



Exceptionnel et Inédit



2024-2025

Qi Gong de la Géométrie sacrée

Comment donner vie à des symboles

Pour développer votre spiritualité tout en préservant votre santé physique



Après avoir insisté les trois années précédentes sur les deux niveaux premiers de pratique du Qi gong: le « physique » et le « Qi et la respiration », cette année je vous embarque dans le troisième niveau « l'intention » relié à notre dimension vibratoire spirituelle.

Je vous inviterai à travailler sur les symboles par des mouvements choisis et des intentions. Les symboles étant porteurs de sens, et dont la fonction est de rendre visibles des réalités invisibles.

A cet effet, je propose cette année un enchaînement inédit, « **Le Qi gong de la géométrie sacrée** » ou « **Mettre en mouvement les symboles universels** » qui nous fera monter dans des hautes fréquences vibratoires, participant ainsi à notre développement spirituel.

Venez « ressentir » dans votre corps les effets de cette énergie, à pratiquer chaque matin en « routine » vous préparant ainsi à vivre votre journée d'une façon alignée, enraciné, centrée et créatrice.

En guise d'échauffement, je vous propose en première partie, l'excellent **Qi Gong de l'ouverture et de l'étirement** de Maître Zhang Ming Liang de l'école E.MEI.

Et bien sûr, en continue sur l'année du **travail respiratoire**, notre ressource première de vie.