

ECOLE DE QI GONG CHUAN-SHU

bilan et planification 'cursus 1^{ère} et 2^{ème} année

Programme global réalisé > 1^{ère} année.

Qi Gong

63 heures

Joaquim Fernandez

Qi Gong Chuan-Shu - concept méthodologique en cinq phases

- 1). Méditation Taoïste
 - 2). Auto-massages (facial et tout le corps)
 - 3). 15 mouvements conventionnels 'traditionnel'
 - 4). les huit mouvements de la soie 'Ba Duan Jin' (forme 'Shaolin' - Henan)
 - 5). Le casque d'énergie (mouvement d'interphases)
- méthodologie et explications globales du Qi Gong*

Qi Gong des animaux – Qi Gong populaire

21 mouvements traditionnels (forme 'Shaolin' - Henan)
ce Tao est adaptable en Qi Gong wai jia (externe)

Qi Gong Sun Cun Yé – Qi Gong Thérapeutique

8 mouvements doubles (forme de Tian Jin)

Méditation Chantée – Qi Gong Spirituel

procédé par la tradition du Qi Gong bouddhiste

Sidaï Qi Gong – Qi Gong Martial

(forme 'Shaolin' – Henan)
travail de renforcement corporel s'accordant au climat

Tao de l'Aigle – Qi Gong Dur

(forme de Chongqing - Sichuan)
travail du renforcement corporel s'accordant à la casse

Pierre-Alain Buck

Qi Gong structure de base – Qi Gong thérapeutique
bases fondamentales et explications générales

Méditation de l'Orbite microcosmique – Qi Gong spirituel
la petite circulation céleste

Qi Gong d'assouplissement – Qi Gong thérapeutique
mouvements avec respiration et synchronisation du suivi mental

Qi Gong du ballon d'énergie – Tao Badeshuan Itchuan
Qi Gong thérapeutique et curatif

Qi Gong des os 'Nei Gong de la moelle des os' – thérapeutique
préparatoire au Qi Gong martial, des organes et curatif interne

Yann Delmonico

Qi Gong Zhang Guang De – Qi Gong thérapeutique pour nourrir le Sang et faire circuler le Qi ; de Maître Zhang Guang De

Qi Gong du Soleil – Qi Gong Spirituel et thérapeutique
ce tao peut-être employé de manière chamannique

pratique

Tai Ji Quan

15 heures

Yann Delmonico

Tai Ji Quan – style Yang. Les 103 mouvements (forme originelle issue de la famille Yang, répandue sur toute la Chine).

Joaquim Fernandez

Tai Ji Épée Jian – forme traditionnelle de Tian Jin. Initiation et début de Tao ... épée mise à disposition par l'Académie.

Massages chinois AnMo'TuiNa

12 heures

Christian Roy

Pratique du massage - Utilisation des outils du massage : doigts, ongles, paume de la main, nids des doigts, bord cubital de la main, éminence thénar, talon de la main - Tuina Shoufa (techniques de mains) - Application des techniques de main - Différentes méthodes.

Joaquim Fernandez

Théorie / historique / ritualisation - Massage facial et du buste (travail thérapeutique spécifique avec positionnement tête/genoux & patient/thérapeute) - Développement de la sensibilité tactile / travail relationnel avec le toucher, la perception sensorielle et énergétique - Action globale en massage An Mo - Actions thérapeutiques en Tui Na, avec explications cliniques (symptômes) sur les points et les méridiens 'MTC'.

Philosophie

9 heures

Joaquim Fernandez

Définition et origine 'le Taoïsme' - Le concept du yin, yang - Les repères du Tao - Les éléments symboliques. Le « Qi » comme énergie universelle – rituels - les formes de ritualisation.

Taoïsme / Bouddhisme / Confucianisme ; origines historiques - Découverte du taoïsme au travers de textes anciens (Zhuang Zi, Lao Zi, Lie Zi).

Utilisation du yin et du yang (relation sociétale / relation à soi, avec les autres et avec l'environnement naturel) - La violence selon le Taoïsme... la « violence » ritualisée et ritualisation de « l'extrême » - Subtilité et chamanisme (la visualisation) - Dynamiques de groupe (travail en groupe 'l'histoire d'Ana) « la notion du si-fu »

Médecine Traditionnelle Chinoise

12 heures

Yann Delmonico

La Règle du Yin / Yang - Tableau des 5 éléments - Les 3 Trésors (Jing, Qi, Shen).

