

Le Tao de la Femme
Reéquilibrer la Terre et le Ciel en nous
Le 6 mars 2016
au Centre Léo Lagrange de Villeurbanne



En ce merveilleux jour du printemps, réunissons-nous dans un puissant cercle des femmes, pour sentir avec joie et gratitude du cœur cette force de vie, qui nous habite...la force de notre Terre-Mère, qui monte par la plante des pieds, nous enveloppe de son amour. Et celle du Père-Ciel, dont la clarté nous nourrit aussi – comme le soleil nourrit les arbres. Par des simples exercices taoïstes, issus de l'École de La « Grande Pureté », nous apprendrons à équilibrer en nous ces deux polarités. Dans le guide de sagesse taoïste, le « Yi King », il est dit : quand la Terre et le Ciel s'unissent en nous, arrivent la Paix et la Prospérité.

Nous ferons ensemble des exercices de « respiration de l'essence yin de la lune » et celle de « l'essence yang di soleil », revisiterons l'automassage des seins, apprivoiserons en toute simplicité l'exercice de l'alchimie féminine taoïste « la respiration ovarienne ». Enfin, nous resterons simplement dans la tranquillité silencieuse du parfum de notre cœur.

Horaires : 9h – 18h (pause déjeuner : repas tiré du sac ou restaurant chinois)

Lieu : Centre Léo Lagrange - 51, rue du 4 aout 1789 69100 Villeurbanne

Prix : 80€

Inscriptions : taichi69@live.fr