



**L'ÉCOLE DU DÉVELOPPEMENT DE LA DOUCEUR**  
 5, Route de Chaumot, 21230 Champignolles Tél : 03 80 64 24 83 / 06 13 92 28 71  
 Mail : [zhiroujia@orange.fr](mailto:zhiroujia@orange.fr) - site: [www.zhiroujia.com](http://www.zhiroujia.com)

**Dimanche 02 février 2020 à Paris avec L. Cortadellas**  
**Atelier de Qi gong – Nei gong et méditation (Ar.Mo.Es)**

**Thème : Se préparer à l'éveil printanier !**

Nous voici bientôt au début du printemps qui naîtra le 4 février ! Ce tout début marque donc la fin d'un cycle et la naissance d'un nouveau. Honorons ensemble par des pratiques appropriées cette joyeuse espérance empreinte de bienveillance pour ce qui se prépare et commence à germer ! Nous aborderons durant cette journée des pratiques variées privilégiant l'utilisation des principes et l'expérimentation personnelle plutôt que l'imitation et la répétition formelle et routinière de méthodes. La clef de cette vision alchimique réside dans la mise en oeuvre du corps comme support d'initiation et dans la capacité à passer du penser au sentir. La présence à soi s'installe progressivement au fur et à mesure que l'attention s'affermit, que sensations, sentiments et émotions se clarifient et s'épanouissent et que s'harmonise et s'apaise la relation corps/esprit.

**Matériel** : coussin pour l'assise, tapis de sol, couverture et **réceptif pour boisson**  
**Lieu** : **Dojo Tenchi, 25 Bd de Strasbourg, M° Strasbourg St Denis**  
 Code porte à [zhiroujia@orange.fr](mailto:zhiroujia@orange.fr), **puis en face tout au fond de la cour à droite**  
**Horaires** : de 9h00 à 12h00 & de 13h00 à 16h00 **Coût** : 95 € (adh) et 100 € (non-adh)

**BULLETIN D'INSCRIPTION**

*A retourner à l'adresse ci-dessus ou à remettre aux professeurs 15 jours avant le début du stage*

NOM : .....  
 Adresse : .....  
 Tél : ..... fax : .....  
 E. mail : .....  
 Je m'inscris à l'atelier de **NEI-GONG** et je joins un chèque d'arrhes de 50 € à l'ordre de l'association "**L'ÉCOLE DU DÉVELOPPEMENT DE LA DOUCEUR**"



**L'ÉCOLE DU DÉVELOPPEMENT DE LA DOUCEUR**  
 5, Route de Chaumot, 21230 Champignolles Tél : 03 80 64 24 83 / 06 13 92 28 71  
 Mail : [zhiroujia@orange.fr](mailto:zhiroujia@orange.fr) - site: [www.zhiroujia.com](http://www.zhiroujia.com)

**Dimanche 02 février 2020 à Paris avec L. Cortadellas**  
**Atelier de Qi gong – Nei gong et méditation (Ar.Mo.Es)**

**Thème : Se préparer à l'éveil printanier !**

Nous voici bientôt au début du printemps qui naîtra le 4 février ! Ce tout début marque donc la fin d'un cycle et la naissance d'un nouveau. Honorons ensemble par des pratiques appropriées cette joyeuse espérance empreinte de bienveillance pour ce qui se prépare et commence à germer ! Nous aborderons durant cette journée des pratiques variées privilégiant l'utilisation des principes et l'expérimentation personnelle plutôt que l'imitation et la répétition formelle et routinière de méthodes. La clef de cette vision alchimique réside dans la mise en oeuvre du corps comme support d'initiation et dans la capacité à passer du penser au sentir. La présence à soi s'installe progressivement au fur et à mesure que l'attention s'affermit, que sensations, sentiments et émotions se clarifient et s'épanouissent et que s'harmonise et s'apaise la relation corps/esprit.

**Matériel** : coussin pour l'assise, tapis de sol, couverture et **réceptif pour boisson**  
**Lieu** : **Dojo Tenchi, 25 Bd de Strasbourg, M° Strasbourg St Denis**  
 Code porte à [zhiroujia@orange.fr](mailto:zhiroujia@orange.fr), **puis en face tout au fond de la cour à droite**  
**Horaires** : de 9h00 à 12h00 & de 13h00 à 16h00 **Coût** : 95 € (adh) et 100 € (non-adh)

**BULLETIN D'INSCRIPTION**

*A retourner à l'adresse ci-dessus ou à remettre aux professeurs 15 jours avant le début du stage*

NOM : .....  
 Adresse : .....  
 Tél : ..... fax : .....  
 E. mail : .....  
 Je m'inscris à l'atelier de **NEI-GONG** et je joins un chèque d'arrhes de 50 € à l'ordre de l'association "**L'ÉCOLE DU DÉVELOPPEMENT DE LA DOUCEUR**"

