Le shiatsu pour son équilibre

Allier massages et pressions des mains afin d'éviter mais aussi de prévenir et de corriger tout déséquilibre, c'est possible avec votre cheval. Cette science si elle porte le nom peu commun de shiatsu, procure des bienfaits extraordinaires.

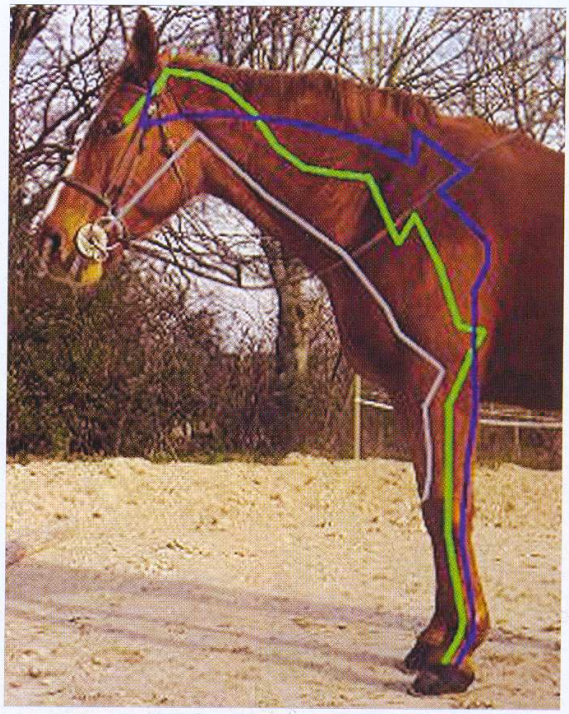
Le shiatsu réunit massages et pressions avec les mains, avec les objectifs de prévenir, anticiper ou corriger les déséquilibres énergétiques du cheval.

Harmonie et équilibre

Le shiatsu fait partie des techniques énergétiques issues de la Médecine Traditionnelle Chinoise. Ce travail sur l'énergétique donne une interprétation des déséquilibres survenant dans le corps physique et le mental. Le but de ces techniques, est d'harmoniser et de rééquilibrer les énergies, pour conserver l'état de santé ou le cas échéant aider à son rétablissement.
Le shiatsu c'est agir sur les voies énergétiques qui sillonnent le corps du cheval à l'instar du réseau sanguin ou nerveux. Ces circuits s'appellent méridiens.Les principaux méridiens sont au nombre de douze chacun est relié à un organe qu'il est chargé d'alimenter, tous se réunissent bout à bout pour créer tout un circuit énergétique de l'ensemble de l'organisme.

La clef de voûte : l'épaule

L'épaule clef de voûte de l'avant-main assure le soutien de 60% du poids du corps du cheval. Cette articulation est solidement amarrée aux côtes par une puissante masse musculaire (le cheval n'a pas de clavicule) L'omoplate et l'humérus composent cette articulation formant un angle de 55° à 65° chez le galopeur, et allant jusqu'à 70° chez le cheval de trait. Selon son obliquité, l'épaule donne une plus grande amplitude à la foulée. Une épaule plus droite comme chez le cheval de trait, donner des allures relevées, avec monté du genou. Cette articulation joue un rôle d'amortisseur très important lors des réceptions d'obstacles, s'associant dans cette fonction au suspenseur du boulet et aux tendons fléchisseurs du pied perforé et perforant.
Un méridien : Imaginez un petit cours d'eau dans une campagne paisible. Si le temps est très sec s'il ne pleut pas pour l'alimenter, il va s'assécher. S'il pleut durant des jours et des jours, le cours d'eau va sortir de son lit et inonder les zones riveraines. Si un arbre tombe en travers de son cours faisant barrage en amont le lit va s'étendre, alors qu'en aval, le cours deviendra très irrégulier.



- Méridien du Cœur tracé en rouge
- Méridien du Maître cœur tracé en rose mauve
- Méridien du Poumon en bleu-vert
- Méridien de l'Intestin grêle en bleu foncé
- Méridien du Triple réchauffeur en vert clair
- Méridien du Gros intestin en gris

Six méridiens

Ce sont les trois déséquilibres que rencontre la circulation énergétique du corps du cheval (comme d'ailleurs tout ce qui circule) le trop, le pas assez et le blocage.
Chaque méridien alimente un organe qui lui donne son nom.
Les 6 méridiens dont les parcours irriguent l'avant-main:

Méridien du Cœur

Le shiatsu sur le trajet du méridien Cœur est utile lorsque l'on désire inhiber les effets

des réactions émotionnelles perturbant le psychisme et l'activité cardiaque du cheval. C'est une action de détente, pour ramener le cheval au calme, après un stress fort, une peur panique ou un effort violent. A pratiquer uniquement si l'on n'est pas aussi speed ou stressé que le cheval.

