

Chi Nei Tsang 1 - Révision des 5 séances

SUMMARY

	1	2	3	4
1 SEANCE 1	à absolument revoir	revoir si possible	okay avec la video	clair pour moi
S1 1 Connexion Terre, Ciel, charger les mains				
S1 2 Bercer le corps, secouer, relâcher les tensions				
S1 3 Bercer et palper, techniques de détente				
S1 4 Pouls inguinaux (Portes de l'Ame)				
(se placer et rester sur le côté gauche de la personne)				
S1 5 Pouls fémoraux (Kua)				
(rester sur le côté gauche de la personne)				
S1 6 Pouls Aorte - Veine Cave				
S1 7 Pouls du Tan Tien				
S1 8 Détendre la région autour du nombril				
S1 9 Ouvrir la Porte des Vents				
S1 10 Fermer séance, routine d'auto-nettoyage				
2 SEANCE 2 (si nécessaire répéter la Porte Vents)	à absolument revoir	revoir si possible	okay avec la video	clair pour moi
S2 1 Connexion Terre, Ciel, charger les mains				
S2 2 Bercer le corps, secouer, relâcher les tensions				
S2 3 Bercer et palper, techniques de détente				
S2 4 Détoxifier la peau (lymphe) avec les doigt à plat				
S2 5 Détendre la cage thoracique, le diaphragme				
S2 6 Gros intestin: ouvrir les 4 coins				
S2 7 Activer la valvule iléocécale				
S2 8 Gros intestin: la technique de la vague				
S3 9 Pouls du Gros intestin				
S2 10 Détoxifier l'Intestin grêle				
S3 11 Pouls de l'Intestin grêle				
S4 12 Fermer séance, routine d'auto-nettoyage (voir doc)				
3 SEANCE 3 (répéter 1, 2 et 3 de la Séance 1)	à absolument revoir	revoir si possible	okay avec la video	clair pour moi
S3 1 Détoxifier le Foie				
S3 2 Détendre la vésicule biliaire				
S3 3 Canaux biliaires				
S3 4 Activer la jonction (entrée dans le duodénum)				
S3 5 Côtes au-dessus du Foie				
S3 6 Pomper le Foie - Son				
S3 7 Pouls pour le Foie				
S3 8 Revitaliser le Foie				
S3 9 Détoxifier le Pancréas				
S3 10 Détoxifier l'Estomac				
S3 11 Détoxifier la Rate				
S3 12 Pomper la Rate - Son				
S3 13 Pouls pour la Rate				
S3 14 Revitaliser la Rate, le Pancréas et l'Estomac				
S3 13 Fermer séance, routine d'auto-nettoyage (voir doc)				
4 SEANCE 4 (répéter 1, 2 et 3 de la Séance 1)	à absolument revoir	revoir si possible	okay avec la video	clair pour moi
S4 1 Sternum				
S4 2 Travailler sur l'attache des côtes au sternum				
S4 3 Travailler les côtes au-dessus du Cœur				
S4 4 Point réflexe du Cœur				
S4 5 Point réflexe du Péricarde				
S4 6 Revitaliser le Cœur				
S4 7 Bercer la cage thoracique, faire respirer profondément				
S4 8 Travailler sur le diaphragme				
S4 9 Pomper pouls des Poumons				
S4 10 Travailler les côtes au-dessus du Poumon				
S4 11 Forer les côtes ou gwasha				
S4 12 Pomper le Poumon (avec les mains)				
S4 13 Faire l'autre Poumon				
S4 14 Revitaliser les Poumons (les deux en même temps)				
S4 15 Fermer séance, routine d'auto-nettoyage (voir doc)				
5 SEANCE 5 (répéter 1, 2 et 3 de la Séance 1)	à absolument revoir	revoir si possible	okay avec la video	clair pour moi
S5 1 Masser point réflexe du Rein				
S5 2 Pomper pouls du Rein				
S5 3 Masser le Rein				
S5 4 Masser plus profond le Rein				
S5 5 Surrénales				
S5 6 Faire l'autre Rein				
S5 7 Frotter les Reins				
S5 8 Revitaliser les Reins (les deux en même temps)				
S5 9 Vessie et Utérus				
S5 10 Trouver la tête du psoas (rotation de la jambe)				
S5 11 Maintenir la pression, la personne glisse la jambe				
S5 12 Avec les doigts, remonter le long du psoas				
S5 13 Fermer séance, routine d'auto-nettoyage (voir doc)				