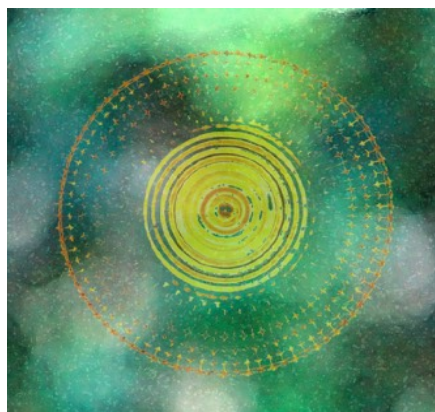


QI GONG ET SONS

Les cinq souffles et le cycle des quintes



L'harmonie dans la musique sacrée,
Une voie de restauration de l'être intérieur

Du 29 juillet au 4 août 2018

Stage résidentiel au Hameau des Damias à Eourres (05)

La Verticalité Intérieure nous offre un point d'appui d'où nous observons les cinq Mouvements. Ces Cinq Mouvements ou Modalités du souffle énergétique sont reliés à des directions de l'espace, des orientations. Ces orientés définissent, influent, révèlent les mouvements intérieurs qui nous animent. Ces mouvements sont nourris par les couleurs, harmonisés par les sons, dynamisés par les pierres semi-précieuses. La Verticalité, les sons, les pierres, ouvrent un chemin subtil dans le retour vers soi. Dans cette écoute sans intention, le corps s'ajuste, retrouve son naturel, sa résonance.

Le cycle des quintes, un des fondements de la musique sacrée occidentale, reliés aux Cinq Mouvements, est une clé de compréhension et d'expérimentation des lois de de la résonance. Sans connaissance musicale nécessaire, la proposition est d'entrer, par la voie du corps, dans l'écoute des harmoniques, accords subtils, audibles et inaudibles qui nous inscrivent dans le vaste mouvement de l'univers.

Verticalité, exercices daoïstes pour « Nourrir la Vie », sons de guérison, reconnaissance des points d'acuponcture en lien avec les pierres semi-précieuses et finalement, chant polyphonique seront notre pratique quotidienne.



Dans le sud des Hautes Alpes, proche de la vallée de la Méouge,
à 1000 mètres d'altitude, un endroit magnifique et préservé, propice à la
pratique en pleine nature et au travail intérieur. www.lesdamias.com

avec Catherine Roy
Musicienne et praticienne
de soins énergétiques



Catherine Roy est diplômée du Conservatoire de Nancy en piano et formée aux arts énergétiques internes et à la médecine chinoise. Elle s'inscrit à la fois dans la lignée de la tradition du Bouddhisme Chan (Zen) de la Terre Pure auprès de Sifu Kar Fung Wu, et dans la tradition Daoïste avec les enseignements de Maître Tian Li Yang et Maître Liu Yuan Tong.

Elle enseigne le Qi Gong de la Verticalité Intérieure, le Tai Ji Quan et la musique en résonance avec le corps. Sa pratique est nourrie par la recherche des lois d'équilibre qui fondent la bonne santé, le rayonnement de l'être et sa musicalité.

Le travail énergétique consiste d'abord à placer le corps puis à éveiller le souffle embryonnaire dont la mémoire, l'origine hors du temps se situe dans le DanTian, le centre de gravité. Le placement juste du corps est comme l'accordage de l'instrument, que nous préparons à jouer, à résonner, à vibrer.

Dans l'écoute intérieure, toutes les forces d'attraction, de verticalisation, d'ancrage, trouvent leur juste équilibre. Guidé par l'intention plus que la volonté, ce travail nous amène naturellement à retrouver la musicalité du corps et son origine : le corps de résonance.

Les sons et les couleurs, les teintes musicales harmonisent l'espace intérieur. Le chant fait vibrer les cordes de l'âme.

Accueil :

Dimanche 29 juillet à partir de 17h au Hameau des Damias.

Lieu :

Dans le sud des Hautes Alpes, proche de la vallée de la Méouge, à 1000 mètres d'altitude, un endroit magnifique et préservé propice à la pratique en pleine nature et au travail intérieur. www.lesdamias.com

Hébergement :

Pension complète en chambre de 3-4 : 59 €/J. Chambre de deux : 63 €/J. Chambre seule : 70€/J.

Chambre avec salle de bain privative : +3€/j . Cuisine sans gluten ni lactose sur demande.

Taxe de séjour 0,60 par nuit.

Pour l'hébergement, voir directement avec Rob ou Julien aux Damias :

tel : 04 92 65 20 50

mail : contact@lesdamias.com

Déroulement des journées :

La pratique commence lundi 30 juillet à 9h et se termine samedi 5 aout à 12h

9h à 12h

Qi Gong de la Verticalité Intérieure, pratiques pour « Nourrir la Vie ».

15h 16h30

Re-connaissance des points d'acupuncture, travail avec les pierres semi-précieuses.

17h 18h30

Eveil de la voix, étude d'une œuvre vocale polyphonique. Le cycle des quintes et leur correspondance dans le corps.

Renseignements auprès de
Catherine Roy
roy.catherine1@gmail.com
www.energetiqueetmusique.com

Conditions d'inscription

Stage ouvert à tous. Aucun requis préalable.

Prix du stage : 445 euros (comprenant les pierres utilisées pendant le stage)

Adhésion à l'Association l'Axe du Souffle : 10 euros.

Tarif préférentiel si inscription avant le 1 mai : 395 euros.

Inscription confirmée à réception d'un chèque d'arrhes non remboursables de 150 euros à l'ordre de l'Association **Axe du Souffle** et du bulletin d'inscription envoyé à :

Catherine Roy « les Vials » St Etienne en Quint 26150 St andéol.

Bulletin d'inscription

Stage Qi Gong et Sons du 29 juillet au 5 aout 2018

Nom

Prénom

Adresse

Mail

Téléphone

Hébergement souhaité

Jour d'arrivée

Jour de départ

Précisions utiles

J'accepte les conditions d'inscription

Signature accompagnée de la mention « lu et approuvé »