

CHRISTELLE PERNOT

QUATRE SABOTS, CINQ DYNAMISMES

Zen shiatsu et énergétique chinoise au service des chevaux et de leurs responsables



Christelle Pernot est praticienne en shiatsu équin et humain.

Elle est formatrice en shiatsu équin.

Elle enseigne également l'énergétique chinoise et le qi gong.

Elle est l'auteur de 3 livres et d'un DVD :

- Initiation au shiatsu pour chevaux (Éditions Belin, 2003 et 2014) et son DVD même titre

www.tagfilms-equitation.fr,

- Zen Shiatsu, chevaux et spiritualité

(Éditions Maître du Cœur-auto-édition, 2007),

- Quatre sabots, cinq dynamismes (Éditions Maître du Cœur-auto-édition, 2014).

Les deux derniers ouvrages sont disponibles sur

<http://www.christellepernot.fr>

ou bien à partir de Facebook.

Avec ce troisième livre sur le shiatsu équin, CHRISTELLE PERNOT nous propose de poursuivre le shiatsu de relaxation décrit dans Initiation au shiatsu pour chevaux (Éditions Belin, 2003) avec le shiatsu spécifique des 12 méridiens principaux ainsi que d'approfondir le bilan énergétique abordé dans Zen shiatsu, chevaux et spiritualité (Éditions Maître du Cœur, auto-édition, 2007) grâce à des informations relatives aux cinq Eléments de la Médecine Traditionnelle Chinoise (Métal, Eau, Bois, Feu et Terre).

A travers le prisme de l'énergétique chinoise, ce présent ouvrage nous emmène en voyage, le voyage du Ki (énergie) dans le corps au fil d'une journée, en suivant le cycle des saisons, d'une année, de la vie. Les nombreux témoignages, issus d'une pratique de terrain d'une quinzaine d'années, invitent les lecteurs à s'intéresser à ce que le cheval *est* (plutôt qu'à ce qu'il *a*), à faire l'expérience d'une plongée au cœur du vivant à la rencontre de chevaux et d'humains, de leurs histoires, à la fois simples et complexes, toujours riches de sens et d'enseignements.

Au fil des pages, l'auteur témoigne aussi d'une expérience de Vie (tant professionnelle que personnelle) et d'une certaine vision du monde qui lui est nécessairement associée.

Quatre sabots, cinq dynamismes s'adresse à tous les passionnés de chevaux, professionnels ou amateurs, ainsi qu'à tous ceux qui désirent aborder la relation avec les animaux sous un angle différent, mieux les connaître, les comprendre et donc les aimer... et à travers l'approche orientale et l'accompagnement animal mieux nous connaître, nous comprendre et nous aimer nous-mêmes.

Préfaces de :

- **Dr. Eric Ancelet**, (auteur de plusieurs ouvrages dont «Hypothèses, livre 1: se nourrir... être nourri, réflexions sur la diététique équine» et «Hypothèses: livre 2: naître et grandir, moments d'une vie équine»).

et

- **Michel Odoul** (Fondateur de l'Institut Français de Shiatsu, auteur de plusieurs best-sellers dont «Dis-moi où tu as mal, je te dirai pourquoi» et «Shiatsu et Réflexologie pour les Nuls»).

Conception et mise en page de Sylvie Captain-Sass.
(www.captainsass-creation.com)



9 782953 007015

ISBN : 978-2-9530070-1-5

Dépôt légal : décembre 2014