



BIOÉNERGIE TAOÏSTE / CHI GONG & NEI GONG

MODULE MF3

« Déployer l'énergie par la Guérison Cosmique »

(Module de 5 jours x 7 heures/ jour = 35 heures de formation)

DESRIPTIF : Ce stage approfondit les pratiques taoïstes avancées. Il apprend l'art du déploiement du Chi de la lumière appliqué au soin énergétique de la Guérison Cosmique. Ces pratiques permettent d'aiguiser la maîtrise de la projection du Chi afin d'augmenter le champ vital pour soi et pour autrui. A travers l'étude de protocoles spécifiques, ce module apporte des techniques essentielles au soin par le toucher ou à distance, et permet d'accompagner, protéger et soutenir la vitalité autant pour le donneur que le receveur.

Les bienfaits des pratiques :

- Cultive la vitalité, la protection des énergies subtiles pour soi et pour autrui.
- Développe les capacités à travailler avec la lumière et le spectre des couleurs en séance
- Améliore l'autonomie et les compétences professionnelles dans la gestion du stress, harmonisation et l'amélioration relationnelle.
- Permet de mieux répondre et de faire face aux besoins de la vie quotidienne.

Prérequis/Niveau :

- Module niveau confirmé.
- Avoir suivi le module Fondements MF1 "Éveil de l'énergie du Tao ou équivalent.
- Avoir suivi le module MF2 "Vitaliser l'énergie du Dan Tien ou équivalent.
- Être en état d'effectuer des exercices corporels et respiratoires.
- Avoir la coordination corps/mental et un ressenti du Chi

CONTENU PÉDAGOGIQUE :

Ce module s'articule sur cinq axes de compétences :

1. **Le Réveil Énergétique :** Échauffement et ouverture de l'énergie corporelle, des organes et du souffle.
2. **Qi Gong des Paumes de Bouddha :** Enracinement du corps énergétique, harmonisation et protection des énergies subtiles, travail avec le Champ d'Énergie Universelle pour projeter le Chi.
3. **Guérison Cosmique :** Projection le Chi pour nettoyer et soigner les systèmes de l'organisme : immunitaire, nerveux, glandulaire et circulatoire.
4. **Fusion II, III :** Ouverture des 8 canaux psychiques, poussées, ceinture, régulation et scellage du corps énergétique.
5. **Tao Yin Yoga :** Automassages, étirements doux et éveil du bassin / rachis, des psoas et des méridiens tendineux.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES :

Approfondissement et développement des compétences en Bioénergie taoïste (niveau 3).

- Appliquer les principes taoïste fondamentaux approfondis en Bioénergie.
- Mettre en pratique les formes du Chi Gong des 3 Feux / 6 Directions et des Paumes de Bouddha.
- Expérimenter des méthodes de déploiement énergétique par le Chi Gong.
- Effectuer les protocoles de soins énergétiques de la Guérison Cosmique.
- Choisir des protocoles adaptés aux besoins.
- Donner un soin complet par le toucher et également à distance applicable dans un cadre professionnel et/ou personnel.

À l'issue de la formation le stagiaire sera en mesure de :

- Mettre en pratique une séquence d'exercices corporels du Réveil Énergétique et Tao Yin.
- Utiliser les Paumes de Bouddha pour développer la puissance interne de l'énergie, la protection et la capacité de projection du Chi.
- Appliquer un soin complet de Guérison Cosmique en suivant les protocoles établis pour soi ou pour autrui, pour accompagner, prévenir, soulager les douleurs et soutenir le bien-être et la vitalité.
- Avoir les compétences requises pour accéder aux autres stages et/ou entreprendre un cursus de certification de l'école Tao de la Vitalité®.

TECHNIQUES, MÉTHODES ET MOYENS PÉDAGOGIQUES :

La méthode pédagogique allie cours théoriques et des pratiques simultanées pour privilégier la transmission dans une dynamique complète et progressive. Une démarche inductive favorise l'apprentissage et l'accompagnement de chaque stagiaire.

