



massages du Dien Chan

Plusieurs de ces massages proviennent du Tai-Qi et d'autres techniques orientales. Le Dien Chan leur donne un sens en se basant sur les schémas de réflexion projetés sur le visage. Tous ces exercices doivent se répéter entre 10 et 30 fois selon l'état physique et psychologique de chacun. Ce n'est pas le nombre de fois ou le temps dédié à chaque massage qui a une importance, mais le fait de sentir la chaleur qu'ils génèrent.

Une personne yin aura besoin de plus de répétitions que quelqu'un de yang, pour atteindre les mêmes résultats. Si l'on ressent trop de chaleur rapidement, nous en déduisons qu'il s'agit d'une personne yang. Nous recommandons de commencer chaque massage avec la main droite (effet yang) et de finir avec la gauche (effet yin) pour assurer l'équilibre.

Chacun peut développer sa méthode alternative. On peut utiliser une serviette humidifiée dans de l'eau chaude pour se frotter le cou et le visage, par exemple.

Il est important de pratiquer les massages chaque jour au réveil et d'écouter son corps et comprendre ses réponses. Ils nous permettent de prévenir de nombreux troubles en renforçant nos défenses et tonifient le corps en général.

Les schémas de la méthode originale de réflexologie faciale expliquent parfaitement l'efficacité de chaque geste.

Le Dien Chan est complexe mais n'est pas compliqué!

www.DienChan.org

1 Se chauffer les mains en les frottant l'une contre l'autre puis appliquer les paumes sur les globes oculaires sans trop appuyer. Nous devons sentir la chaleur des mains se répandre dans les orbites.

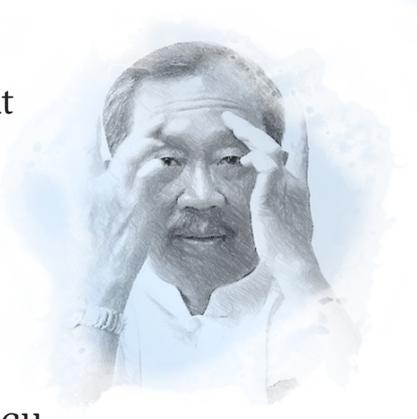
Éclaircit la vision et régule les gonades.

2 Avec le majeur de chaque main, frotter en faisant des mouvements circulaires depuis la base du nez jusqu'aux sourcils et tourner autour des yeux.

Stimule l'appareil reproducteur, le système urinaire et éclaircit la vision.

3 Avec les paumes des mains, stimuler le visage au moyen de mouvements circulaires depuis le menton vers le front, en évitant le nez.

Réchauffe le corps, régule le cerveau et le cœur.



4 Poser la paume de la main droite sur la bouche avec l'index au-dessous du nez (en séparant le pouce pour ne pas se frapper) pour effectuer un massage horizontal. Répéter le massage avec la main gauche.
Régule tous les organes internes.

5 Avec le majeur de chaque main, frotter depuis la pointe du nez jusqu'en haut du front. Toujours finir en haut.
Soulage les tensions du dos et revitalise l'appareil reproducteur.

6 Faire un massage horizontal du front avec la main droite et ensuite avec la main gauche.
Efface les rides, détend le système nerveux et stimule la mémoire.



7 Avec l'index et le majeur de chaque main ouverte en V, frotter vivement devant et derrière les oreilles.
Sentir la chaleur le long des «favoris».
Stimule la sphère ORL (oreille, nez et gorge), réchauffe tout le corps et soulage les tensions de la nuque et du dos.

8 Ouvrir grand la main et avec le pouce et l'index faire un massage du cou de haut en bas depuis le menton jusqu'à la clavicule.
Stimule le système immunitaire et régule la glande thyroïde.

9 Réaliser un massage énergique de la nuque avec la main droite et ensuite avec la main gauche.
Remonte le moral, antidépresseur et améliore la connexion du cerveau avec le reste du corps.

10 Avec les ongles des doigts, effectuer un massage du cuir chevelu en allant du front vers la nuque. Répéter l'opération sur les côtés du crâne au dessus des oreilles.
Vide l'esprit, lutte contre l'alopecie et les pellicules. Cela stimule le cerveau et soulage le mal de tête.



11 Masser les oreilles en tordant les pavillons. Appliquer alors les paumes des mains pour se boucher les oreilles et avec les doigts marteler la nuque. Ceci sert à «battre le tambour céleste».
Stimule l'appareil auditif, les reins et aide à lutter contre les pertes de

mémoire. Cela permet de stimuler le tympan et de réguler l'équilibre en stimulant le cervelet.

