





*" Le Maître qui se trompe égare ses disciples ; les disciples qui se trompent s'égareront malgré leur maître. "*

*Li Tseu : 3ème grand penseur du Taoïsme (5ème siècle av. J-C)*

### **Agenda**

- Le cours du vendredi 15 décembre (soir) sera animé par Daniel.
- Veuillez noter que les cours du vendredi 22 décembre ne seront pas assurés, la MJC de Rouen étant fermée!
- Je n'assurerai pas de cours pendant les vacances scolaires.  
Je vous invite à prendre contact avec les autres enseignants afin de savoir si ils maintiennent tout ou partie de leurs cours à Canteleu, Doudeville, Auffay, Neuville les Dieppe et Quincampoix.
- **Un atelier aura lieu à Jumièges le dimanche 21 janvier de 9h à 12h.**  
Il aura pour thème le « Qi Gong méditatif de la lumière dorée », exercice de l'école de la porte du dragon, basé sur l'enseignement Taoïste du secret de la fleur d'or.  
<http://lafontainedebambou.fr/ateliers.html> 
- **Stage d'été 2018 en Lozère.**  
Le programme et la fiche d'inscription de notre stage d'été 2018 en Lozère sont en ligne : <http://lafontainedebambou.fr/stages.html> 

### ***Nouvelles de la santé***

Pour les enfants entre 3 et 8 ans le laboratoire Hifas Da Terra propose 2 sirops à base d'acerola (vitamine C naturelle) et de poudre de champignon médicinal :

- Dr Rei contenant du Reishi, indiqué pour les allergies saisonnières, les troubles asthmatiques et nerveux.
- Dr Léo contenant de l'hericium, indiqué pour la mémoire, les fonctions cognitives, les troubles intestinaux.

## **Calendrier énergétique – L'hiver**

du 07 novembre au 03 février

Le mois de décembre

⇒ **Fils cadet de l'hiver.** ❄️

**Il représente le mois du solstice, le plein accomplissement de l'hiver.**

### **1. Recommandations générales** ❄️

- On se garde de la froidure et du gel.
- On évite de réchauffer le ventre et le dos au contact d'un radiateur trop brûlant ou d'un feu de cheminée trop vif.

### **2. Recommandations alimentaires : AB**

**"Au cours du onzième mois ( février étant le 1er NDR) l'organe des reins est juste en abondance, le cœur et les poumons sont affaiblis ; il convient d'augmenter la saveur amère et d'interrompre le salé.**

**Tonifier et régulariser poumons et estomac. »**

*Sun Si Miao/ les prescriptions valant mille onces d'or.*

- On cesse la saveur salée en évitant les produits de la mer, la sauce de soja, les salaisons afin de freiner son action dominatrice sur le cœur.
- On consomme l'amer subtil qui soutient le cœur affaibli avec les endives, le sarrasin, le seigle, le navet, l'artichaut, la chicorée, l'échalote, la viande de pintade et de mouton. ☞
- On tonifie le poumon par le riz, le millet, le quinoa.

### **3. La pharmacopée préventive de l'hiver**

**Il n'est pas trop tard pour commencer celle-ci....**



**La pharmacopée de l'hiver repose sur l'utilisation conjointe de macérât de bourgeons (laboratoire Biogemm) et de champignons (laboratoire Hifas Da Terra).**

- Les extraits de bourgeons se présentent sous forme de gouttes à prendre dans un peu d'eau chaude.

Pour les gélules de champignons, le laboratoire Hifas Da Terra utilise un procédé breveté sans enrobage acide afin de libérer les composés actifs au niveau de l'intestin grêle. (procédé moderne).

Personnellement, j'en reste à la méthode traditionnelle et ouvre les gélules de champignon afin de diluer la poudre concentrée dans un peu d'eau chaude! ☺

- Les macérâts de bourgeons sont un véritable concentré d'informations lié à l'utilisation de ces tissus embryonnaires en phase de multiplication cellulaire (cellules souches)!
- Les bourgeons concentrent le potentiel thérapeutique de chaque partie de l'arbre.
- Les champignons ont une action générale sur 4 aspects : Immunologie, endocrinologie, psychologie et neurologie + une action spécifique en fonction des métabolites du champignon utilisé.



#### 4. La cure de gemmotherapie de l'hiver

Entre le 07 novembre et le 03 février et pendant 60 jours : ☕  
prendre au choix, selon ses fragilités :

Bourgeons d'églantier / 12 à 15 gouttes dans un peu d'eau chaude le soir au coucher. Ou  
Bourgeons de pin sylvestre / 12 à 15 gouttes dans un peu d'eau chaude le soir au coucher

#### 5. La cure de Mycotherapie de l'hiver



Entre le 07 novembre et le 03 février et pendant 60 à 70 jours : ☕  
prendre au choix, selon ses fragilités :

Mico-Cord / une à deux gélules par jour le matin à jeun. Ou  
Mico-Five / une à deux gélules par jour le matin à jeun.

Rappelons que ces gélules peuvent se trouver au magasin Prima Natura 43 rue St Nicolas à Rouen.

Pour celles et ceux qui soignent ou s'intéressent tout simplement à leur santé je recommande vivement le petit livre "12 champignons médicinaux " du Dr Catalina Fernandez.

Celui-ci est disponible en cours au prix de 10€ / chèque à l'ordre du souffle du dragon.



## 6. Indications médicinales

- Le macérat de bourgeons d'églantier est un anti-oxydant majeur et un stimulant des défenses immunitaires.
- Le macérat de bourgeons de pin sylvestre est un tonique et un anti-stress (cortisone-like) et un reminéralisant et régénérant osseux.
- Le cordyceps ( mico -cord) est un champignon utilisé depuis des millénaires en médecine classique Chinoise et Tibétaine.  
Il fait partie avec le reishi et le ginseng du célèbre "trio impérial".  
C'est un tonique à la fois du *Yin*, du yang et du *Qi* des reins.  
Il agit donc comme tonique général et sexuel, anti- viral, anti déprimeur, régulateur des hormones sexuelles, hépato-protecteur. Sa richesse exceptionnelle en vitamine B 12 lui confère une action puissante sur le souffle et la capacité de récupération.
- Le mico-five est un mélange de 5 champignons (reishi, shiitake, maitake, agaric du Brésil, et cordyceps).  
Il s'agit d'une synergie extrêmement puissante pour renforcer le système immunitaire ce, en prévention des maladies virales et infections opportunistes pour les personnes fragiles ou immuno-déprimées.  
Mico-five donne également de bons résultats dans les cas d'électro ou de magnéto sensibilité, ainsi que contre les intoxications aux métaux lourds.

**Pour la Gemmothérapie, je vous propose de vous organiser afin de faire une commande groupée. / les bons de commande seront disponibles en cours.** 🙌

Les gélules de champignons ainsi que les sirops pour enfants sont disponibles au magasin Prima Natura rue St Nicolas à Rouen.

**Des bons de commande seront également disponibles en cours.**



**Joël Carthery**

*Énergétique traditionnelle Chinoise. Enseignant de Qi Gong  
Conseiller en huiles essentielles et champignons médicinaux.*

<http://essencet8vaisseauxmerveilleux.blogspot.fr/> 06 83 61 20 04 / 02 35 05 22 90

<http://lafontainedebambou.fr/>

**Bon voyage dans le Tao**