

Contenu de cette lettre:

- |   |        |
|---|--------|
| 1. Tableau des cours en Belgique et aux Pays-Bas en 2012.         | p. 2   |
| 2. Formation Taiji professionnelle: Taiji Epée avec Shen Zhengyu. | p. 3   |
| 3. Weekends de Taijiwuxigong® avec Shen Jin à Mortsels et Lent.   | p. 4   |
| 4. Formation Buqi avec Shen Zhengyu et Shen Jin.                  | p. 5-7 |
| 5. Cours hebdomadaires en Belgique.                               | p. 8   |

=====

1. Tableau de nos cours en Belgique et Pays-Bas pour 2012.

Pour les cours aux Pays-Bas: seule une traduction en néerlandais sera assurée. Si vous comprenez Shen Jin, ou le néerlandais, vous êtes les bienvenus à ces cours.

- Formation Taiji professionnelle: Taiji Epée.
- Weekends de Taijiwuxigong® avec Shen Jin à Mortsels et Lent.
- Formation Buqi®: weekends de Daoyin, Double Cercle Vicieux, Diagnose, Techniques de traitement.
- Cours d'été

Les cours en **rouge** font partie de la formation BUQI®, mais chaque module peut être suivi séparément et est ouvert à tous.

<b>Dates</b>	<b>Quoi</b>	<b>Où</b>	<b>Avec qui</b>
28-29 janvier	Taiji Epée	B - Mortsel	Shen Zhengyu
11-12 février	Taijiwuxigong®	NL - Lent	Shen Jin
<b>24-26 février</b>	<b>Daoyin des sons</b>	<b>NL - Eindhoven</b>	<b>Shen Jin</b>
3-4 mars	Taijiwuxigong®	B - Mortsel	Shen Jin
10-11 mars	Taiji Epée	B - Mortsel	Shen Zhengyu
<b>30 mars-1 avril</b>	<b>Double cercle vicieux</b>	<b>NL – Eindhoven</b>	<b>Shen Zhengyu</b>
11-15 avril	Méditation	B - Bruxelles	Shen Jin
<b>5-6 mai</b>	<b>Daoyin allongés</b>	<b>NL - Lent</b>	<b>Shen Zhengyu</b>
12-13 mai	Taijiwuxigong®	B - Mortsel	Shen Jin
26-27 mai	Taiji Epée	B - Mortsel	Shen Zhengyu
2-3 juin	Taijiwuxigong®	NL - Lent	Shen Jin
9-10 juin	Taiji Epée	B - Mortsel	Shen Zhengyu
1-5 août	Taijiwuxigong®	B – Gand	Shen Jin
6-8 août	Taiji 37®	B – Gand	Shen Jin & Shen Zhengyu
17-21 août	Daoyin E Mei	B – Mortsel	Shen Jin
22-23 septembre	Taiji Epée	B - Mortsel	Shen Zhengyu
<b>29 sept-3 oct</b>	<b>Diagnostic Buqi</b>	<b>NL - ntb</b>	<b>Shen Jin</b>
20-21 octobre	Taiji Epée	B - Mortsel	Shen Zhengyu
27-28 octobre	Taijiwuxigong®	B - Mortsel	Shen Jin
<b>23-25 novembre</b>	<b>Techniques buqi de traitement</b>	<b>NL - Lent</b>	<b>Shen Jin &amp; Shen Zhengyu</b>
novembre (TBD)	Taiji Epée	B - Mortsel	Shen Zhengyu

**Nous vous sommes reconnaissants de diffuser cette information à vos étudiants et à tous ceux qu'elle pourrait intéresser.**

## **TAIJI JIAN (épée) avec SHEN ZHENGYU, Mortsel**

Le Taiji a pour but de développer les **forces** et possibilités latentes qui sont présentes en chacun de nous. Le TaijiJian (sabre droit à double tranchant) propose une méthode pour développer et pratiquer ces forces. La pratique du taiji trouve ses racines dans les arts martiaux, et donne la priorité au corps et à la guérison, sans toutefois perdre le contact avec la notion de lutte.

L'objectif de ce cours de trois jours est d'obtenir une **perception plus pointue des forces taiji** ("jin" en chinois) par le biais des techniques de base de la manipulation du sabre. Lors des exercices, le **corps se détend**. La **posture** s'améliore, nous sommes plus **stables** sur nos jambes et notre force se **développe**. Le sabre est dirigé par une **attention continue**, une concentration soutenue sur sa pointe ou son tranchant. Cela aide au développement des **capacités de concentration**.

La concentration mentale continue sur la pointe du sabre crée une structure énergétique intense, orientée vers l'extérieur, qui croît et contrecarre l'abondance des impulsions venant de ce monde extérieur, et leur fait barrage. Cela permet **de se trouver soi-même**. La **concentration se transforme en observation contemplative**. **L'esprit atteint l'état de vide et connaît le repos**.

