



QI GONG



Le Qi Gong, vieux de plus de 5 000 ans, prend sa source dans le concept philosophique de la tradition chinoise et de la M.T.C.

Le Qi (ou Tchi) est le souffle vital à l'origine du monde. Chaque élément de l'univers résulte de mouvements variables du Qi. L'homme est un fruit de la Nature, si le Qi est à l'origine de l'être humain, il est également indispensable à sa survie. Le Qi Gong, véritable art de vivre, apprend à cultiver le « DAO » ou vertu, à trouver la vérité de la vie et à contrôler les émotions en supprimant affolement,

inquiétude et stress excessif.

Différentes méthodes permettent de développer le souffle interne (Qi) et de le faire circuler librement dans les méridiens d'acupuncture. Le Qi Gong tonifie l'organisme en lui apportant une nouvelle énergie, facilite la circulation du sang dans le corps et équilibre le Yin et le Yang. Il peut donc prévenir, voire guérir les maladies, renforcer les capacités fonctionnelles du cerveau, augmenter l'efficacité du travail, préserver la jeunesse et accroître la longévité.

Il permet aussi de se prémunir et de se défendre contre toute agression. Certaines techniques permettent également de transmettre une énergie de guérison à un malade. Cette méthode est particulièrement recommandée au corps médical et paramédical.

Le Qi Gong Quimétao réalise une synthèse des techniques médicales et martiales, intégrées sous forme statique et dynamique.

L'Institut du Quimétao propose l'enseignement du Qi Gong sous forme de cours réguliers, stages ponctuels, formation professionnelle ainsi que des stages de perfectionnement après la formation. Des stages d'études en Chine sont également organisés régulièrement.



MAÎTRE ZHANG JINHE



Maître ZHANG Jinhe est né en 1959 à Pékin. Dès sa plus tendre enfance il est passionné par les Arts Martiaux. Il pratique avec différents Maîtres de nombreux styles. Éclectique, il apprend la lutte chinoise, le Shaolin Quan, le Tan Tui, le Xing Yi, le Da Cheng Quan, effectuant, au travers de ses pratiques de combats réels, une forme de recherche appliquée. Sa Voie est celle de la recherche de la réalité profonde et de la quintessence des Arts Martiaux, de celles transmises de génération en génération.

Les expériences de ses Maîtres et les siennes, apportent des réponses à une partie de ses questionnements. Pour lui, la pratique des Arts Martiaux basée sur la force physique n'est pas un Art, la force physique existant en tout un chacun à la naissance.

Sa soif inextinguible, d'apprendre et de comprendre, le mène à des recherches extrêmement instructives. Il se plonge dans une longue quête de vérité, au travers de tous les textes anciens existants sur les Arts Martiaux chinois qu'il étudie avec le plus grand intérêt. L'accumulation de ses lectures et de ses pratiques lui permet de "réaliser" le sens de l'enseignement perdu des anciennes grandes écoles: la connaissance profonde des Arts Martiaux. Son gigantesque travail lui permet de redémontrer l'efficacité, la justesse et la sagesse de ces textes anciens. Tenant compte de sa riche expérience, il a mis au point des techniques de pratique différentes, le Shen Qi Quan (Esprit/Énergie/Boxe).

Plus passionné que jamais, actuellement l'un des meilleurs Maîtres en Chine de cette pratique, il démontre sans conteste, au travers d'elle, l'efficacité des Arts Martiaux selon les anciens, ce qui est très important.

Il est Président de l'Association de Shen Qi Quan de Pékin, Conseiller des Arts Martiaux au sein de l'Institut du Quimétao et Professeur invité. Il a formé beaucoup d'élèves chinois et étrangers.