

INSTITUT DAO DE L'HARMONIE
法国中华传统文化学院
DAO de l'HARMONIE
Les 8 et 9 octobre 2011

Les arts énergétiques comme le Qi Gong, le Tai Ji Quan (Tai Chi Chuan), le Xing Yi, le Ba Gua Zhang, le Da Cheng Quan et même les arts martiaux externes comme le Gong Fu (Kung Fu), ont tous des éléments communs, bien que leurs formes soient différentes. C'est comme si l'on voulait comparer des constructions de type roman et gothique ; leur aspect est assez différent mais leurs matières premières sont identiques : bois, pierre, briques, ciment, acier ... À la base des différentes pratiques qui nous concernent, on retrouvera toujours les trois éléments suivants : le corps, le mental et la respiration.

Toutes les parties du corps doivent être souples et doivent bouger ensemble, harmonieusement et toujours bouger par le Dantian. La force physique grossière n'est pas nécessaire, la force de la pensée, accompagnée d'une respiration calme et régulière suffit.

Or, nous sommes habitués à bouger d'une manière incorrecte avec des mouvements qui vont à l'encontre les principes des arts énergétiques et ceci sans que nous en soyons conscients. Si on veut bien conserver notre énergie, améliorer notre santé et prolonger notre vie, nous devons changer notre manière de penser et notre façon d'utiliser notre corps, même pour les arts martiaux.

Le Dao de l'Harmonie est une pratique de base des arts énergétiques qui met l'accent sur les « matières premières » ; apprendre comment harmoniser les différentes parties de notre organisme, le mental et le corps, nous-mêmes et la société, l'être humain avec la nature. En un mot, c'est une philosophie palpable. Il s'agit là d'un programme nouvel et peu connue qui s'adresse à tous, débutant ou avancés.

L'Institut Dao de l'Harmonie vous propose ce stage, animé par Me JIAN, diplômé de l'Université de Médecine Traditionnelle Chinoise de Guangzhou, pour vous faire découvrir cette pratique.

Dates : les 8, 9 octobre 2011 de 9h30 à 12h30 et 14h à 17h.

Lieu : 57, avenue du Maine 75014 Paris, Métro Gaité

Prix : 160 € (non adhérents de l'Institut : 195 €).

Un versement de 50 € d'acompte sera demandé à l'inscription.

Renseignements : 01 43 20 70 66

BULLETIN D'INSCRIPTION

à retourner à : Institut Dao de l'Harmonie 57, avenue du Maine 75014 Paris

NOM : Prénom :

Adresse :

Code postal:..... Ville :

Tél : e-mail :

Je désire suivre les cours et joins un chèque de 50 € d'acompte (non remboursable), à l'ordre de l'Institut Dao de l'Harmonie pour ce stage.

Date :

Signature :