

Le Comité Régional Picardie a organisé

2 journées consacrées à

l'énergétique chinoise

animées par le Docteur Florence Phan-Choffrut

à MERU salle « Voltaire B »

Stage sur les 2 dimanches

5 et 19 avril 2009 de 9H30 à 17H30



Nous remercions vivement Florence pour la qualité de son intervention et la passion avec laquelle elle nous a transmis son enseignement lors de ces 2 dimanches. Elle nous a appris à lâcher prise et laisser nos pensées cartésiennes tout en nous accompagnant sur le chemin de la pensée chinoise, inconnue pour la plupart d'entre nous, où tout est compartimenté, et, par un jeu habile de passages d'un tiroir à l'autre, nous a entièrement captivé. Le programme était dense et notre rate parfois montrait un état de saturation qui troublait notre pensée. Heureusement que Florence, en experte, d'un seul regard, savait que nous avions besoin d'une pause.

Nous étions 41 présents le 5 avril, et 36 le 19 avril.

31 licenciés et 10 non licenciés.

23 pratiquants de taichi ; 13 qigong ; 2 Kungfu

PICARDIE	1	APPGD	295
	1	ADAMAC	598
	3	L'ART M'ATTEND	123
	7	MING MEN	1609
	14	ALV	665

NORD	2	école YING CHUAN	1160
------	---	------------------	------

ILE DE FRANCE	3	AAMYTE	063
---------------	---	--------	-----

Non licenciés	8	pratiquants	
	2	non pratiquants	





Le dimanche matin **5 avril** nous avons abordé l'écriture chinoise du qi, mi et jing et leurs correspondances, l'analogie entre la vision de l'homme et celle du cosmos, la numérogie, le un : WUJI, le deux : YIN-YANG et les lois régissant leurs relations.

Une petite pause s'imposait, alors Florence nous a fait faire un petit jeu : nous devions classer rapidement en YIN ou YANG aux propositions de mots dictés de façon aléatoire. C'est à ce moment là que nous avons commencé à saisir la pensée chinoise, le yin d'un tiroir pouvait devenir yang en passant dans un autre tiroir lorsque la situation décrite était différente.

A 12H30 nous avons pris ensemble un repas chinois livré par le traiteur de la commune de MERU, les discussions allaient bon train, certains se connaissaient déjà, d'autres pas : c'était l'occasion d'échanges amicaux entre stagiaires de différentes régions.

A 14H nous étions déjà prêts à écouter la suite, les 4 saisons, 4 éléments, les 5 mouvements, 5 saveurs, les 5 organes et 6 entrailles.

A l'invitation de Florence nous nous sommes levés et avons visualisé nos pieds à l'intérieur d'un carré imaginaire matérialisant ainsi notre enracinement ; puis les avons inscrits chacun dans un cercle à l'intérieur de ce même carré. La 2^{ème} journée, à cette visualisation nous y avons ajouté un 3^{ème} grand cercle, plus haut (notre tête) dont la projection devait se placer au-dessus du carré.

Après un rapide rappel des différentes notions traitées durant cette journée, nous nous sommes quittés ce 1^{er} dimanche la tête bien remplie mais heureux et surtout désireux de revenir 15 jours plus tard pour la suite, qui s'annonçait être très intéressante maintenant que les principales bases avaient été posées.

Avant de nous séparer Florence nous a invités à faire une pièce de brocards de son école



Dimanche matin **19 avril**, Florence nous a fait un rappel des notions vues le dimanche 5 avril, puis nous avons ouvert le tiroir des 5 émotions et 7 sentiments, le 7 : chiffre de la femme, le 8 : chiffre de l'homme, les 8 méridiens curieux, 7 ou 9 orifices, le 9 : la perfection...

A 12H30 le traditionnel repas chinois.



L'après-midi nous avons abordé les fonctions du Triple réchauffeur qui assure la combustion et la métabolisation, puis le système des méridiens, dont les 8 « curieux » ou « merveilleux » car l'énergie qu'ils véhiculent a été épurée par les 12 méridiens principaux.

Après une pause, Florence nous a enfin parlé du tiroir 3 que nous n'avions pas encore ouvert, et pour cause, nous n'avions pas jusqu'à présent les notions suffisantes à l'appréhender. Dans ce 3^{ème} tiroir nous avons traité les 3 champs de cinabre et les 3 trésors : JING - QI et SHEN (le grand SHEN, à ne pas confondre avec le petit SHEN). A la fin de ce document vous avez un tableau récapitulatif fait en 2005 par Patricia et approuvé par Florence.

Florence nous a parlé de la petite et de la grande circulation nous indiquant le parcours des méridiens, et pour finir, nous avons ouvert le dernier tiroir prévu au programme de son intervention, celui consacré à la respiration.

Avant que nous nous quittions Florence nous a invités à refaire tous ensemble, la première pièce de brocard de son école.

Nous avons vivement remercié Florence pour son enseignement, son savoir-faire tout en souplesse et sérieux, le travail de préparation pour notre stage qu'elle nous a dit avoir fait avec grand plaisir. Passionnée par ce qu'elle fait, elle a cherché tout au long de ces 2 journées à partager sa passion avec nous.

Nous remercions la commune de MERU qui a mis à notre disposition la salle et tout le matériel nécessaire au bon déroulement de ce stage, ainsi que l'association Art de Longue Vie pour l'organisation.

Nous remercions également Annick, kinésithérapeute en massage chinois et amie de longue date de Florence, pour sa présence discrète dans l'assistance, qui est intervenue à quelques reprises pour étayer les dires de son amie.

Ce fut un stage de très bonne vitalité, et tous les participants ont émis le désir de reprogrammer un autre stage du même type, sur le thème « les méridiens et la pratique » par exemple. Nous attendons d'autres suggestions pour le prochain thème de printemps 2010.

Un grand merci à nos confectionneuses de gâteaux que nous avons goûtés avec grand plaisir lors des pauses.

Merci à vous tous pour votre bonne humeur. Ce fut un réel plaisir.

Commission Taichi traditionnelle

