

DATES :

25-29 juillet 2009 Taijiwuxigong
 31 juillet-2 août 2009 Taiji du Bâton Long

LIEU : CREPS de Montpellier

2, avenue Charles Flahault
 34090 Montpellier

INSCRIPTION :

Taijiwuxigong - Samedi 25 9:30-10:15
 Taiji du Bâton Long - Vendredi 31 9:30-10:15

EMPLOI DU TEMPS :

Samedi 25/07 10:30-12:30 / 15:00-17:30
 Dimanche-Mardi 09:30-12:30 / 15:00-17:30
 Mercredi 29/07 09:30-12:30

Vendredi 31/07 10:30-12:30 / 15:00-17:30
 Samedi 01/08 09:30-12:30 / 15:00-17:30
 Dimanche 02/08 09:30-12:30

Coût : 350 € Taijiwuxigong

150 € Taiji du Bâton Long

450 € Taijiwuxigong + Taiji du Bâton Long

HÉBERGEMENT EN CHAMBRE UNIVERSITAIRE INDIVIDUELLE * :

130 € pour le Taijiwuxigong
 (4 nuits + 4 repas midi)

65 € pour le Taiji du Bâton Long
 (2 nuits + 2 repas midi)

* *possibilité de nuits supplémentaires*

HÔTELS À PROXIMITÉ :

Hôtel Les Fauvettes - 8, rue Bonnard
 04 67 63 17 60

Hôtel Acapulco - 445, rue Auguste
 04 67 54 12 21

CENTRE VILLE :

Auberge de jeunesse
 Impasse de la petite corratierie
 04 67 60 32 22

Si vous avez une voiture, possibilité de loger au bord de mer, renseignez-vous aux offices de tourisme des villes de CARNON et PALAVAS.

ORGANISATION - HÉBERGEMENTS

Docteur SHEN Hongxun

Le Dr Shen Hongxun (1939, Shanghai) pratique le taijiquan depuis plus de cinquante ans. Il en a commencé l'étude très jeune, avec le légendaire professeur Yao Huanzi, qui avait atteint au cours de sa vie un niveau de maîtrise inégalé (en se servant des forces Taiji, il était capable d'empêcher les autres de le toucher ou même de s'approcher de lui).

Plus tard, le Dr Shen Hongxun a été formé à une méthode similaire par le grand maître Xia Zixin, de l'École de Taijiquan du Sud. Il a également reçu une grande partie de sa formation dans le style Yang du grand maître Tian Zhaolin, le principal élève résident du grand maître renommé Yang Chengfu.

Le Dr Shen Hongxun est le fondateur du Taijiquan Tian Shan (La Montagne du Ciel), du Buqi (technique thérapeutique chinoise qui se sert des forces vitales) et du Taijiwuxigong (système d'auto-guérison par le mouvement spontané). Il vit en Europe depuis 1987 et y a fondé la Buqi Institute International à Gand, en Belgique, et le Shen Hongxun College en Angleterre.

**Maître SHEN Zhengyu**

Shen Zhengyu pratique le Taijiquan, le Taijiwuxigong et le Taiji épée depuis l'âge de 7 ans. Il a appris ces disciplines de son père le Dr Shen Hongxun, le fondateur du Taijiwuxigong (système d'auto-guérison), du système de guérison Buqi, et de son grand-père le grand maître Xia Zixin de l'école de Taijiquan du Sud (Taijiquan Nanpai).

Dès l'âge de 13 ans, il assiste son père dans l'enseignement du Taiji. Grâce à son immersion très précoce et à de très nombreuses années de pratique des différentes disciplines, Shen Zhengyu a acquis une profonde compréhension de l'art martial chinois interne. Spécialiste du Taijiquan, forme et applications avancées dans le Taiji épée, le bâton, la poussée des mains et le Sanshou, il enseigne depuis 1992 en Belgique et en Hollande.

Il est également diplômé en médecine occidentale et a travaillé plusieurs années dans le domaine de la médecine préventive.

www.buqi.net

SÉMINAIRES INTERNATIONAUX D'ÉTÉ TOUS NIVEAUX - MONTPELLIER - FRANCE



*Se libérer des toxines et du stress
 dans le sud de la France*

avec le Dr SHEN Hongxun

TAJIWUXIGONG

25 - 29 JUILLET 2009

avec le maître SHEN Zhengyu

TAIJI DU BÂTON LONG

31 JUILLET - 2 AOÛT 2009

coordonné par ATCC 34

LE TAIJIWUXIGONG

Le Taijiwuxigong, développé par le D^r Shen Hongxun, pour lutter contre les problèmes contemporains de santé et de stress, est une méthode d'auto-guérison physique et émotionnelle sûre, efficace et facile à apprendre.

