

Stage d'hiver, Qi Gong et Taoisme

enseignant Marc Sokol

Passionné des traditions d'Orient et d'Occident, de ce qui fait écho au désir profond de transformation et établit des ponts entre pensées chinoises et occidentales.

Il enseigne l'art d'utiliser les pratiques méditatives, respiratoires et corporelles issues de la tradition chinoise en relation avec les saisons, les émotions et l'alimentation depuis plus de vingt ans.

Il a longuement étudié ces pratiques ainsi que les textes chinois auprès de J.M. Eyssalet et d'autres spécialistes, avant de poursuivre ses recherches par lui-même.

Au Thoronet, dans le Var,

samedi 15 au dimanche 16 Décembre 2018

Ce week-end est ouvert à toutes et tous.

La participation au stage y compris l'hébergement et les repas est de 200€.

Les horaires : du samedi 7h30 au dimanche 17h30.

hébergement à partir du vendredi soir,

Contact et inscription :

bienvenue@aucoeurdespetelins.fr

Tél : 04 94 68 08 15

www.aucoeurdespetelins.fr

Adresse du stage :

« Au Cœur des Pételins »

chez Manu et Serge

2006 route départementale 84

dit Pont de Fer

83340 Le Thoronet





Le Tao, chemin de liberté.

Voyageurs libertaires, sages et joyeux, les taoïstes des temps anciens nous ont légué des outils pour donner à notre chemin, force et beauté, joie, souplesse et liberté.

Le chemin n'est ni antique ni moderne, ni oriental ni occidental, il circule joyeusement à l'ombre des grandes traditions et concerne chaque femme ou chaque homme en route vers lui-même.

Cette rencontre sera consacrée au jeu des 5 animaux, anciennes pratiques taoïstes très proches des origines chamaniques de la tradition chinoise.

Nous explorerons également d'autres pratiques méditatives, respiratoires et corporelles d'origine taoïste ainsi que les notions énergétiques philosophiques et spirituelles qui les accompagnent.

Nous voyagerons à travers la puissance de l'ours et la joyeuse agilité du singe et nous explorerons les grandes notions de la tradition chinoise, appelées les trois trésors : essence (jing), énergie (qi) et esprit (shen).

Stage d'hiver du 15 et 16 décembre

au Thoronet, dans le Var

avec Marc Sokol

au
Cœur des Pételins
L'expérience partagée d'un mode de vie simple