Christian Roy

Le Qi originel (yuan Qi) ; le Qi complexe (Zong Qi) ; le Qi vrai (zhen Qi) ; le Qi nourricier (ying Qi) ; le Qi protecteur (wei Qi) - Etude des méridiens - La fonction des organes 'Zhang Fu' - Les causes des maladies - Les cycles d'engendrement - Relation avec les organes - Etude des méridiens (V.Rn et RM, DM) - Les liquides organiques.

Physiologie

9 heures

Christian Roy

Notion d'ostéo-articulaire - Le stress et son action sur les Zhangfu (organes et viscères) - Le rachis et le système orthosympathique - Utilisation des repères anatomiques du rachis pour trouver les points Shu du dos - Palpation des zones du dos en rapport avec les organes - Le système lymphatique - Les oedèmes.

t
h
é
o
r
i
e

Disposition des cours réalisés sur l'année 2004 - 2005

| Dates / cours 2004 - 2005 | Samedi matin | Samedi après-midi | Dimanche matin | Dimanche après-midi |
|------------------------------|--|--|--|--|
| 25 et 26 Septembre | Bienvenue - Qi Gong <i>Tous les enseignants</i> | Qi Gong <i>Joaquim Fernandez</i> | Médecine Chinoise <i>Yann Delmonico</i> | Qi Gong <i>Yann Delmonico</i> |
| 30 et 31 Octobre | Qi Gong <i>Joaquim Fernandez</i> | Qi Gong <i>Pierre-Alain Buck</i> | Qi Gong <i>Pierre-Alain Buck</i> | Qi Gong <i>Joaquim Fernandez</i> |
| 27 et 28 Novembre | Qi Gong <i>Pierre-Alain Buck</i> | Philosophie <i>Joaquim Fernandez</i> | Médecine Chinoise <i>Christian Roy</i> | Massages chinois <i>Christian Roy</i> |
| 11 et 12 Décembre | Qi Gong <i>Joaquim Fernandez</i> | Qi Gong <i>Joaquim Fernandez</i> | Médecine Chinoise <i>Christian Roy</i> | Massages chinois <i>Christian Roy</i> |
| 22 et 23 Janvier | Qi Gong <i>Pierre-Alain Buck</i> | Physiologie <i>Christian Roy</i> | Qi Gong <i>Pierre-Alain Buck</i> | Physiologie <i>Christian Roy</i> |
| 26 et 27 Février | Qi Gong <i>Joaquim Fernandez</i> | Tai Ji Quan <i>Yann Delmonico</i> | Tai Ji Quan <i>Yann Delmonico</i> | Philosophie <i>Joaquim Fernandez</i> |
| 19 et 20 Mars | Qi Gong <i>Joaquim Fernandez</i> | TaiJi épée+ TaiJi Quan <i>J.Fernandez+ Y.Delmonico</i> | Qi Gong <i>Joaquim Fernandez</i> | Qi Gong <i>Joaquim Fernandez</i> |
| 9 et 10 Avril | Qi Gong <i>Yann Delmonico</i> | Qi Gong <i>Pierre-Alain Buck</i> | Médecine Chinoise <i>Christian Roy</i> | Physiologie <i>Christian Roy</i> |
| 30 Avril et 1 Mai | Qi Gong <i>Joaquim Fernandez</i> | Massages chinois <i>Joaquim Fernandez</i> | TaiJi Quan+ TaiJi épée <i>Y.Delmonico+ J.Fernandez</i> | Philosophie <i>Joaquim Fernandez</i> |
| 4 et 5 Juin | Qi Gong-TaiJi-Mass. <i>Répétition générale</i> <i>Tous les enseignants</i> |

Programme global – modèle proposé > 2^{ème} année.

Cours obligatoire ▼ (répétition et perfectionnement des taos de 1^{ère} année : 25h) : total de 60 heures

Cours à option obligatoire ■ : A choix, 30 heures minimum ou 54 heures maximum.

Cours libre ● : de 0 à 6 heures maximum

Le Séminaire de Qi Gong Chamanique est considéré comme un cours ponctuel spécifique – hors formation de base – mais qui est comptabilisée pour un total de : 25 heures, pouvant s'additionner aux heures globale de la formation.

Cours actif 'pratique' : l'élève donne 3 à 6 cours (d'1heure) sur l'année comme enseignant à l'Académie – cours évalués – ils peuvent s'insérer dans les cours libres).

