

Contenu Formation PQT1

Pratique Debout

Qi Gong pour disperser le Qi

Brosser le Yin et le Yang

le vieil homme

mantras des 3 Dantiens

tirer les cieux

méditation 1-10

Descendre Yin remonter Yang

Réguler Yin et Yang

Les 6 sons guérisseur

Les 5 couleurs thérapeutiques

battre et tambouriner le Qi

Respiration des 3 sources

Gwan Gong caresse sa barbe

Pratique au sol

relaxation eau

respiration 3 étages

méditation 1-10

méditations 8 directions

méditation Orbite Microcosmique

Atelier

Tests posturaux

Ressentir l'énergie des lieux

Développer sensation du Qi, Ressentir la bulle

Techniques de soins

Initiation au soin

A pratiquer chez soi

Pratiques Méditations

Méditation en 5 étapes

Méditation des 8 directions

Pratiques Mouvements

Auto-massage et brosser le Yin / Yang

Qi Gong pour disperser le Qi

tirer les cieux ouverture

Réguler Yin et Yang

Tirer les cieux Fermeture

Préparation Stage PQT2

Cours Théorique Vidéo

Genèse : Dao, Wu Ji, Tai Ji, 5 lumières pures, 5 densités, 5 Esprits-organes, 5 Essences vitales

Lectures des « Traités de Qi Gong Médical »

“Introduction à la thérapie par le Qigong”

Théorie

Aperçus historique de la médecine énergétique chinoise

Des anciens chamanes mystiques aux guérisseurs de la cour impériale, la médecine énergétique chinoise a une vaste histoire.:

V1, Ch. 1: introduction histoire et médecine chinoise

V 1, Ch. 2, (p.47-59): Formation énergétique de l'univers

Anatomie énergétique et physiologie

• les trois corps et les trois mondes; et les diverses interactions affectant le corps l'énergie et l'esprit V1, Ch. 2 (p.60-72): Formation énergétique du corps Humain

Pratique

Nettoyage, purger et réguler l'énergie vitale

• Exercice attirer le souffle des cieux : Purger le Qi trouble des organes

V4, ch. 43 (p.143-145): Attirer le souffle des cieux

- Respiration naturelle et battre et tambouriner le Qi:

V4, Ch. 44 (p. 180).

Sons thérapeutiques pour purger les stagnations émotionnelles

- le vieil homme regarde le reflet de la lune dans la flaque

V4, ch. 42 (p.92-94): le vieil homme

Introductions aux protocoles de protections et de soins

- Créer un cercle énergétique et purger le corps énergétique.

V3, ch.28 (p242-245): 3 cercles, 3 purges des 3 corps

Éléments Eau: Reins: Fonctions, Esprit Zhi, Méridiens

Volume 1, Chapitre 8, pages 417-425