- Présentations et démonstrations explicitées.
- Ajustements personnalisés et corrections des postures corporelles.
- Questions/réponses et temps d'échange avec le groupe.
- Étude en petits groupes, en binôme et individuelle.
- Mise en situation en petits groupes supervisés par le formateur et les assistants principaux.
- Retours quotidiens, mise en commun des expériences théoriques et pratiques.

➤ Supports pédagogiques :

- Fascicule de formation en Bioénergie taoïste, richement illustré avec exercices et explications théoriques (format A4, 154 pages).
- Schémas sur paperboard et présentation sur diaporama en soutien des cours techniques.
- Supports vidéos pédagogiques par thématique pour se préparer, accompagner et soutenir l'acquisition des compétences.

➤ Moyens techniques :

- Mise en pratique en salle de travail adaptée et exercices en plein air, au cœur de la nature.
- Tapis de sol, balles d'entraînement, bâtons vitalisants, modèles anatomiques.
- Vidéo projecteur, présentation power-point.

INTERVENANTE :

AISHA SIEBURTH, Instructrice Sénior II UHTS.
fondatrice et formatrice principale de l'école Tao de la Vitalité®.

PROGRAMME DÉTAILLÉ DU STAGE

Jour 1 / Introduction aux bases des Paumes de Bouddha et de la Guérison Cosmique :

Différencier les 3 types de respiration, séquence d'ouverture, placer le Pakua pour créer un champ de chi.

- Éveil Énergétique & Tao Yin : séquence de préparation et mise en état de l'énergie corporelle.
- Introduction aux principes des pratiques, cibler l'utilisation de la respiration à vide dite « Embryonnaire », les phases yin et yang
- Théorie et pratique des Paumes de Bouddha, établir la densification de l'énergie interne dans les postures d'ouverture, tenir la Lune.
- Guérison Cosmique : Utilisation des Pakuas pour créer un champ de Chi (exercices de soin en binômes).

Jour 2 / Les bases des Paumes de Buddha & la Guérison Cosmique :

Densifier les os, séquence du Papillon, projeter le champ de Chi, méthodes de protection.

- Réveil Énergétique & Tao Yin : préparation et mise en état de l'énergie corporelle.
- Mise en pratique des Paumes de Bouddha, appliquer la respiration embryonnaire dans la densification de l'énergie interne, séquences d'ouverture, tenir la Lune et le Papillon.
- Nei Gong Fusion des 5 Éléments II : ouvrir les canaux de poussées, ceinture de protection énergétique.
- Guérison Cosmique : Utilisation des Pakuas pour créer un champ de Chi, différencier le spectre de Chi, tester des exercices de soin en binômes.

Jour 3 / Les bases des Paumes de Buddha & la Guérison Cosmique :

Densifier les os, séquences des niveaux d'Orbite, gants de Chi, Ciel/Terre, projeter le champ de Ch, protection.

- Éveil Énergétique & Tao Yin : préparation et mise en état de l'énergie corporelle, troisième séquence.
- Entraînement pratique des Paumes de Bouddha, établir la densification de l'énergie interne dans les postures des séquences d'ouverture, tenir la Lune et Papillon, niveau d'Orbite, les gants de chi, ciel et terre, l'élixir de jade.
- Nei Gong Fusion des 5 Éléments II: ouverture des 8 canaux psychiques, poussées, ceinture, protection et scellage du corps énergétique.
- Guérison Cosmique : Utilisation des Pakuas pour créer un champ de Chi, établir la protection, différencier le spectre de Chi, tester des exercices de soin en binômes.

Jour 4 / Révision des bases des Paumes de Buddha & la Guérison Cosmique :

Forme complète des 7 séquences, donner et recevoir un soin complet.

- Éveil Énergétique & Tao Yin : préparation et mise en état de l'énergie corporelle, dernière séquence.
- Réviser la forme des 7 séquences complètes des Paumes de Bouddha avec la densification de l'énergie interne.
- Soin complet de la Guérison Cosmique : effectuer les protocoles d'ouverture, de protection et de soin complet en binômes.