L'application du taijijin à la manière de tenir un objet peut être adapté **au quotidien** à l'utilisation des outils ménager ou de jardinage ; le corps se meut de façon harmonieuse, que ce soit pour visser ou forer, couper du bois, découper la nourriture ou ouvrir une bouteille, etc.

Le développement des forces taiji peut servir à améliorer l'**ouverture** du **corps**. De cette façon, les **résidus toxiques** qui stagnent sont **éliminés** plus facilement, ce qui permet la **disparition** de **symptômes** tels que douleurs, raideurs, tensions, infections, etc.

28-29 janvier	Koninklijk Atheneum Mortsel	€125/weekend
10-11 mars	gymnase, Hof Van Riethlaan	
26-27 mai	B – 2640 Mortsel	
9-10 juin		
22-23 septembre		
20-21 octobre		
novembre (TBD)		

*Déjeuner : €12/jour. Prière de réserver les repas **au moins une semaine avant** le début du cours.*

## WEEKENDS DE TAIJIWUXIGONG®, Shen Jin, Mortsel (B) et Lent (Pays-Bas)

Le Taijiwuxigong® a été développé directement à partir du Taijiquan par le Dr Shen Hongxun pour lutter contre les problèmes contemporains de santé et de stress. Facile à apprendre, c'est une méthode d'auto-guérison physique et émotionnelle sûre et efficace et une bonne base pour guérir d'autres personnes.

Le Taijiwuxigong® éveille l'énergie, le Qi, dans la pratique du Qigong, du Taijiquan mais également dans tout autre type de travail sur le corps énergétique. Il utilise à la fois des exercices posturaux debout et en mouvement afin de cultiver le mouvement interne et spontané du Qi.

Le mouvement spontané est la plus importante réaction à la pratique du Taijiwuxigong® – ce n'est que lorsque le Qi circule que stagnation et blocages peuvent être enlevés - et ce n'est qu'alors que les exercices peuvent réellement améliorer la santé. Beaucoup de gens en parlent ou étudient le Qi pendant des années, mais peu expérimentent réellement dans leur propre corps le Qi vivant et en mouvement. Le Taijiwuxigong peut vous donner cette expérience directe. Le Taijiwuxigong® peut traiter la maladie en optimisant les capacités d'auto-guérison de l'organisme et conduire à l'éveil des fonctions latentes innées en chacun de nous.

Koninklijk Atheneum, gymnase Hof Van Riethlaan, B - Mortsel	Voorzieningshart De Ster, Queenstraat 37b 6663 HA NL - Lent/Nijmegen	€125/weekend
3-4 mars	11-12 février	
12-13 mai	<del>21-22 avril</del> (annulé!)	
27-28 octobre	2-3 juin	
réserver: buqibelgium@buqi.net	réserver: krijnook@yahoo.com	

*Déjeuner : max €12/jour, le prix dépend du lieu du cours.*

*Prière de réserver les repas **au moins une semaine avant** le début du cours.*

## **Formation de BUQI®, SHEN JIN et SHEN ZHENGYU**

!!! Pour les cours aux Pays-Bas: seule une traduction en néerlandais sera assurée. Si vous comprenez Shen Jin, Shen Zhengyu ou le néerlandais, vous êtes les bienvenus à ces cours.

### **Les Daoyin des sons, Shen Jin**

Avec les Daoyin du son, différentes techniques respiratoires sont explorées, permettant, par les vibrations produites, d'éliminer le binqi du corps, en nettoyant les organes, les canaux et les méridiens.

### **Le double cercle vicieux cause de la maladie, Shen Zhengyu**

Le Dr Shen Hongxun a découvert qu'en plus des problèmes vertébraux, les émotions négatives et le stress jouent aussi un rôle essentiel dans le développement de la maladie. Ceci a abouti au développement de sa théorie du double cercle vicieux, qui identifie la mauvaise posture corporelle et les émotions négatives comme les deux facteurs primaires dans le développement d'une majorité de maladies.

Ce cours approfondit la théorie du double cercle vicieux et la pratique d'exercices et de méditation.

### **Les Daoyin allongés, Shen Zhengyu**

Convenant à ceux qui sont trop faibles ou trop malades pour rester longtemps debout ou assis, ils sont particulièrement utilisés pour renforcer la colonne vertébrale, en aidant à vaincre la faiblesse et à retrouver mobilité et force.

### **Diagnostic, Shen Jin**

Le diagnostic ne consiste pas seulement à nommer une maladie. Il est bien plus important de trouver l'origine de la maladie, avant de pouvoir choisir le traitement adéquat.

