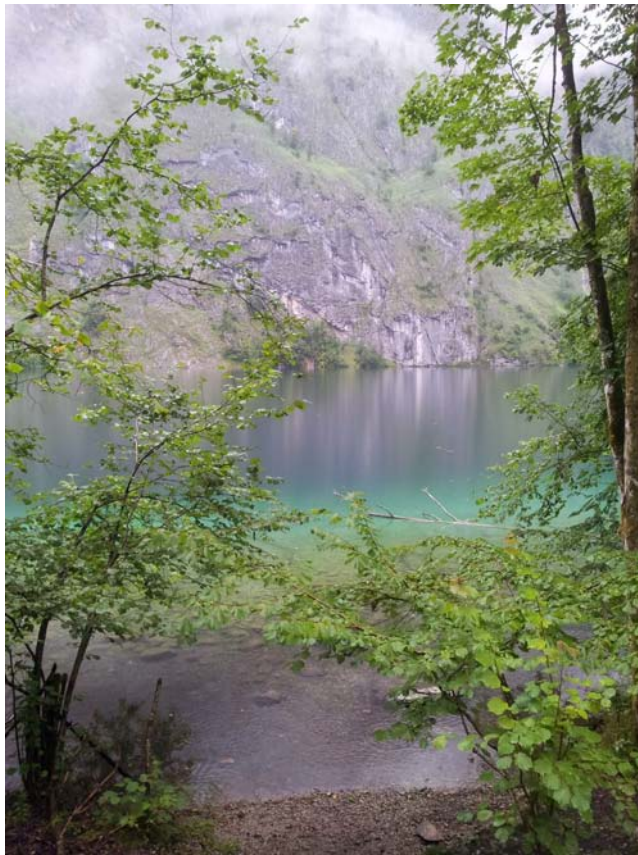


Méditation

De la Lumière Dorée



Stage ouvert à tous

13 et 14 mai 2017 à Chartres

*Avec maître Shen
Zhengyu*

Conférence gratuite le 12 mai

La pratique de la méditation est de nos jours considérée comme un moyen efficace de lutter contre le stress, mais elle est aussi devenue une simple technique de relaxation mentale où les éléments fondamentaux, tels que la posture et la respiration, sont souvent négligés.

La méditation est plus qu'une relaxation mentale. Elle est une méthode de développement de l'esprit. La méditation améliore notre qualité de vie et harmonise l'équilibre mental. Elle a aussi des bénéfices importants sur notre santé, en régulant les processus chimiques du corps, et en aidant à supprimer les blocages.

Pratiquer la méditation sainement suppose différents exercices associant la posture, la respiration, les sons, et un travail spécifique pour ouvrir le centre de l'esprit.

La Méditation "Dao de la Lumière Dorée" est une forme originale de méditation. Trouver le Centre de l'Esprit, le lieu d'où provient toute pensée, en est l'objectif principal. Trouver le Centre de l'Esprit apporte une vraie tranquillité et la paix intérieure.

Maître Shen Zhengyu transmet cet enseignement conformément à la tradition transmise par son père, **Docteur Shen Hongxun**, lui-même lama et initié par son maître, **Lama Fahai**. Cette méditation a le nom de Méditation de la Lumière Dorée, car elle nous enseigne à détendre le mental et à trouver le centre de l'esprit, qui peut se manifester par une vive lumière dorée.



Renseignements et inscription :

Christine et Jean-Claude SCHMIDT
02 37 21 49 74
06 11 02 70 69
mail : buqi.chartres@gmail.com

Lieu :

petite salle de l'Espace Gérard Philipe

rue de la Vieille Eglise

28630 Le COUDRAY

Horaires :

- conférence accès libre : 20 h 30 le 12 mai 2017
- stage : accueil à 9 h 30,
stage de 10 h à 12 h et de 14 h à 17 h le 13 mai
stage de 9 h 30 à 12 h et de 13 h 30 à 16 h le 14 mai

Les repas peuvent être pris sur place, chacun apporte un plat à partager

Pour l'hébergement, se renseigner directement à l'office du tourisme ou surfer sur internet

Tarif :

Pour les 2 jours : 130 € à régler par chèque ou en espèce le jour de votre arrivée,

ShenBUQI® International

Son but est de promouvoir la compréhension de la culture chinoise et d'établir un pont entre l'orient et l'occident, en particulier dans le domaine de la santé.

