



Retraite de Zhi Neng Qi Gong **Régénération-Vitalité-Pure Conscience**

*Du 4 au 10 novembre 2019 Animé par le Professeur WEI Qi Feng
A Palden Shangpa La Boulaye (Temple des Mille Bouddhas), France*

Zhi Neng Qi Gong (Le Qi Gong de La Sagesse) est une science qui nous permet d'unifier efficacement corps, énergie et conscience. C'est aussi une voie pratique sur la recherche du soi véritable et sur la liberté intérieure.

Programme de la retraite

1) Découvrir l'incroyable puissance d'autoquérison en nous:

- Ouverture de l'espace intérieur du Ming Men (réservoir de l'énergie innée)
- Régénération de la moelle osseuse, des tissus et des cellules (source de vitalité et de rajeunissement)
- Harmonisation des fonctions du Système Nerveux Central (coordination, mémoire, concentration, sérénité ...)

2) Elever le niveau de conscience et cheminer vers l'Unité:

- Claire Conscience (Mingjue) et émotions, Claire Conscience (Mingjue) et soins
- Connexion avec le Champ de Potentialités
- Expansion de la Claire Conscience (Mingjue) et Grande Unité

Fortifier la racine de la vie et ouvrir en même temps le champ de la claire (pure) conscience, ce double développement est primordial pour notre progression et évolution, nous permet de cheminer plus rapidement vers un niveau supérieur d'harmonie corps-énergie-conscience.

Cette retraite se déroulera dans un champ d'énergie organisé, favorisant émergence de la joie et interconnexion

***Phases alternées de mouvements, de respiration, de soins et de méditation ...
Silence pendant trois jours (du 3^{ème} au 5^{ème} jour)***

La traduction en français sera assurée par HE Yan

Lieu de la retraite : Palden Shangpa La Boulaye, Chateau de Plaigne, Plaigne, 71320 La Boulaye, France

Horaires : 9h-12h, 14h30-17h30 (sauf le dernier jour : 9h-12h) + la pratique optionnelle en soirée (20h-21h)

Frais pédagogiques de la retraite : 525 € (Veuillez noter que l'inscription partielle n'est pas possible).
Montant de l'acompte : 125 €.

Le nombre de places étant limité, il est recommandé de faire votre pré-inscription le plus tôt possible

Une retraite ouverte à tous

Pré-inscription en ligne

Une fois le formulaire de pré-inscription en ligne rempli, vous recevrez la confirmation avec les détails liés à l'envoi de l'acompte. En cas de désistement moins de 30 jours avant le début du stage, votre acompte ne pourra pas être remboursé (sauf en cas de force majeure) mais peut éventuellement être reporté sur un prochain stage.



INSTITUT LA GRUE BLANCHE

Tai Chi - Qi Gong - Yoga - Méditation

Hébergement et restauration :

Pour connaître les prix de l'hébergement et de la restauration, cliquer sur le lien internet du Temple : ['http://www.paldenshangpa-la-boulaye.com/reservation/sejourner-au-centre/'](http://www.paldenshangpa-la-boulaye.com/reservation/sejourner-au-centre/)

Pour réserver votre séjour en ligne, cliquer sur le lien : ['http://www.paldenshangpa-la-boulaye.com/reservation/reserver-votre-sejour/article/reserver-votre-sejour,115'](http://www.paldenshangpa-la-boulaye.com/reservation/reserver-votre-sejour/article/reserver-votre-sejour,115)

Téléphone du Temple : 03 85 79 62 53

Un certain nombre de chambres ont été retenues pour ce stage.

Merci de mentionner le nom du présent stage au moment de réserver votre séjour.

Dans la mesure du possible et pour le bon déroulement du stage (pratique du Qi Gong en soirée)

il est formellement demandé à tous les participants de séjourner sur le site de Paldenshangpa La Boulaye.

Nous vous recommandons d'arriver au Temple la veille du stage sauf pour les personnes qui habitent à proximité.

Accès au Temple :

Cliquer sur le lien : ['http://www.paldenshangpa-la-boulaye.com/nous-rendre-visite/'](http://www.paldenshangpa-la-boulaye.com/nous-rendre-visite/)

Autres informations :

Palden Shangpa La Boulaye est l'un des plus grands centres bouddhiste de tradition tibétaine en Europe: des rituels y sont proposés tous les soirs de 18h à 19h et ouverts à tous. Le bouddhisme tibétain présente un vaste panel de pratiques associant éthique, méditation et sagesse, et vous pouvez avoir un aperçu à travers les rituels collectifs et solennels. Ceux qui sont intéressés peuvent s'y rendre librement.



Temple des Mille Bouddhas