



## Stage de Qi Gong et méditation

### Sons, organes et émotions 五元庄

29 et 30 avril 2023 Animé par HE Yan

Les Grandes Terres 69340 Francheville, France (ou par Zoom)

**Zhi Neng Qi Gong (Le Qi Gong de La Sagesse)** est une excellente méthode pour unifier corps, énergie et conscience. C'est aussi une voie pratique sur la recherche du soi véritable et sur la liberté intérieure. Cette méthode, riche et efficiente pour ses apports thérapeutiques, **a été sélectionnée par le gouvernement chinois comme une des approches naturelles de prévention et de rétablissement**. Elle est transmise par des universités de Médecine Traditionnelle à leurs étudiants. Parallèlement cette méthode est aussi enseignée aujourd'hui au grand public dans le monde entier.

#### Programme de ce stage :

- 1) **Découvrir l'harmonie entre les organes internes et les émotions à travers mudras et sons.**
- 2) **Explorer la spécificité des mudras et sons:**
- 3) Sur les plans anatomique et énergétique, les organes se situent en profondeur. La conscience "ordinaire" ne peut pas guider leurs activités. C'est pour cette raison que des mudras (en référence aux principes des organes internes) et des sons (vibrations) et intentions sont utilisés pour mobiliser les grandes fonctions du corps et harmoniser les émotions.
- 4) **Ouvrir Hun Yuan Qiao:** L'accent sera mis sur l'ouverture de l'énergie du Hun Yuan Qiao, lieu de fusion de l'énergie des 5 organes. Quand ce réservoir énergétique s'ouvre, l'énergie entre en profondeur, nourrit les cellules et nettoie en même temps des complexités et émotions plus anciennes.

*Phases alternées de mouvements, de sons, de respiration, de soins et de méditation ...*

#### Particularités de ce Stage :

Ce stage de deux jours se déroulera dans un champ d'énergie préparé (Qi Chang/气场) soutenant harmonisation du corps d'énergie de tous les participants.

A travers l'expansion de la conscience et l'ouverture du coeur, comprendre le chemin à parcourir de la dualité à l'unité !

**Un stage ouvert à tous et nombre de places limité en présentiel !**

**Lieu du stage :** Les Grandes Terres, chemin du Grand Moulin, 69340 Francheville, France (ou par Zoom)

**Horaires :** 9h30-12h30, 14h00 -17h00

**Frais pédagogiques** pour stage en présentiel : 120 €/forfait week-end, acompte 30 € paiement en ligne.

Stage en direct par ZOOM : 120 €/forfait weekend, paiement en ligne.

**Repas :** chacun emmène un pique-nique.

**Hébergement :** possibilité d'être logé sur place. N° de téléphone du secrétariat des Grandes Terres pour plus de renseignements : 09 86 49 79 01.

**Inscription et paiement sécurisés en ligne** par carte bancaire : cliquez sur le lien '[Inscription et Paiement](#)', remplissez le formulaire. Une fois le formulaire rempli et le règlement validé, vous recevrez immédiatement un email de confirmation (y compris le mode de connexion Zoom si vous choisissez ce mode de participation).