Les techniques de diagnostic que nous apprenons:

- sentir avec les mains
- sentir avec le corps
- utiliser le centre de l'esprit – voir avec le 3ème oeil

### **Techniques de traitement, Shen Zhengyu et Shen Jin**

Nous prévoyons 5 weekends de 2,5 jours pendant lesquels seront apprises des techniques de traitement spécifiques à certaines maladies.

Il y a :

- des techniques "bu": transmettre de l'information et activer
- des techniques "xie": éliminer le binqi et calmer

Le premier weekend est planifié les 23-25 novembre 2012 (vendredi soir + les journées de samedi et dimanche).

Les weekends suivants ont lieu en 2013. Les dates et thèmes des weekends seront communiqués plus tard.

Quoi	Dates	Où	Prix
1. Daoyin des sons	24-26 février	Eindhoven - jour 1: (1) jour 2 & 3: (2)	€ 180
2. Double cercle vicieux	30 mars-1 avril	Eindhoven (2)	€ 225
3. Daoyin allongés	5-6 mai	Lent (3)	€ 130
4. Diagnostic	29 sept-3 oct	Lent (3)	€ 375
5. Techniques de traitement	23-25 nov	Lent (3)	€ 150

Adresses:

(1) Studentensportcentrum TUE, Onze Lieve Vrouwestraat 1, 5612 AW Eindhoven.

Itinéraire [http://venus.tue.nl/sci-cgi/sci\\_8210.opl](http://venus.tue.nl/sci-cgi/sci_8210.opl)

(2) Wijkcentrum Blixems, Ouverture 2, 5629 PV Eindhoven.

(3) Voorzieningenhart De Ster, Queenstraat 37b, 6663 HA Lent/Nijmegen.

Horaires:

**Weekends 1 et 2:** vendredi-samedi 10.00-17.00h

dimanche: 10.00-16.00h

**Weekend 3:** samedi 10.00-17.00h

dimanche: 10.00-16.00h

**Weekend 4:** samedi-lundi 10.00-17.00h

mardi: 10.00-16.00h

**Weekend 5:** vendredi 19.30-22.30h

samedi 10.00-17.00h, dimanche: 10.00-16.00h

Apportez pour le week-end 3 un tapis et/ou une couverture pour les exercices allongés.

*Déjeuner : max €12/jour, le prix dépend du lieu du cours. Prière de réserver les repas **au moins une semaine avant** le début du cours.*

## **COURS HEBDOMADAIRES**

### **Avec Shen Jin :**

- Mercredi : Sint Pietersinstituut, Meersstraat 131, 9000 Gand.
- Jeudi : Koninklijk Atheneum Mortsel, entrée par le parking à côté de Molenlei 6, 2640 Mortsel.  
Horaires : le taiji de 19h15 - 20h15 , le taijiwuxigong de 20h15 – 21h30.
- Lundi : Institut St-Michel, Rue du Collège St-Michel (entrée en face du n° 67), 1150 Woluwe-St-Pierre  
Horaires: le taijiwuxigong de 19h30 - 21h00.

### **Avec Shen Zhengyu:**

- Lundi : Sporthal KTA (salle polyvalente au 1er étage), entrée par la Martouginlei, 2930 Brasschaat.
- Mercredi : De Djoelen, Steenweg op Mol 3, Oud-Turnhout.
- Jeudi : M. Immaculata, Zilverenhoeklaan 2, 2950 Kapellen.  
Horaires: 19h30 - 20h45.  
Voir [www.taijicentrum.org](http://www.taijicentrum.org) - info : [taijicentrum@skynet.be](mailto:taijicentrum@skynet.be)

### **Avec Sofie-Ann Bracke:**

- Lundi: 't Werkhuys, Zegelstraat 13, Borgerhout, 10h30-12h00.  
Voir [www.chinesehealing.be](http://www.chinesehealing.be), aussi pour des consultations individuelles.

### **Avec Lieven Van Den Berghe:**

- Mardi: Sint Lodewijkscollege, Spoorwegstraat 250, 8200 St. Michiels - Brugge.  
Horaires : le taiji de 19h15 - 20h15 , le taijiwuxigong de 20h15 - 21h30.  
Info: [lievenvandenbergh@hotmail.com](mailto:lievenvandenbergh@hotmail.com)

**Pas cours pendant les vacances scolaires. Prix: €10 euro/leçon (12 à Bruxelles) ou €85/10 leçons.**

Pour les cours en France ou Angleterre, voir [www.buqi.net](http://www.buqi.net), en français et en anglais. Ou bien contactez [buqifrance@buqi.net](mailto:buqifrance@buqi.net) pour la France ou [buqibristol@buqi.net](mailto:buqibristol@buqi.net) pour l' Angleterre.

**[www.buqi.net](http://www.buqi.net) / [info@buqi.net](mailto:info@buqi.net) / +32 3 281 0532**