Site internet : <http://www.buqifrance.fr/>
<http://www.shenbuqi.com/>
Mail : zhengyu1965@gmail.com

Méditation

De la Lumière Dorée



Maitre Shen Zhengyu

Shen Zhengyu (Xinjiang ° 21/04/1965) est le fils du Dr Shen Hongxun et le Dr Xia Tingyu. Il a suivi la

formation traditionnelle Taiji, transmise de père en fils. Enfant, Shen Zhengyu a également reçu la formation de Taiji de son grand-père Xia Zixin. À un âge précoce, il devient l'assistant de son père et a ainsi acquis une connaissance approfondie de la médecine traditionnelle chinoise. Après avoir obtenu un diplôme en médecine préventive de l'Université Chongli Medishe dans le Xinjiang, il a travaillé pendant plusieurs années dans cette discipline.

Shen Zhengyu a suivi son père en Belgique, où il travaille comme professeur de Taiji indépendant depuis 1992, il est également le fondateur du TaijiCentrum vzw et du *ShenBUQI*®.

Il a développé la forme bâton Nanpai Taiji37, reformé la forme épée de style Yang dans la forme épée Nanpai Taiji52 et s'est spécialisé dans la Poussée-Qi des Mains, Tianshan-SanShou, les thérapies Buqi Daoyin et Tuina. Après avoir été reconnu comme un successeur de la lignée et de cette grande œuvre, Shen Zhengyu a reçu l'accompagnement intensif, la supervision et le soutien de son père et suit ses traces.

Shen Zhengyu donne des leçons hebdomadaires en Belgique ainsi que des cours et des ateliers de Taiji 37® , de thérapie Daoyin et des formations Buqi en Belgique, Norvège, Pays-Bas, France et Royaume-Uni.



Dr Shen Hongxun

Shen Hongxun (Shanghai 08/08/1939 – Zwalm 26/10/2011), né dans une famille d'éminents médecins à Shanghai, était un fils de Dr

Shen Derong et un petit-fils de Shen Baotai. Il est devenu médecin de médecine occidentale ainsi que de médecine traditionnelle chinoise.

Dr Shen Hongxun avait de bons enseignants, de bons amis, et était au bon endroit, au bon moment. Il a acquis ses connaissances en Taiji BaPei en étudiant auprès de plusieurs maîtres de Taiji de renom tels que Tian Zhaoling, Yu et Lu Song Gao Jifu. Le Professeur Yao Huanzi était son professeur principal.

Ses connaissances médicales et ses recherches sur le Qi l'ont conduit à développer le système Taijiwuxigong® et à découvrir la théorie du double cercle vicieux. Par sa pratique spirituelle, il a atteint l'état de Lama et a reçu le nom de Lama Fure. Le taoïste Hey Jingqing et Lama Fahai ont été ses professeurs.

Le talent unique de Dr Shen Hongxun a conduit à une synthèse significative des connaissances de tant de branches. Il a développé la forme TaijiQuan de la Montagne céleste, une approche d'inspiration Bouddhique de la forme de style Yang associé aux idées du système Taijiwuxigong®.

Après la pratique du Taiji 37® avec Xia Zixin, cette connaissance s'est élaborée à partir des différentes postures de la forme de TaijiQuan de la Montagne Céleste vers les 37 postures du Taiji NanPai. Sous sa direction, une forme courte de TaijiQuan a été développée en associant les connaissances et principes à la fois de la forme TaijiQuan de la

Montagne Céleste et des 37 postures du TaijiQuan NanPai. Cette synthèse a amené le renouveau et la relance du TaijiQuan NanPai.

Sa connaissance de l'emploi du Qi en tant que traitement et de l'utilisation de la "Force Vide" a abouti au système de traitement Buqi®. Le Taiji 37®, le TaijiQuan Nanpai , le Taijiwuxigong®, la thérapie Buqi®, la thérapie des Daoyin, la Poussée des Mains-Qi, TianShan-SanShou et la Méditation de la Lumière Dorée forment les bases de cet héritage.

À Shanghai, le Dr Shen Hongxun a rencontré le Dr Xia Tingyu, fille de Xia Zixin. Ils se sont mariés et ont eu deux enfants, un fils Shen Zhengyu (° 1965) et une fille Shen Xiaoli (° 1973). Le Dr Shen Hongxun et le Dr Xia Tingyu ont travaillé intensivement ensemble à rechercher comment utiliser et déployer le Qi dans des applications médicales. En outre, ils ont publié leurs résultats en les signant conjointement.

Dr Shen Hongxun a été invité en Belgique en 1987 et a été un professeur international en Europe et aux Etats-Unis jusqu'à sa mort en Octobre 2011. Ses liens familiaux avec la Chine sont toujours restés très important pour lui.

De plus amples informations sur le Dr Shen Hongxun peuvent être trouvées dans ses livres et son autobiographie sur www.shenhongxun.org.

