

AUTOCORRECTIONS EN VISCERAL

Diagnostic :

Test par écoute, une main sur le nombril, et éventuellement confirmation par l'autre main sur l'organe en dysfonction.

Le diaphragme :

- Angle de Charpy ;
- Techniques directes sur le diaphragme :
En augmentant les mouvements au niveau des dernières côtes antérieures lors des respirations.
A genou, penché en avant, entrer les mains sous le gril costal, par leur bord cubital, amplifier le mouvement sur l'inspiration, freiner le retour à l'expiration.
Equilibration avant/arrière.

Les ptôses :

Relever, relâcher l'organe vivement : une douleur signe une ptôse.
Correction : relever l'organe en respectant ses axes de mouvement sur une expiration.
Ptôse globale par la grande manœuvre abdominale;

Techniques spécifiques :

Sur chaque organe par écoute et normalisation des mouvements liés au M.R.P.
Complément : hygiène; respiration; chaleur; massages; point énergétiques ou réflexes, (bosses frontales, en relation avec l'estomac).

Souffles couleurs et sons :

A chaque organe sont associés une couleur et une manière de souffler :

Poumons, blanc, « ssssss »

Reins, noir ou bleu foncé, « woooo »

Foie, vert, « chhhhh »

Cœur, rouge, « hoooo »

Estomac, jaune, « ouououou »

Allongé ensuite sur le dos, descendre les énergies de haut en bas en soufflant « hiiiiii »

A chaque organe, le visualiser avec son enveloppe énergétique de couleur et aspirer à fond ; souffler en vidant l'enveloppe colorée de son énergie et en utilisant le son correspondant.

Visualisations :

Visualiser ou penser simplement à l'organe, en y plaçant le souffle, de la lumière, une couleur, etc.