



# ÉNERGÉTIQUE CHINOISE

Groupe minimum de 10 personnes

On appelle "énergétique chinoise" le système de compréhension du corps selon une énergie vitale nourrissant d'une part nos organes et fonctions vitales, et d'autre part nos émotions et comportements.

L'énergie vitale doit circuler partout de façon harmonieuse pour garantir la santé. Si elle se trouve absente ou bloquée, c'est une source de problème.

Cette énergie globale possède une double polarité : le Yang (accélération, activation) et le Yin (drainage, rafraîchissement).

Le Yin et le Yang sont indissociables - de leur équilibre dépend notre harmonie intérieure et notre santé. Aucun d'eux ne doit dominer l'autre.

Pour que l'organisme soit en bonne santé, notre énergie doit donc circuler partout et de manière équilibrée.