



ENSEIGNEMENTS TAOÏSTES  
LES JOURNÉES DU TAO

道

# LES JOURNÉES DU TAO

« La beauté n'est pas un simple ornement.  
La beauté est un signe par lequel la création nous signifie que la vie a du sens »  
François Cheng

**9 DIMANCHES**

**FABRICE JORDAN**

PEUT-ÊTRE VOUS ÊTES-VOUS DÉJÀ PROMENÉS DANS LA NATURE, EN ÉPROUVANT D'UN COUP UN SENTIMENT DE GRATITUDE ENVERS LA BEAUTÉ QUI S'OFFRAIT À VOUS. DANS CES MOMENTS, IL ARRIVE QUE L'ON SENTE UNE SORTE DE PERFECTION, COMME SI TOUT ÉTAIT MU ET RELIÉ PAR UN PRINCIPE UNIQUE SOUS-JACENT.

CE PRINCIPE EST DÉNOMMÉ TAO DANS LA PRATIQUE SPIRITUELLE QUI A PRIS SON NOM: LE TAOÏSME

CENTRE MING SHAN  
CHEMIN DE L'ÉTOILE POLAIRE 3  
1453 BULLETT

+41 24 552 21 11  
INFO@MINGSHAN.CH  
WWW.MINGSHAN.CH

Ces journées du Tao sont faites pour vous donner une occasion d'explorer ce principe sous-jacent, et d'essayer d'en approcher l'essence, de multiples manières. L'idée générale est de vous permettre de vous constituer une connaissance de base sur le taoïsme, ses concepts et ses pratiques, afin de mieux pouvoir vous orienter ensuite dans sa grande boîte à outils.

Lors de chaque rencontre, nous explorerons un grand thème du taoïsme au travers de différentes étapes :

Tout d'abord, un petit exposé sera fait sur le sujet, en donnant quelques références livresques pour vous permettre d'en approfondir l'étude dans un deuxième temps.

Ensuite, des exercices pratiques seront proposés sur le thème, pour que celui-ci puisse être appréhendé non seulement sur un plan intellectuel, mais ressenti ou pressenti dans notre entièreté.

Enfin, une séance de questions réponses permettra d'échanger de manière souple autour du thème de la journée ou de questions qui auront surgi durant la pratique.

En plus, lors de chaque journée, nous prendrons un temps pour une méditation assise et un autre pour **une pratique du Qi Gong Mystérieux de la Grande Ourse**, la forme de base de notre lignée Wujimen. Ces deux pratiques serviront de lien et de fil rouge à ces rencontres et en assureront la cohérence énergétique.

Les journées du Tao sont ouvertes à tous et ont lieu neuf fois par an, sur une base mensuelle. Bien qu'un engagement au cycle entier soit recommandé, ces journées peuvent être suivies indépendamment les unes des autres sans problème.

## DATES ET THÈMES

08 mars 2020

### Le Tao et le De

Qu'est-ce que le Tao et exploration du cycle du Tao et du De

6 septembre 2020

### La dualité Yin/Yang

et le concept du Trois et du Vide Médian

4 octobre 2020

### Le Yi Jing (Yi King)

Comment appréhender le concept du changement et l'utiliser pour prendre de meilleures décisions

1 novembre 2020

### Les Trois Trésors

Jing (Essence) - Qi (Energie) - Shen (Esprit)  
et Tao - Jing (écritures sacrées) - Shi (Maître)

Date à planifier

### Les techniques corporelles principales

Dao Yin, Qi Gong, Tai Ji Quan

Date à planifier

### La méditation taoïste

Date à planifier

### Le Feng Shui (science de l'espace)

ou comment le lieu peut aider votre pratique

Date à planifier

### Le Ba Zi et le Qi Men Dun Jia (sciences du temps)

Comment utiliser la configuration énergétique du moment pour favoriser votre pratique ou vos objectifs

Date à planifier

### Synthèse et but de la pratique

Les 9 dimensions de la réalité  
et présentation des instruments du Mystère :  
marches, mudras, incantations/mantras, talismans (Fu)

Les personnes qui auront suivi les 9 journées pourront demander en fin de cycle une initiation taoïste, une sorte d'équivalent de la « prise de refuge » dans le Bouddhisme. Il s'agit d'un petit rituel de bénédiction et protection de votre pratique.