

STAGE DE QI GONG Dans les Cévennes

Du 30 juillet au 6 août 2017

Pour la troisième année consécutive, notre stage d'été s'est déroulé en pays Cévenol dans le village du Pont de Montvert.

Notre séjour s'inscrit désormais dans une relation de confiance avec nos différents partenaires locaux:

- L'auberge des Cévennes (hébergement - restauration).
- L'association du culte Protestant (pratique dans le jardin du temple).
- La municipalité du Pont de Montvert (octroi d'une salle).

Je souhaite pouvoir étendre cette collaboration avec l'association "l'arbre aux abeilles" dont la démarche écologique et humaniste est conforme aux valeurs qui sont les nôtres.

Je vous invite à visiter leur site:

www.ruchetronc.fr

Le Qi Gong des 8 trigrammes était le thème central de ce stage. Il constituait déjà la pièce maîtresse de notre séjour à Laguiolle dans le massif de l'Aubrac en mars 2011.

Sans principes philosophique, écologique, spirituel et médical pour y insuffler l'essence, le souffle et le coeur-esprit (*Jing -Qi -Shen*), un enchaînement de Qi Gong n'est qu'une gesticulation vide et sans âme!



Un *Dao Yin* traditionnel nourrit des valeurs intemporels du Taoïsme ou du Bouddhisme, du *Yang Sheng*, de la Médecine Classique, les portent en lui sous la forme d'une trame subtile qui se révèle au pratiquant pour peu que celui-ci dépasse les apparences et les illusions induites par la forme (l'enchaînement mécanique).

J'ai appris ce *Dao Yin* (nom ancien du Qi Gong) il y'a une dizaine d'années sous la férule éclairée de mon Maître et ami Pierre Lagorce.

Je n'ai à ce jour trouvé de système aussi simple, complet, puissant et subtil, à l'instar du *yin-yang* produisant in fine les "dix mille êtres"!

J'espère que les élèves présents au Pont de Montvert ont appris durant ces 6 jours autant que j'ai appris moi même durant cette période, ayant eu la chance de m'entretenir avec Pierre peu de temps auparavant et d'avoir eu par conséquent un éclairage subtil qui a enrichi ma compréhension, ma pratique et le sens de ma transmission!

Le Qi Gong des 8 trigrammes nous invite tel Lewis Carroll à aller voir de l'autre côté du miroir, de passer de l'illusion à l'illumination, du ciel postérieur au ciel antérieur, du microcosme au macrocosme , de l'ignorance exotérique à la révélation ésotérique!

Ainsi soit-il dans le Christianisme pour le chemin de compréhension INRI menant du profane " Jésus de Nazareth roi de Judée " à l'initiatique " le feu de la nature régénère l'intérieur".

Ainsi en est-il dans le Taoïsme du sceau profane de Lao Tseu, simple talisman protecteur, au sceau initiatique protégeant l'ego pour mieux s'en libérer!

Plus prosaïquement je rappelle quelques principes de Yang Sheng :

- Marchez en montagne ou en terrain accidenté régulièrement pour entretenir le souffle et le retour veineux. Moins vous le ferez et moins vous pourrez le faire avec les conséquences qui vont de soi!

- Dans la pratique du Dao Yin descendez les fesses pour entretenir le yang et la force des jambes. Là encore moins vous le ferez et moins vous pourrez le faire !

Bonne pratique!

J.Carthery / septembre 2017

Menhir de Colobrières sur le causse des Bondons →

Pratique assise dans le jardin du temple ↓





Ruche-tronc près du col de la croix de Berthel

Le Qi Gong
un art de vivre au quotidien

La **F**ontaine
de Bambou