

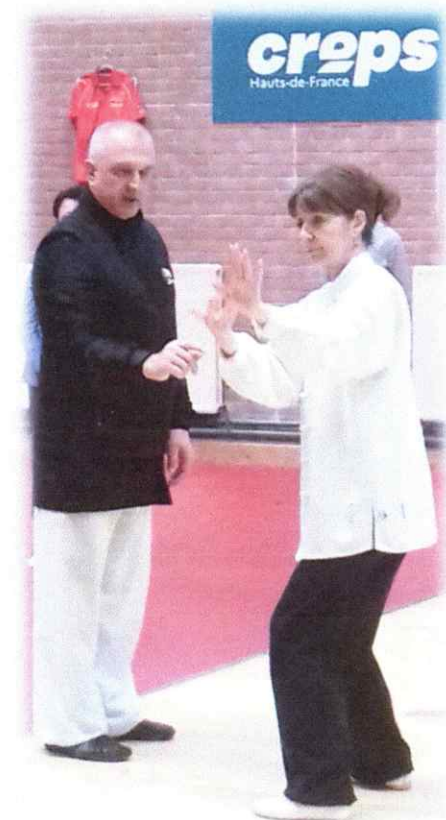
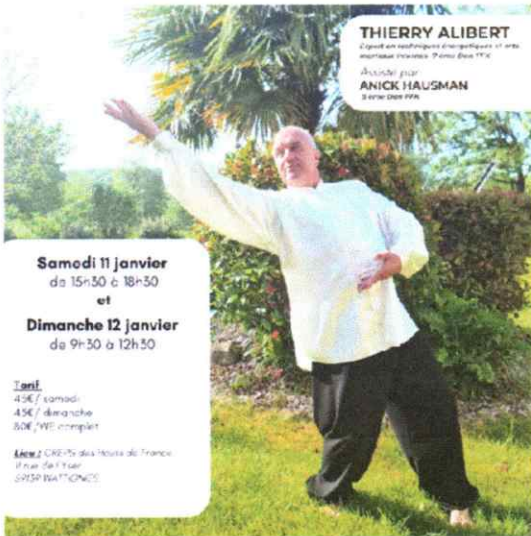
STAGE DE QI GONG : LA GRANDE FLUIDITÉ

organisé par l'association Corps et harmonie - Lille (59)

Comme une bénédiction, malgré le froid, la neige de la semaine n'a pas eu de répercussion pour remettre en cause ma participation à ce rendez-vous de grande qualité pédagogique. A mon arrivée au Creps de Wattignies, j'ai reçu un accueil très chaleureux de la part de mon confrère Thierry ALIBERT, ainsi que de Michèle et Carinne (Enseignantes au sein de l'association Corps et Harmonie de Lille) à l'origine de cet évènement.

J'ai salué amicalement Thierry pour lui confier que j'étais très heureux de le revoir en pleine forme. A la suite de nos échanges de bons procédés, Thierry a souhaité m'apporter quelques précisions concernant le Qi Gong de la grande fluidité, au programme de ce stage.

Ce qui m'a touché, c'est son souhait de laisser une trace de lui comme beaucoup d'autres Maîtres l'on fait avant. Il a donc mis au point une méthode de Qi Gong qui regroupe plusieurs phases d'études de 12 mouvements chacune. Celle-ci associe à la fois le Bagua Zhang pour le côté martial. Avec la Terre, L'homme et le Ciel, le Tai Chi permet un développement d'élévation par des mouvements en cercle, respectant la fluidité, tout en conservant les valeurs énergétiques du Yin / Yang. Puis vient ensuite la maîtrise de la pratique du Qi gong afin d'ouvrir les différents méridiens par le potentiel énergétique adapté. Cette méthode possède une autre vertu, celle d'être innovante par la diffusion de messages à la fois à but énergétique, martial, spirituel et source de bonne santé.



(Je suis bien entouré par Michèle et Carinne, enseignantes de Qi Gong et de Tai Chi Chuan au sein de l'association Corps et Harmonie à Lille).



Durant les trois heures de stage de ce dimanche 12 Janvier 2025 au matin, j'ai adoré cette pratique parce que j'étais dans mon élément. Ce fût une très belle découverte. C'est mon premier stage de l'année. Dans la salle il y régnait une belle harmonie. J'ai eu le plaisir de retrouver de vieilles connaissances. Merci à mon confrère Thierry et aux organisateurs pour ce magnifique moment de partage d'énergie et de bien être.