



Qualiopi
processus certifié

DURÉE

5 jours soit 35 heures

NOMBRE DE PARTICIPANTS

10 (minimum) à 30 (maximum)
participants

PRE-REQUIS

Ne requiert pas de pré-requis

FORMATRICE

Karine BOURAKHOWITCH
(thérapeute MTC)

COÛT

- Inclus dans la formation cursus 3 ans
- 750€ les 5 jours sans financement
- 1400€ les 5 jours avec financement

VALIDATION DES ACQUIS

Attestation de Formation validant
l'atteinte des objectifs pédagogiques
de la formation

PROGRAMME MÉDITATION TAOÏSTE

PUBLIC : tout public

OBJECTIFS :

- Connaître les bases de la méditation taoïste
- Savoir utiliser ces notions à titre personnel
- Savoir mettre en place et guider une séance de méditation taoïste en groupe et en individuel
- Savoir utiliser les bases de la méditation comme soin pour un patient

CONTENU :

1er jour :

- Connaître les bases de la méditation taoïste
- Savoir utiliser ces notions à titre personnel
- Savoir mettre en place et guider une séance de méditation taoïste en groupe et en individuel
- Savoir utiliser les bases de la méditation comme soin pour un patient

2ème jour :

- Théorie sur les Trois foyers
- Méditation sur le foyer supérieur
- Méditation sur le foyer moyen
- Méditation sur le foyer inférieur

3ème jour :

- Théorie des cinq éléments de la médecine Chinoise
- Méditation sur l'élément bois (organe, tissus, capacités psychiques, émotions...)
- Méditation sur l'élément feu (organe, tissus, capacités psychiques, émotions...)

4ème jour :

- Méditation sur l'élément terre (organe, tissus, capacités psychiques, émotions...)
- Méditation sur l'élément métal (organe, tissus, capacités psychiques, émotions...)

5ème jour :

- Théorie sur le yuan qi, le ciel antérieur et postérieur
- Méditation sur l'élément eau (organe, tissus, capacités psychiques, émotions...)
- Méditation sur le ciel antérieur, sur l'origine, sur le ciel
- Méditation du "verre d'eau"