Cours à option obligatoires et libres : 8 personnes minimum sont requis pour valider le cours

Horaire de cours – samedi et dimanche : 09h–12h30 et 14h–18h > 13heures ; soit : 7 week-end/an min. pour 90h/an de cours à 9 week-ends/an max. pour 120h/an de cours

| QI GONG Tao 'Qi Gong' et Tai Ji | Descriptif | Heures d'enseignement | Genre | Intervenants |
|--|--|--------------------------|-------|--------------|
| Qi Gong Chuan-Shu | Concept méthodologique en cinq phases : 1). Méditation Taoïste 2). Auto-massages (facial et tout le corps) 3). 15 mouvements conventionnels 'traditionnel' 4). les huit mouvements de la soie 'Ba Duan Jin' | 5 | ▼ | Joaquim |
| Qi Gong Sun Cun Yé | Qi Gong thérapeutique | 2 | ▼ | Joaquim |
| Qi Gong Zhang Guang De | Qi Gong thérapeutique | 2 | ▼ | Yann |
| Qi Gong des os 'NeiGong de la moelle des os' | Qi Gong thérapeutique | 2 | ▼ | Buck |
| Qi Gong Nei Yang Gong | Qi Gong thérapeutique Méthode du Dr. Liu Gui Zhen... Qi Gong pour nourrir l'intérieur | 3 | ■ | Yann |
| Qi Gong du Cœur des six directions avec les trois tantiens | Qi Gong spirituel et thérapeutique | 3 | ■ | Buck |
| Qi Gong du Son | Qi Gong Thérapeutique 6 mouvements doubles (forme de Tian Jin) | 3 | ■ | Joaquim |
| Qi Gong du ballon d'énergie – Tao Badeshuan Itchuan | Qi Gong thérapeutique et curatif | 2 | ▼ | Buck |
| Qi Gong des six sons curatifs | Qi Gong thérapeutique et curatif | 3 | ■ | Buck |
| Qi Gong des Runes | Qi Gong thérapeutique et curatif capture des énergies telluriques, cosmiques et céleste | 6 | ■ | Buck |
| Qi Gong du Soleil | Qi Gong Spirituel et thérapeutique | 2 | ▼ | Yann |
| Qi Gong de la Lune | Qi Gong Spirituel et thérapeutique – ce tao peut-être employé de manière chamanique | 3 | ■ | Joaquim |
| Méditation Chantée | Qi Gong Spirituel | 1 | ▼ | Joaquim |
| Qi Gong des animaux | Qi Gong populaire | 2 | ▼ | Joaquim |

| | | | | |
|---|---|----------|---|---------|
| Xiang Gong | Qi Gong populaire (forme de Chongqing – Sichuan) méthode de maintien pour les personnes âgées – travaillé de manière musicale | 3 | ■ | Joaquim |
| Qi Gong des huit morceaux de Broccard 'Ba Duan Jin | Qi Gong Populaire (forme de Tian Jin) Ce tao est une autre version de Ba Duan Jin | 3 | ■ | Joaquim |
| Tong Bei Quan Tao | Qi Gong externe 'Wai Jia Kung-Fu' (respectivement, forme 'Shaolin' – Henan ou forme de Tian Jin 'Pan Gu Wu Shu') <i>permet un travail plus rapide, de visualisation face à un adversaire imaginaire</i> | 3 | ■ | Joaquim |
| Sidaï Qi Gong | Qi Gong Martial | 3 | ▼ | Joaquim |
| Tao de l'Aigle | Qi Gong Dur | 1 | ▼ | Joaquim |
| Tai Ji Chuan | Style Yang – 103 mouvements – 1^{ère} partie | 3 | ▼ | Yann |
| Tai Ji Chuan | Style Yang – 103 mouvements – 2^e partie | 3 | ■ | Yann |
| Tai Ji Jian | Style de TianJin 'épée'– 70 mouvements – (complet ou partiel suivant le niveau,(…)) | 3 | ■ | Joaquim |

