

Polarity : La Séance Générale

Description/Définition

Ce stage est une introduction aux principes de base de Polarity et du mouvement de l'Energie Vitale à travers l'apprentissage et la pratique de la Séance Générale, un protocole complet pour équilibrer le flux de l'Energie Vitale.

Pré-requis/Public

Tout public. Ce stage s'adresse aussi bien à des thérapeutes souhaitant découvrir la Polarity et acquérir un protocole de toucher pour enrichir leur pratique, qu'à celles et ceux qui désirent intégrer une compréhension de la dimension énergétique dans leur quotidien ou leurs domaines respectifs (éducation, arts, santé, management, sport, etc.).

Objectifs

- Comprendre le concept d'énergie vitale dans les arts curatifs et se sensibiliser à sentir l'énergie vitale.
- Développer notre perception et compréhension de l'humain en tant que champ d'énergie dynamique.
- Apprendre le protocole de la Séance Générale; un protocole complet d'équilibrage de l'énergie vitale.
- Développer la perception et le respect des limites énergétiques/subtiles dans la relation thérapeutique.

Contenu

- Dr Randolph Stone et de l'origine de Polarity
- Le principe de Polarity
- Le but du travail de Polarity
- Les cinq piliers du travail de Polarity
- Relation entre le corps, les émotions, le mental et l'esprit
- Les 4 étapes du processus de guérison/transformation
- Comprendre le modèle de bien-être dans l'approche de la santé
- Les trois pôles : rajas +, sattva Ø et tamas -
- Application des principes de Polarity au toucher, à la nutrition et à l'art de vivre
- Pratique des 3 formes de toucher : léger et équilibrant - directif et dynamique - profond et dispersant
- Apprentissage du protocole de la Séance Générale
- Exercices énergétiques de Polarity Yoga

Durée

16 heures (2 jours)