12 Avec la bouche fermée, claquer des dents puis faire tourner sa langue en touchant les gencives pour provoquer la salivation et avaler sa salive. Notre salive à jeun s'appelle le «fluide de jade»; c'est un anticorps naturel.

Ce massage yin harmonise les précédents, fortifie la gorge et l'estomac. Très bon pour les articulations, la peau et combattre l'herpès.

Chacun doit se souvenir des massages les plus adaptés à ses propres nécessités et les appliquer chaque matin.

Pour ceux qui n'ont pas le temps le matin, les deux exercices principaux sont le massage n°7 (yang) et n°12 (yin). Ces deux massages sont complémentaires et rééquilibrent le corps après le réveil.

En général, les adolescents n'ont pas autant besoin des 12 massages du matin que les adultes, excepté en hiver pour prévenir des rhumes (massage n°7) ou avant une situation épuisante ou difficile comme un examen, une compétition ou une présentation en public (massage n°9).

Proposez et montrez ces 12 massages à vos patients, clients ainsi qu'à vos amis. Ils ont changé la vie de beaucoup de gens en aidant leur corps à trouver la force nécessaire pour enclencher l'auto-régulation naturelle.

Pour communiquer et pour promouvoir les 12 massages du Dien Chan, nous offrons ce document (au format Pdf) qui peut se télécharger depuis le site officiel de l'École Internationale de Multiréflexologie - Dien Chan www.DienChan.org.



Regardez la vidéo de 12 massages sur notre chaîne: tv.multireflex.com.



Les schémas de réflexion, de nombreux articles, conseils et astuces en réflexologie faciale sont sur le site. Suivez-nous sur [Facebook.com/dienchan.fr](https://www.facebook.com/dienchan.fr) et [Twitter.com/EiMDC](https://twitter.com/EiMDC).

Faceasit l'application interactive

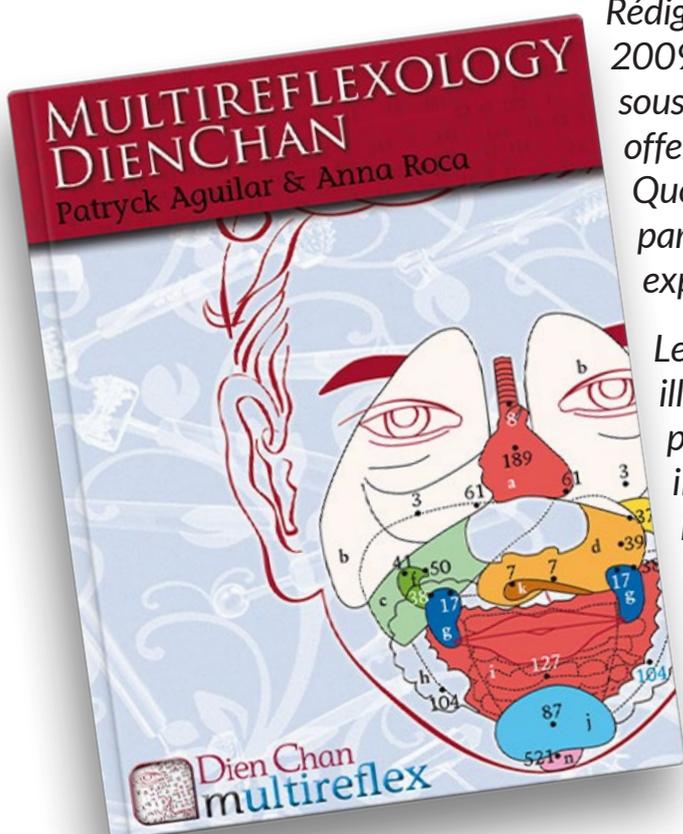
Nous sommes très fiers de présenter Faceasit, notre application pédagogique qui compose des protocoles de traitement en Dien Chan, la méthode originale de réflexologie faciale. Pour découvrir les possibilités proposées par l'application, visitez l'AppleStore et téléchargez la version gratuite: Faceasit'reflex.

Pour à peine plus, la version Faceasit'pro vous permet d'étudier les schémas et ses relations anatomiques. Pour les thérapeutes, Faceasit'clinic comprend tous les schémas, les points-BQC et des formules essentielles pour établir et modifier des traitements personnalisés. Elle offre aussi la possibilité de gérer l'historique de chaque patient et de partager par courriel les protocoles créés afin de pouvoir continuer le traitement à la maison.



Le manuel complet est sur www.Faceasit.com, en français, espagnol, anglais et allemand ainsi que des vidéos explicatives.

