



## Stage avec Fabrice Jordan

Dimanche 2 novembre 2008, 8 février, 22 mars, 17 mai 2009

# L'énergétique chinoise et son expérimentation corporelle

Ce stage a pour but de passer en revue, de manière vécue, certaines notions importantes de la pensée et de l'énergétique chinoise. Ces notions sous-tendent implicitement toute l'approche corporelle venant de Chine et constituent la base des techniques d'alchimie interne d'origine taoïste (Neidan) à visée spirituelle.

Il s'agira de :

- 1) Donner des connaissances de base, mais vécues, de l'énergétique chinoise : s'adresse aux gens enseignant le Tai Ji Quan, le Qi Gong et qui désireraient approfondir leur compréhension de la pensée et de la vision du monde chinois.
- 2) Donner une compréhension plus poussée, plus ancrée, des grandes structures énergétiques sur lesquelles travaillent les « techniques de Qi » ou Neidan : s'adresse aux pratiquants des techniques méditatives orientales.

### Programme

Nous travaillerons de manière progressive en abordant les notions suivantes :

- Les 12 méridiens principaux dans leurs trajets externes et internes et les moyens simples de les influencer.
- les 8 méridiens curieux et leurs points d'ouverture : comment les incorporer, apprendre à comprendre leurs champs d'action à plusieurs niveaux.
- les Organes fonctions et les 6 entrailles à l'extraordinaire pérennité
- les 5 phases de l'esprit (les Ben Shen)
- les 4 Mers
- Les points et zones du corps importants dans la pratique du Qi Gong et du Tai Ji Quan (Les Barrières, les points d'entrée et de sortie du Qi, les 3 Dantian)
- Méthodes simples de régulation du Qi pour les enseignants (comment intervenir simplement si l'un de vos élèves a un problème durant un cours).

#### Renseignements & Inscriptions :

Association Transverse, c/o Fabrice Jordan, Chemin des Sauges 8, 1405 Pomy  
fajor @ sunrise.ch, +41 24 426 08 88

En fonction des participants présents, nous pratiquerons debout la forme de Qi Gong de « La pratique mystérieuse de la Grande Ourse » enseignée par Maître Liu, ainsi que la partie méditative du même enseignement.

Le programme pourra varier en fonction des demandes...et du temps ! Il n'y a pas besoin de connaissance préalable en énergétique chinoise.

Un document écrit sera distribué à chaque stagiaire en fin de stage.

Fabrice Jordan est médecin, spécialiste FMH en médecine interne et acupuncteur ASA. En Tai ji quan et Neidan (méditation taoïste), il a été l'élève de Vlady Stévanovitch, fondateur de l'école internationale de « L'Art du Chi » durant une quinzaine d'années. Dans cette école il a également suivi dès 1995 la formation destinée aux médecins. Il continue sa formation en Arts internes et acupuncture auprès de divers enseignants européens et chinois (Dr Jean-Marc Eyssalet, Maître Liu Chang Xiang). Il est diplômé de la FEQGAE (fédération européenne de Qi Gong et arts énergétiques) et enseigne le Tai Ji Quan et le Neidan depuis 1993. Il est à l'origine de l'association Transverse.

## Modalités pratiques

**Lieu:** Grande salle, Espace des Vergers, Rue des Vergers 4, 1462 Yvonand

**Horaires:** 9h30-12h00 14h-16h30

**Prix:** 320 CHF pour les 4 dimanche (Membres Transverse : 280 CHF), le paiement se fait sur place ou sur CCP 84-500438-4

**Matériel nécessaire:** vêtements amples, chaussettes ou souliers d'intérieur, matériel pour prendre des notes, tapis de sol et coussin d'assise.

**Inscriptions :** stage limité à 20 personnes, inscriptions prises dans l'ordre d'arrivée. Les journées sont indissociables. Une absence est possible, mais le prix total reste le même. Les journées seront enregistrées et l'éventuelle journée manquée sera disponible sur CD.

Ce stage est organisé par l'association **Transverse - Spiritualité & Arts internes**.

« **Transverse** » **Spiritualité & Arts internes** a vu le jour en mai 2007. Un de ses buts est d'établir des liens entre pratiquants de différentes écoles et courants pour permettre le dialogue et enrichir les pratiques. **Transverse** est une association à but non lucratif et non religieuse. Site internet: [www.transverse.ch](http://www.transverse.ch)

### Renseignements & Inscriptions :

Association Transverse, c/o Fabrice Jordan, Chemin des Sauges 8, 1405 Pomy  
fajor @ sunrise.ch, +41 24 426 08 88