

# CORPS SOUFFLE



L'Art du Toucher  
La Force du Souffle  
La Subtilité de l'Energie

Le **CORPS SOUFFLE** est à la fois une méthode et un soin dans l'esprit de l'être global en quête d'harmonie.

Il est avant tout **un outil de transformation**.

Les qualités requises sont avant tout le désir profond d'aller vers soi et vers " l'Autre ", cet autre étant nous même + de la douceur et beaucoup de rigueur.

La méthode **CORPS SOUFFLE** est la suite logique du **TOUCHER PODO ENERGETIQUE (TPE)**. Elle peut cependant s'utiliser indépendamment du TPE. Un minimum de connaissances du corps humain est nécessaire (il n'est jamais trop tard pour se plonger dans des livres d'anatomie!).

Elle est **un outil complémentaire pour un professionnel en santé holistique**.

Suivre cet enseignement demande de façon incontournable un travail personnel sur sa propre respiration.

Nous savons que le stress bloque le souffle, mais une mauvaise respiration génère du stress.

Le **CORPS SOUFFLE** s'adresse au corps tout entier, à l'écoute des passages du souffle.

La théorie est orientée vers le diaphragme, en lien avec le système neuro végétatif, associé au concept chinois énergétique et philosophique : Yin/Yang/Tao.

La pratique s'appuie sur **l'écoute, l'observation du souffle**, en lien avec **le ressenti subtil de l'énergie**.

Les gestes sont doux et lents, dans **l'intention** et non le vouloir...

Recevoir le soin **CORPS SOUFFLE** est conseillé à titre préventif pour maintenir son espace intérieur libre, et dès que nous nous sentons opprésés, ou que le plexus solaire se bloque. C'est une invitation pour le souffle à retrouver sa libre circulation, un vrai bonheur !

## 3 NIVEAUX

- Initiation ➤ Détente en famille ou entre amis
- Approfondissement ➤ Thérapie psycho corporelle énergétique
- Praticien

Chaque niveau se déroule sous forme de stage intensif de 4 jours à La Calmette

6/8 personnes par stage

## Horaires

9h/12h – 15h/19h (dernier jour 17h)  
+ deux " soirées/ateliers à thème "

Une méditation est proposée chaque matin à 7h30. Chacun est libre d'y participer ou pas.

## Intervenants

Claudine Vié et Bruno Rochas

## Contenu de l'enseignement

### Cursus Initiation

#### Théorie

- La base : l'être global, le plan énergétique/vibratoire,
- Le rôle de la respiration au niveau cellulaire,
- Le stress et ses conséquences sur la respiration, le diaphragme et le plexus solaire,
- Le système nerveux autonome,
- Anatomie/ physiologie/ symbolisme du corps.

#### Pratique

- Notions de base pour approcher le corps en lien avec la respiration,
- Les principaux symbolismes du corps,
- Déblocage du plexus solaire. Lâcher prise des épaules, des bras, du dos et des jambes,
- Les 3 foyers, les points SHU,
- Apprendre à se décharger de l'énergie négative et se recharger d'énergie positive.

### Cursus Approfondissement

#### Théorie

- Les trois systèmes en lien avec nos trois corps : système neuro sensoriel, système rythmique, et système métabolique,
- La nuque, les pneumogastriques,
- Les méridiens merveilleux, les chakras.

### Pratique

- Développement de l'écoute des souffles pour déterminer les états " kyo " et " jitsu ",
- Approfondissement de la pratique de base + certains points-clés d'harmonisation,
- Les méridiens merveilleux, leur point clé et leur sens lors du soin,
- Accueillir et écouter une nuque et un sacrum,
- Approfondissement du geste juste doux et profond.

### Cursus Praticien

#### Théorie

- Les 3 diaphragmes et le mouvement respiratoire primaire au niveau des tissus,
- Le sens profond des blocages,
- La thérapie, la consultation.

#### Pratique

- Méditations et sophrologies pour libérer le cœur,
- Le sacrum, la nuque et le mouvement " Won ", associé au décodage du sens,
- La visualisation comme support de soin,
- Lecture de la posture globale.

Un examen facultatif clôture ces 3 cycles.

Il se compose d'une partie orale, une partie écrite, et un soin à donner.

Un certificat de Praticien est délivré ou pas à l'issue de cet examen.

### PARTICIPATION

➤ Chaque niveau : 400€

Ce tarif comprend l'enseignement oral, un soin CS par Claudine, un support théorique et pratique + l'huile de massage.

#### Réductions

- 20% pour les étudiants, les demandeurs d'emploi, les couples.
- 50% pour refaire un niveau.

Il faut rajouter à ces prix l'hébergement (14€ par nuit l'été, et 16€ l'hiver) et la nourriture (chacun porte un repas ou plus, suivant le nombre de participants, à partager).

Pour tout renseignement complémentaire n'hésitez pas à téléphoner à Claudine ou Bruno, ou à nous écrire sur notre adresse Email.