Méridien du Maître cœur

C'est un organe virtuel en charge d'aider le cœur. En shiatsu équin, on peut simplifier en assimilant les actions et effets du maître cœur à ceux du cœur. Sa particularité étant son rôle sur le système sympathique producteur d'adrénaline, mettant en tension tout l'organisme du cheval, souvent pour fuir

Méridien du Poumon

Pratiquer pour renforcer ou libérer l'énergétique du Poumon, souvent faible chez le cheval. Le shiatsu sur ce méridien doit faire partie intégrante dans le passage quotidien d'un cheval emphysémateux, fragile des bronches, à faiblesses pulmonaires

Méridien de l'Intestin grêle

Le shiatsu sur ce méridien stimule le transit et l'assimilation des aliments

Méridien du Triple réchauffeur

Le méridien du triple réchauffeur organe virtuel comme le maître cœur, commande le système parasympathique, qu'il apaise, l'action sur le triple réchauffeur va apaiser les contractions ou spasmes Cet organe régule la chaleur interne du cheval, réequilibre lors d'hyperthermie.

Méridien du Gros intestin

Le shiatsu sur ce méridien stimule l'énergétique du gros intestin lors de surcharges ou arrêt du transit.

La technique d'une séance

Les déséquilibres des méridiens ne sont pas les déséquilibres de leurs organes.De même lorsqu'un organe est altéré, son méridien ne l'est pas forcément, même s'il y a de grandes probabilités pour que les deux soit atteint.
Le déroulement de la séance doit se faire dans un lieu calme, pas trop à la lumière, à l'abri des mouches, et du passage.
Au préalable, se débarrasser des énergies perverses que l'on peut avoir emmagasinées :
Se donner au moins dix minutes pour chasser :

* Stress, colère, contrariétés, soucis, discussions animées
* Si l'on sort d'une voiture pour éliminer l'électricité statique
* Si l'on a fait un effort physique important ou une compétition.

Avant de commencer :
Faire un appel d'énergie dans les mains en les frictionnant vigoureusement l'une contre l'autre, puis secouer les mains en laissant les doigts très souples.
Les pressions vont se faire avec les pouces, mettre le pouce gauche (ou droit comme on préfère) sur le point de départ, le pouce droit sur le 2ème point descendre en chapelet lorsque le pouce droit à finit sa pression le pouce gauche prend sa place sans pression et ainsi de suite.
Vous êtes prêt à démarrer.
Commencer par le trajet de l'intestin grêle, puis le triple réchauffeur et enfin le gros intestin.
La durée de pression peut se calquer sur le temps d'une respiration (la nôtre) et doit s'exercer par des appuis progressifs. La force n'est pas de mise. La distance séparant les appuis doit représenter un travers de main.

Effectuer des pressions sur le trajet de chaque méridien en commençant par les points les plus hauts de l'attache de la tête longer l'encolure, l'épaule et descendre sur le membre.
Passer du côté gauche. Même mode d'action.
Ensuite même mode opératoire sur les trajets Poumon, Maître cœur, et Cœur. Commencer par leur premier point situé entre les antérieurs.
La séance devrait durer une vingtaine de minutes, elle est idéale pour conclure le pansage. Bien sur les poneys et les ânes peuvent bénéficier du shiatsu offrez leur ce privilège.
Le shiatsu apporte au cheval une détente musculaire et nerveuse. Stimule les circulations énergétique et sanguine, permettant une meilleure récupération et atténuant les risques de courbatures après de gros efforts. ■

Bernard Michon

ENERGETIQUE & PLANTES
L'HERBORISTERIE DES CHEVAUX
Bernard Michon

A mis au point depuis des années Des synergies de plantes naturelles pures, séchées pour améliorer le confort le bien-être, la longévité, l'équilibre les performances de votre Cheval.-

Synergie Cycle & chaleurs *(dans ce numéro)*
Synergie Poumon *(dans le N° Atout cheval du 12/2002)*
Soutien à l'effort *(dans le N° Atout cheval du 08/2003)*
Synergie "Stress" *(dans le N° Atout cheval du 09/2003)*
Ainsi que 8 autres synergies spécifiques

E & P organise à Dancé des séminaires sur un week-end, portant sur l'utilisation des plantes et les Techniques Energétiques appliquées au cheval
Pour commander ou pour tous renseignements concernant les plantes et les séminaires.

ENERGETIQUE & PLANTES
42260 DANCE / FRANCE
tel : 04 77 65 25 65 / 06 14 99 86 35