Il éveille l'énergie, le Qi, et utilise à la fois des exercices de posture debout et en mouvement afin de cultiver le mouvement interne et spontané du Qi.

Mouvement spontané LA CIRCULATION DU QI

Le mouvement spontané est la plus importante réaction à la pratique du Qigong – ce n'est que lorsque le Qi circule que stagnations et blocages peuvent être enlevés. Le Taijiwuxigong peut vous donner l'expérience directe de sentir dans votre propre corps le Qi vivant et en mouvement. Il peut traiter la maladie en optimisant les capacités d'auto-guérison de l'organisme et nous conduire à l'éveil de fonctions latentes innées.

Mouvement spontané UN PHÉNOMÈNE NATUREL

Le Mouvement spontané est un phénomène normal de la vie. Cela se produit constamment dans les processus physiologiques du corps humain. Imaginez seulement combien de fois vous avez cligné les paupières en lisant ceci, combien de respirations vous avez pris. Les cheveux et les ongles poussent, les cellules sont remplacées, le sang renouvelé, les organes remis en état, tout ceci grâce à une sagesse du corps dont nous ne nous sommes jamais questionné jusqu'à ce que ça se passe mal. Le Mouvement Spontané Induit permet d'accéder à la connaissance de l'auto-guérison et des capacités du corps.

La vie est mouvement et le mouvement a une fréquence. Il existe d'innombrables raisons pour lesquelles les fréquences de santé, les mouvements naturels internes du corps sont perturbés. Si les fonctions normales de l'organisme sont affaiblies, ce n'est qu'une question de temps avant que des problèmes de santé et de vieillissement prématuré ne s'installent. En nous enseignant comment nous servir du mouvement spontané, le Taijiwuxigong nous aide à retrouver l'équilibre naturel.

Un élément essentiel du mouvement spontané est la vibration des cellules de notre corps. Des milliards de cellules oscillent sans arrêt dans toutes les directions, et ce dans toutes les parties du corps. Les cellules malsaines situées dans les zones malades ont une fréquence de vibration différente de celle des cellules saines. Il est ainsi possible qu'en influençant la vibration des cellules, nous

puissions modifier et réguler leur fréquence, et créer ainsi des conditions favorables pour être en bonne santé et pour la guérison.

Double cercle vicieux LA MAUVAISE POSTURE CORPORELLE LES ÉMOTIONS NÉGATIVES

Pendant le Congrès Mondial de Médecine de 1992 sur la relation entre colonne vertébrale et maladie, il fut rapporté l'existence d'un lien entre les problèmes vertébraux et plus de quarante maladies et pathologies différentes, comme l'asthme, le diabète, l'hypertension, le mal de dos et les problèmes articulaires et musculaires, pour n'en citer que quelques-unes.

Dans sa recherche, le Dr Shen Hongxun a découvert qu'en plus des problèmes vertébraux, les émotions négatives et le stress jouent aussi un rôle essentiel dans le développement de la maladie. Ceci l'a amené à développer la théorie du double cercle vicieux, qui identifie la mauvaise posture corporelle et les émotions négatives comme les deux facteurs premiers dans le développement d'une majorité de maladies.

Les émotions négatives affectent la biochimie du corps, et provoquent la formation de produits secondaires métaboliques toxiques. Ces produits s'accumulent dans les espaces intervertébraux, mais aussi dans les articulations et les organes.

La plupart des problèmes vertébraux sont le résultat d'une mauvaise posture corporelle souvent liée aux habitudes et au travail effectué.

Les exercices de mouvement spontané aident à corriger la posture, à étirer la colonne vertébrale et à ouvrir les espaces intervertébraux. Il est impossible de corriger une mauvaise posture avec des comprimés et des potions, et il est donc impossible de traiter les problèmes de santé avec seulement des ordonnances de médicaments.

Le Taijiwuxigong s'attaque à la cause principale de nombreux problèmes en introduisant le mouvement spontané pour améliorer la posture et éliminer le Qi négatif.

Double cercle vicieux LA PRÉVENTION, LE TRAITEMENT

Le Taijiwuxigong est une méthode très efficace pour empêcher de nombreuses maladies de se déclarer et pour nous garder en bonne santé.

Il nous aide également à restaurer notre équilibre mental et émotionnel, ramenant ainsi l'harmonie dans tous les aspects de notre vie.

