

Institut Européen de Qi Gong et Yang Sheng

Université libre du Qi

Pour le plaisir de pratiquer et d'apprendre librement

- **QG2 Qi Gong et Méditation 5UL**

Animé par : Yves Réquena et Hélène Zimmermann

Date : 23-24-25 septembre 2011 - **Lieu** : Satillieu - **Horaires** : vendredi 10 h00 - dimanche 17h00

Ce stage propose le travail d'alchimie interne spécifique au taoïsme, consistant en méditations d'ouverture de la petite circulation céleste, de l'axe central et de la transformation du Jing en Qi et du Qi en Shen. Cette transformation est contemporaine d'une spiritualisation de la matière, source de guérison et de prévention, de revitalisation et de ralentissement du vieillissement (Yang Sheng Gong). Cette transformation suscite le raffinement du Shen, de la conscience, créant des opportunités de perceptions complémentaires aux perceptions ordinaires, et favorisant l'accès à l'éveil.

Dans ce séminaire le travail assis alterne avec les mouvements de Qi Gong de style interne ayant pour finalité de collecter l'énergie de l'extérieur pour cultiver l'élixir, grâce aux exercices du Wu Dang niveau 2. Ce séminaire enseigne le massage du Ciel Antérieur, massage du Chong Mai, structure archaïque des mémoires de l'être. Ce massage d'éveil sert également le propos de nettoyer certaines mémoires et remettre en route l'énergie de la vie en panne. Ses effets dans le traitement de la dépression sont remarquables.

Utile à tous et aux étudiants en formation, aux cursus de Master, ce séminaire est important pour la relation d'aide et les psychothérapeutes.

Si vous souhaitez plus d'informations, contactez-nous à secretariat@iegg.com ou direction@iegg.com

