

Yi Jing & Tai Ji

L'un et l'autre appartiennent à la très ancienne tradition chinoise au même titre que la médecine, la calligraphie et la peinture. Les deux sont des outils de connaissance de soi.

Le **Yi Jing** vient en aide à l'individu pour faire des choix et mieux maîtriser son chemin personnel, le **Tai Ji** lui propose des moyens d'entretenir sa santé et de gérer ses émotions. Tous les deux sont là pour permettre à l'être humain de s'ancrer dans la vie.

Il existe entre eux un lien de parenté singulier : aux huit trigrammes du **Yi Jing** correspondent les huit gestes de base du **Tai Ji**. L'un et l'autre ont pour fondement cette constante que sont les changements et les transformations.

Un stage résidentiel d'approfondissement ou de découverte aura lieu dans le Jura (près des Rousses) www.lachandoline.com **du vendredi 2 au dimanche 4 octobre 2015**. Il comprend 16 heures d'enseignement mêlant alternativement **Yi Jing** et **Tai Ji**.

L'enseignement sera donné par Arlette de Beaucorps et Nicole Henriod. L'une et l'autre ont de nombreuses années de pratique à leur actif.

Arlette a publié chez Albin Michel «**Yi Jing** au quotidien». Cet ouvrage est l'aboutissement de plus de 20 ans d'études et de recherches.

Nicole recueille et pratique l'enseignement de plusieurs maîtres chinois de **Tai Ji** qu'elle transmet depuis plus de 20 ans. Toutes les deux sont passionnées par leur art respectif.

Une première expérience de stage en commun les a confortées dans le fait que les deux voies sont subtilement complémentaires.

Stage 2,3&4 octobre 2015 Yi Jing & Tai Ji

Lieu du stage

La Chandoline, Le Manon, 39310 Lajoux
pour trouver votre itinéraire :

www.lachandoline.com/infos-pratiques/situer-acces-comment-venir/

Prix du stage

Fr 380 ou € 380 (comprenant pension complète et enseignement)

Si vous souhaitez des repas végétariens, le préciser à l'inscription.

Vous pouvez venir accompagnés : la Chandoline est le départ de nombreuses balades. Prix du séjour pour les non stagiaires € 140.

Paiement en CHF : compte Nicole Henriod CH55 0900 0000 1742 7925 0

Paiement en euros : chèque au nom d'Arlette de Beaucorps

à envoyer à : A. de Beaucorps 72, chemin de Rennie CH-1009 Pully

Votre inscription sera prise en compte à réception de votre paiement.

Le stage est limité à 15 personnes.

Vendredi

accueil à 18h / repas à 19h30

présentation du **Yi Jing** et du **Tai Ji** à 20h30

Samedi :

7h - 8h pratique du Taiji (à l'extérieur si le temps le permet)

dès 8h petit déjeuner

9h00 - 12h30 alternativement **Yi Jing&Tai Ji**

12h30 repas

14h30 - 18h30 alternativement **Yi Jing&Tai Ji**

19h30 repas

Dimanche

7h - 8h pratique du Taiji (à l'extérieur si le temps le permet)

dès 8h petit déjeuner

9h00 - 12h30 alternativement **Yi Jing&Tai Ji**

12h30 repas

14h30 - 16h30 alternativement **Yi Jing&Tai Ji**

16h30 - 17h bilan du stage

Matériel

Nous sommes à 960 m. d'altitude, prévoir :
des habits chauds et confortables,
des chaussures pour l'intérieur et l'extérieur.

Pour tout renseignement complémentaire, deux adresses :

adebeaucorps@bluewin.ch / nicole.h@worldcom.ch

Stage 2,3&4 octobre 2015

www.adebeaucorps.com / www.taiji-lausanne.ch