Ce séminaire de Taijiwuxigong, tous niveaux, donné par son fondateur, le D^r Shen Hongxun, offre une occasion unique d'étudier directement à la source.

LE TAIJI DU BÂTON LONG

Taiji Bâton LA SYMBOLIQUE

Bâton du pèlerin ou du marcheur, support de l'effort, compagnon de route, il devient une arme pour tenir à distance l'agresseur.

En Occident, le bâton représente un symbole essentiel (bâton du magicien, de la justice, royal mais aussi bâton sur lequel s'appuie le moine, le paysan, le berger...); il est omniprésent, à la fois, arme, outil, instrument et symbole de pouvoir, il est un des plus anciens attributs humain.

En Chine, symbole des moines bouddhistes, la pratique du bâton long a toujours fait partie intégrante de l'Art Martial. Il demeure l'arme fondamentale, les chinois le nomment « mère de toutes les armes ».

Taiji Bâton LA TECHNIQUE, LA PRATIQUE

Le bâton permet une grande liberté de mouvements grâce à la variété des positions de main. L'utilisation du bâton permet d'amplifier les mouvements et la circulation énergétique; ses mouvements circulaires sont très harmonieux et développent une bonne spatialisation.

La longueur et la portée du bâton facilitent la projection de la force taiji hors du corps.

La méthode chinoise originelle que nous vous proposons d'étudier allie la technique spécifique du bâton à la forme.

Taiji Bâton LE BOIS

Rond, souple et lisse, son toucher est agréable, dense mais léger, il vibre, vire et volte avec aisance. Fait dans un bois résistant, il est très souple et très maniable.

Un stage où l'on s'exercera en plein air pour profiter de l'espace et du beau temps; une salle sera également à notre disposition pour se recentrer et en cas d'intempéries.

Un bâton vous sera prêté pour la durée du stage. Ce cours, tous niveaux, permettra à chacun de puiser de la force et de la mobilité.



*Prévoir des vêtements amples et confortables,
des chaussures souples pour l'intérieur,
des chaussures pour l'extérieur,
apporter une tasse personnelle pour le thé.*

MOYENS D'ACCÈS:

Gare TGV Montpellier-Saint Roch
Aéroport Montpellier Méditerranée
Ryanair Bristol, Francfort, Londres, Bruxelles

DE PLUS AMPLES INFORMATIONS:

N'hésitez pas à nous contacter au :

04 67 89 63 34
06 22 06 61 00
buqifrance@buqi.net

Françoise Escobar

RENSEIGNEMENTS

MONTPELLIER 2009

TAJJIWUXIGONG, 25 - 29 JUILLET

TAJJI DU BÂTON LONG, 31 JUILLET - 2 AOÛT

*Important : pour garantir l'hébergement,
veuillez réserver le plus vite possible*

NOM :

ADRESSE :

TÉL. :

PORTABLE :

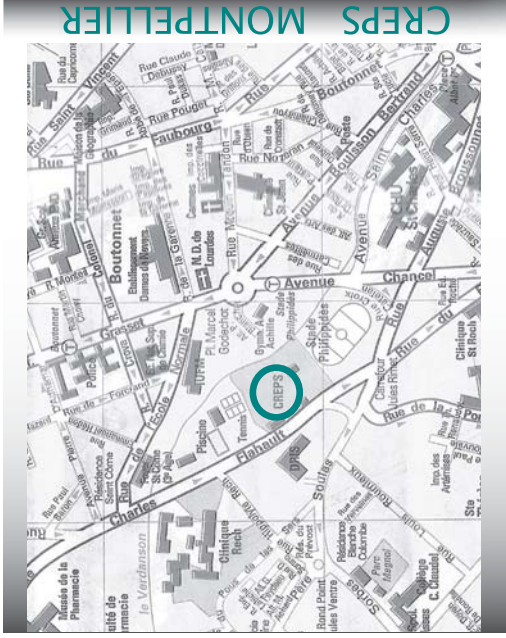
E-MAIL :

- participe au séminaire de Tajiwxigong
- participe au séminaire de Taji du Bâton Long
- participe aux 2 séminaires
- souhaite être hébergé en demi-pension midi du 25/07 au 29/07
- souhaite être hébergé en demi-pension midi du 31/07 au 02/08
- souhaite réserver la nuit de la veille
- souhaite réserver uniquement les repas midi

DATE :

SIGNATURE :

FORMULAIRE DE RÉSERVATION



ATCC 34

Maison de la Vie Associative

15, rue Général Marguerite

Boîte 100

34500 BÉZIERS

FRANCE

