



Site internet

www.fyrfalkcontent.se/the-poetry-of-touch-by-chris-mca-lister

Page Facebook

@Chris-McAlister

Page Instagram

@mcalicestare

Chris Mc Alister

Formateur Shiatsu



Chris McAlister est praticien, enseignant et auteur en Shiatsu. Il a étudié au Japon et en Chine pendant six ans, notamment avec Takeo Suzuki à l'Iokai Centre. De retour en Europe, il a approfondi sa pratique avec plusieurs enseignants et coécrit *Touching the Invisible*. Il a aussi étudié l'acupuncture avec Kimiya Gotoh et Peter Yates, ainsi que le Taiji Chuan avec Chen Pei Shan.

Son apprentissage des arts internes inclut le Xing Yi Chuan et le Qigong avec des maîtres tels que S.K. Lew. Il a étudié la pharmacopée chinoise avec Ted Kaptchuk et développé une approche alchimique du travail interne. Enseignant et praticien reconnu, il a formé des étudiants et accompagné des patients du monde entier.

Il est l'auteur de *The Poetry of Touch* et prépare la publication de *From Source to the Ten Thousand*.

Atelier : Les Quatre Mers et la Mer du Sang

Les Quatre Mers sont décrites dans le Nei Jing, où Qi Bo affirme que « les méridiens s'y déversent ». Elles regroupent les fonctions des méridiens en quatre niveaux : la Mer du Qi (circulation en surface, respiration), la Mer de la Nutrition (digestion), la Mer du Sang (production et circulation du sang) et la Mer de la Moelle (cerveau et os).

La Mer du Sang joue un rôle central dans la reproduction, la fertilité et la virilité, en lien avec le Chong Mai. Cet atelier de trois heures combinera un Qigong de la Mer du Sang (mouvements automatiques) et un kata Shiatsu (fruit de 38 ans d'exploration).

Ces pratiques apporteront une approche concrète et efficace pour soutenir la vitalité reproductive et renforcer l'équilibre du corps à tous les niveaux.