Jour 5 / Synthèse globale des bases :

Paumes de Bouddha & Guérison Cosmique : forme complète des 7 séquences, donner et recevoir un soin complet.

- Éveil Énergétique : séquence complète de la préparation et mise en état de l'énergie corporelle.
- Révision et enchaînement des 7 séquences complètes des Paumes de Bouddha avec la densification de l'énergie interne.
- Séquence complète de la Guérison Cosmique : effectuer les protocoles de soin complet en binômes. Évaluation d'acquisition des objectifs : capacités à effectuer les séquences, être testé par des soins donnés/reçus en binômes et par le formateur, questionnaires d'évaluation.

MODALITÉS D'ÉVALUATION & SANCTION DE LA FORMATION

➤ Évaluation en amont de la formation :

Évaluation du niveau des participants et recueil des attentes et des besoins renseignés dans la fiche d'inscription.

➤ Évaluation en cours de séquence :

Sessions de questions/réponses à la fin des exercices, avec des temps d'échanges pour répondre aux difficultés éventuelles des stagiaires et évaluer le niveau d'assimilation des pratiques.

- Le formateur et les assistants qualifiés accompagnent, soutiennent et corrigent les stagiaires individuellement, avec des retours constructifs sur les progrès, les points à améliorer et à développer.
- Exercices à deux ou trois pour tester l'ancrage par des poussées sur la structure corporelle pour chaque posture.

➤ Évaluation des acquis en fin de formation :

Disciplines évaluées :

La Guérison Cosmique, les Paumes de Bouddha (Durée : 1 heure).

Bilan sur les pratiques acquises rempli par les stagiaires pour définir le niveau de compréhension et d'intégration des matières abordées. Une interaction en groupe est menée pour verbaliser les outils assimilés et les points à développer pour faire avancer le niveau de compétence de chaque participant.

➤ Évaluation de la formation à « chaud » :

Questionnaire de satisfaction et d'évaluation rempli sur place, après le stage, par chaque stagiaire sur l'organisation, la qualité de l'enseignement, la pédagogie des formateurs, les méthodes et les supports utilisés, le cadre et l'accompagnement.

➤ Évaluation de la formation à « froid » :

Questionnaire d'évaluation disponible 10/15 jours après la fin de la formation pour mesurer l'évolution des compétences retenues et acquises durant le stage, le niveau de pratique en fonction de l'implication, motivation, rythme de pratique du stagiaire, les difficultés rencontrées avec le recul, prises de conscience et l'intégration des outils transmis dans leurs vies personnelles et/ou professionnelles.

- **Sanction :** Attestation de suivi de formation remise après avoir reçu le questionnaire évaluation à froid.

MODALITÉS D'ORGANISATION

Nombre d'heures de formation :

Module de 5 jours x 7 heures de cours par jour
= 35 heures de formation

Horaires : 09h00/12h30 et 13h30/17h00

Nombre de stagiaires : de 10 à 20

Dates et lieux de formation : plusieurs dates et lieux proposés, détail sur le site

www.taodelavitalte.org

PUBLIC

- Niveau confirmé.
- Professionnels issus du milieu paramédical, éducatif, artistique, service à la personne, ressources humaines... pour optimiser leurs compétences.
- Toutes personnes souhaitant faire une reconversion professionnelle ou une insertion sociale pour développer leurs acquis professionnels et/ou renforcer leur niveau de vitalité.
- Toutes personnes désirant suivre un cursus professionnel d'instructeur en Tao de la Vitalité®.

ACCESSIBILITÉ RQTH

Accessibilité aux personnes handicapées :

Sensibles aux handicaps apparents ou invisibles qui demandent une attention particulière, nous vous proposons de contacter notre référent Handicap pour que nous puissions prendre en compte vos besoins spécifiques.

Séverine : 07 61 12 48 82

soulimet@gmail.com

- Tous les stagiaires devront respecter le règlement intérieur de l'école et des organismes d'accueil.