15 novembre 2014

Grand stage de Qi Gong de la santé

organisé par le Club 'Le Souffle du Bambou' à Gembloux

Shi Er Fa selon la méthode du Professeur Zhang Guang De Yangsheng Gong ou Nourrir la Vie et Préserver la Santé.

Une délégation du Health Qigong de l'Université de Pékin a séjourné durant une dizaine de jours en Belgique au sein de la Fédération Belge de Qigong de Santé pour transmettre leur enseignement et leur savoir-faire. Les 3 maîtres, tous professeurs de différentes universités et experts en Qigong de santé ont animé différents stages pour pratiquants confirmés ou débutants tant au Lifecare Centre de Bruxelles que dans d'autres clubs de Wallonie affiliés à la « Belgian Health Qigong Fédération »

À Gembloux, nous avons eu le plaisir de recevoir Madame Wang Meijuan. Une quarantaine de participants se sont ainsi réunis dans la magnifique salle polyvalente du nouveau complexe sportif de l'Orneau.

Madame Wang Meijuan, cette éminente personnalité du monde du Qigong et des Arts Martiaux, enseignante et directrice administrative de l'université de Shandong, également juge national, nous a enseigné avec beaucoup de gentillesse et tout en simplicité les 12 postures du Shi Er Fa. Un vrai privilège !

Un traducteur chinois vivant en Belgique depuis 8 ans nous a bien aidés à comprendre les conseils et à établir des liens d'amitié entre nos deux cultures. Chose curieuse, c'est ici en Belgique qu'il découvre cette méthode de Qigong.

La respiration, la conduite de l'énergie vers les différentes parties du corps, les étirements et les torsions qui libèrent ainsi la circulation sanguine et énergétique caractérisent cette méthode de Yangsheng Gong qui a essentiellement pour but de prévenir les maladies.

Cette journée fut un évènement marquant et porteur pour la pratique du Qigong grâce au professionnalisme de Madame Wang Meijuan, l'intérêt des participants pour l'enseignement reçu et l'ambiance chaleureuse qui régnait parmi nous.