

# QI GONG DE LA VERTICALITE

Michel DAM

pratique depuis 20 ans le Qigong de la Verticalité Intérieure de Lao Tseu

## Samedi 24 sept. 2022 10:30- 12:30

Pour préserver votre santé, libérer les tensions musculaires et articulaires, harmoniser votre corps et esprit, améliorer la qualié de vie

## <u>Lieu</u>: Parc de la Saussaie 21 800 Chevigny St Sauveur

(l'arboretum de la Saussaie : La balade de la Rainette)

Tarif: 25 euros

Inscription: 06 36 10 42 70

# QI GONG DE LA VERTICALITÉ avec Michel Dam

#### En exclusivité de Paris Samedi 24 septembre 2022 de 10h30 à 12h30

Parc de la Saussaie – 21 800 Chevigny Saint Sauveur (<u>l'arboretum de la Saussaie</u> : La balade de la Rainette)

#### **Programme**

10.30 : Arrivée et Accueil des participants 10.45 : Début du Qigong de la Verticalité

11.45 : Pause-café/thé offert avec Michel Dam

12.00 : Qigong des mouvements lents

12.30 : Fin de la séance

Coût de participation : 25 €

<u>Inscription</u>: **06 36 10 42 70** (au plus tard le 20/09/2022)

Les places sont limitées dans la mesure où le Maître ne travaille pas avec des groupes très nombreux précisément pour consacrer à chacun la juste attention.

Chère amie, cher ami, je suis heureuse de pouvoir partager avec toi une séance découverte de Qigong avec le Maître Michel Dam qui pratique depuis 20 ans le Qigong de la Verticalité Intérieure de Lao Tseu (VI-V siècle avant JC) et qui arrivera directement de Paris au Parc de la Saussaie à Chevigny Sait Sauveur.

Le Qigong est une branche de la médecine chinoise et le Qigong de la Verticalité Intérieure de Lao Tseu est le chemin le plus simple pour revenir au Calme Primordial qui réside dans chacun de nous et qui permet la réalisation de toute chose.

Il s'agit d'une pratique qui travaille sur le corps, l'âme et l'esprit. Ton corps est un temple sacré, il est le pont entre le Ciel et la Terre-mère à travers lequel on aboutit à la libération. La terre accueille tout ce que tu relâches et simultanément te donne une nouvelle énergie.

Ajusté sur les talons, le corps se pose sur les talons. Les talons sont fondamentaux, ils sont le chemin vers la paix et l'enracinement dans le cœur de la terre. C'est précisément à travers les talons que le corps génère un sentiment de quiétude, de confiance et de détachement. Même les nœuds les plus ancestraux, ceux des générations de nos ancêtres se dissolvent. Un ajustement automatique se produit dans le corps et donc de notre propre vie aussi.

Même une seule rencontre peut donner lieu à une véritable transformation non seulement grâce à la puissance de cette pratique mais aussi et surtout pour celui qui la transmet.

L'amour inconditionnel de Michel pour chaque être vivant est un catalyseur très puissant, une force émouvante qui met en route, qui débloque, qui autorise.

Voilà la véritable raison, la plus précieuse pour laquelle j'ai voulu qu'il vienne ici