

Bases Polarity

Description/Définition

La thérapie Polarity est une synthèse de connaissances médicales modernes et des médecines traditionnelles orientales et occidentales. Elle stimule le flux de l'énergie dans le corps de façon harmonieuse et non-invasive et repose sur 5 piliers :

1. La qualité de présence du thérapeute et la neutralité de son attitude, empreinte d'attention consciente et d'empathie.
2. La thérapie corporelle et énergétique: elle s'effectue avec les mains et peut s'appliquer à tout le corps, de la tête aux pieds. Généralement, le client reste habillé et est allongé sur une table de massage.
3. Le Polarity Yoga: exercices simples pour libérer le flux d'énergie.
4. L'alimentation / la cure de nettoyage interne selon la Polarity: d'un simple conseil nutrition à la transmission d'instructions pour une cure allant de 2-à 3 semaines.
5. Le dialogue (accompagnement du processus par la communication verbale).

Polarity peut être approchée comme un modèle pouvant donner des fondements pour la médecine énergétique en général ou comme une pratique en soi dans un champ plus large. Les 2 composantes principales de l'anatomie sans fil que propose le fondateur de Polarity - Dr Randolph Stone - sont : les 3 principes du mouvement de l'énergie (les 3 gunas) et les 5 éléments.

Polarity repose sur une compréhension des principes énergétiques fondamentaux derrière tout processus de guérison ou transformation.

La thérapie corporelle et énergétique en Polarity est préventive aussi bien que thérapeutique. Il s'agit de touchers calmants et harmonisants, stimulants et directifs ou profonds et dispersants, dans l'objectif d'équilibrer, de stimuler ou mobiliser l'énergie vitale.

Prérequis/Public

Aucun. Cette formation stage s'adresse à toute personne désireuse d'acquérir une base de compréhension des principes énergétiques derrière tout processus (de guérison ou) de transformation à travers la pratique d'une technique de toucher.

Objectifs du cours

- 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.
- Comprendre les bases de l'anatomie énergétique : la caducée, les centres d'énergie (chakras) et les champs ovales, les 3 principes (sattva, rajas, tamas), les 3 géométries.
- Comprendre le processus d'involution et d'évolution dans le processus de guérison.
- Apprendre à percevoir et reconnaître les qualités intrinsèques des 5 éléments (éther, air, feu, eau et terre) dans leurs diverses manifestations (physiques, émotionnelles, psychiques, mouvement, voix, etc.)
- Apprendre un protocole d'équilibrage pour chaque élément.
- Apprendre à travailler avec la carte astrologique du client dans le corps (géométrie d'involution).
- Apprendre comment travailler les zones réflexes des 3 pôles dans tout le corps (géométrie de projection).
- Comprendre comment les principes de polarité sont une fondation de compréhension qui permet l'intégration d'autres techniques dans le travail thérapeutique du praticien.

Contenu

- Dr Randolph Stone et de l'origine de Polarity
- Le principe de Polarité
- 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 des protocoles de la Séance Générale, de chacun des 5 éléments, de l'astrologie dans le corps et des zones réflexes des 3 pôles dans le corps.
- Exercices énergétiques de Polarity Yoga.
- Evaluation des qualités des 3 principes et des 5 éléments.
- Contre-indications

Durée

8 jours : 64 heures