| Branches d'enseignement | Descriptif | Heures d'enseignement | Genre | Intervenants |
|--|--|------------------------------|--------------|-----------------------------------|
| MTC | <i>Relation des Organes , les six couches, la langue, le pouls, syndromes divers, les huit règles, méthode de diagnostiques, (…)</i> | 9 | ■ | Christian et Yann |
| PHILOSOPHIE | <i>Yi King… , origine, signification et mode d'utilisation, (…)</i> | 3 | ■ | Yann |
| MASSAGE CHINOIS | <i>Constitution d'un manuel de massages personnalisée répertoriant des actions thérapeutiques en Tui Na – Pédiatrie Xiao Er An Mo (traitements spécifiques pour enfants)</i> | 6 | ■ | Joaquim |
| Méthodologie de Projet Institutionnel « MPI » | <i>Dispositifs d'intervention et de reconnaissance auprès des organismes privés et publiques – entendement du milieu institutionnel et démarche administrative – Réseau – Développement personnel 'ressources' et Rôle > Fonction > Statut d'indépendant – (...)</i> | 9h | ▼ | Joaquim et Christian |
| Méthodologie des Champs Psycho-sociopédagogique et Santé « MCPS » | <i>Analyse de la situation/ diagnostique/ traitement (génogramme/sociogramme/systémique individuelle, familiale et des pairs) – formes d'intervention pour le soin et le développement personne. Dynamique de groupe, mise en scène et simulation thérapeutique, (...)</i> | 12h | ▼ | Joaquim et Christian |
| Déontologie du Thérapeute | <i>Limite d'intervention et responsabilité juridique et éthique-discussions/débat et analyse de pratique/situations, (...)</i> | 3 | ▼ | Joaquim, Yann et Christian |
| Concept Chuan-Shu | <i>Méthode d'éducation par les pairs</i> | 3 | ▼ | Joaquim |

| | | | | |
|---|--|----------|---|-------------------------------|
| Mise en place du cursus Académique | <i>Répartition des groupes et des cours et planification</i> | 2 | ▼ | l'équipe d'enseignants |
| Synthèse | <i>Evaluation intermédiaires et finale</i> | 2 | ▼ | l'équipe d'enseignants |

| | | | | |
|--------------------|------------------------------|---|---|------------------------|
| Test intermédiaire | <i>Pratique et théorique</i> | 2 | ▼ | l'équipe d'enseignants |
| Test final | <i>Pratique et théorique</i> | 2 | ▼ | l'équipe d'enseignants |

Cours libre à remplir par les participants > cours selon désirs ou pouvant compléter la formation > à choix

| QI GONG, TAIJI, MTC, MASSAGES, PHILOSOPHIE et PHYSIOLOGIE – COURS ACTIFS 'pratiques' | Descriptif | Heures d'enseignement | Genre | Intervenants |
|--|------------|-----------------------|-------|--------------|
| | | | ● | |
| | | | ● | |

Séminaire de Qi Gong Académique > hors formation 'complémentaire' – formation spécifique <

| | | | | |
|--|---|--|---|----------------|
| Zhong Gong <i>(voir dépliant du Séminaire de Qi Gong chamanique)</i> | Qi Gong curatif (forme de Chongqing-Sichuan) méthode de guérison chamanique – <i>par imposition de la main et des doigts</i> | 1^{er} Week-end de juillet (2005: 01(soir) au 03.07) frs ~ 450.- / personne (hébergement et repas compris) . <i>Le lieu reste à confirmer – Maison 'nature' dans les alpes vaudoises ou valaisanne ou dans le Jura.</i> | ● | Joaquim |
| Qi Gong de la main curative | Qi Gong curatif méthode de guérison chamanique | | ● | Buck |

FORMATION PERMANENTE « cursus complété en formation continue » :

> lors des cours hebdomadaires ou en stage à l'Académie > selon demandes et/ou besoins, des Ateliers ou Séminaire peuvent être aussi organisés (théorie et pratique diverse) : *Tai Ji (autres styles ... armes ou main nue), MTC, Massages Chinois (spécialisations), Acupuncture, Physiologie, Yi King, Diététique chinoise, Pharmacopée, Phytothérapie occidentale, Tao de l'art d'aimer, Kung-Fu (armes et main nue), etc.*

PHYSIOLOGIE : Médecine Anatomique – requis des plates-formes pour être Thérapeutes
 ➤ 150 heure à l'Ecole d'Infirmière de la Source – Lausanne
 (accord entre diverses écoles de médecine naturelles pour le démarrage d'un cours) réf. : Mr. Daniel Ducommun > 021/ 641 38 12

| Coût de la Formation 2^{ème} année au prorata des heures effectuées. | | | |
|---|--------------------|-------------------|--------------------|
| Total d'heures minimum (... à effectuer obligatoirement) | 7 week-ends | 90 heures | Frs 1800.-- |
| | 8 week-ends | 105 heures | Frs 2100.-- |
| Total d'heures maximum (... à ne pas dépasser obligatoirement) | 9 week-ends | 120 heures | Frs 2400.-- |