieur (automassages)

15h- 19h : pratique du Shiatsu.

21h-21h30 : assise en quiétude.

Silence

Dimanche 14 Décembre:

7h30- 8h00 : assise en quiétude

9h30- 12h30 : Qi Gong et Shiatsu.

14h-17h : Shiatsu et pratique finale d'assise.