Nos publications

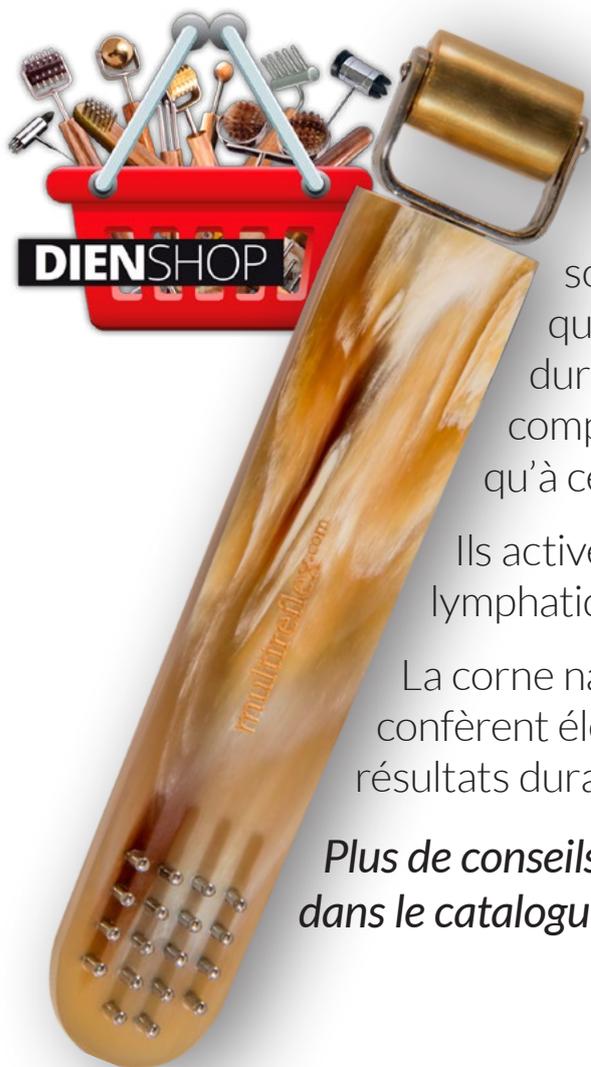


Rédigé originellement en espagnol, nous avons publié en 2009 le livre complet en français aux éditions Grancher sous le nom de «l'ABC du Dien Chan». Nous avons offert 100% des droits d'auteurs au professeur Bui Quôc Châu et sa famille afin de le remercier d'avoir partagé avec nous depuis 2001 son savoir et son expérience avec tant de générosité.

Les nouvelles versions plus complètes et mieux illustrées du livre sont pour l'instant en espagnol, portugais, italien et anglais au format papier et iBook pour iPad (disponible dans AppleStore).

Le format iBook offre la possibilité de prendre des notes qui se gèrent comme des cartes. Il rend le contenu plus interactif et devient le format idéal pour étudier et consulter.

+info sur notre catalogue en ligne le www.DienShop.com.



Les outils multireflex sont en corne naturelle récupérée de l'agriculture traditionnelle. Aucun animal n'a souffert ni fut élevé pour sa corne. De haute qualité et fabriqués artisanalement de façon durable, ils permettent des résultats rapides et complémentaires tant aux professionnels de la santé qu'à ceux de l'esthétique naturelle.

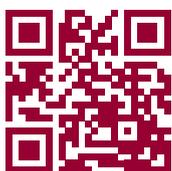
Ils activent la micro-circulation sanguine et lymphatique, et rééquilibrent le flux énergétique.

La corne naturelle, le bois et les métaux utilisés leurs confèrent élégance et efficacité pour parvenir à des résultats durables et profonds sur le visage et le corps.

Plus de conseils sur chaque outils
dans le catalogue officiel: www.DienShop.com



Les 12 massages sur le web



www.dienchan.org

ÉCOLE INTERNATIONALE DE MULTIRRÉFLEXOLOGIE - DIEN CHAN



Une publication multireflex pour l'EiMDC | Barcelone le 2 décembre, 2015.

Il est interdit toute reproduction totale ou partielle de ce document sans une autorisation préalable et écrite. N'importe quelle modification des proportions, des couleurs, des éléments et constituants est strictement défendu. L'information, les pictogrammes, les photographies, les images, les textes, la vidéo et autres documents présents dans ce document sont protégés par les droits de la propriété intellectuelle. Comme tel, n'importe quelle reproduction, représentation, adaptation, traduction ou une modification partielle ou complète sont défendus. La copie en support papier pour un usage privé de ce document est autorisée selon l'article L122-5 du Code de la propriété intellectuelle. Les logotypes de Dien Chan Multireflex, Chan'beauté, Faceasit, EiMDC, DienShop sont propriété de Multireflex Société Limitée. Il est interdit n'importe quelle reproduction totale ou partielle de ces marques sans l'autorisation préalable et écrite. N'importe quelle modification des proportions, des couleurs, des éléments et constituants est strictement défendu.