

## STAGE "GESTION DE L'ÉNERGIE ET CONNAISSANCE DE SOI"

19/20 novembre 2011

Mieux se connaître soi-même et ses énergies  
Comment ne pas perdre d'énergie et en gagner  
(dans le soin à l'autre ou dans le quotidien)

### QUELQUES BUTS

Il s'agit d'un stage intensif de 2 jours dont le but est de donner des outils pour

- **une compréhension globale du fonctionnement de l'énergétique et des 3 corps (physique-éthérique, émotionnel et mental)**

- **savoir comment mieux gérer son énergie pour en gagner plus dans notre vie de tous les jours**

- *Savoir comment passer d'une forme de "protection contre"... , à une relation "avec"... , c'est à dire tendre vers la transformation énergétique et la transformation de soi.*

Il vous aidera à:

Développer l'énergie de vos mains, la circulation globale de l'énergie

Améliorer votre Senti énergétique, vos perceptions subtiles...

Vous sentir plus présent et ancrer dans l'« ici et maintenant »

Mettre ces techniques au service d'autres pratiques telles que :

le massage, shiatsu, reiki, géobiologie, radiesthésie...

### CONTENU

#### Pratique

- **relaxation et de centrage** dans le Hara -centre vital en japonais - (primordial pour la bonne circulation de l'énergie)

- **présence à soi même**, assouplissement du corps,

- **exercices de Senti**

- **exercices pour l'accumulation de l'énergie**

- **purification de l'œuf énergétique**

- **exercices d'envoi de l'énergie et de stimulation des mains**

- **éthique et théorie**

Il est possible de faire plusieurs Week end afin de se familiariser avec la pratique, ou simplement pour réviser, pour approfondir certaines questions qui naissent avec la pratique.

#### Théorie

**Champs d'application de la pratique du Senti.**

Fonctionnement général du Senti.

**Rôles des 3 corps physique, émotionnel et mental**

Pourquoi devons-nous nous centrer, comment se centrer, quel est l'impact dans la pratique du Senti et de la diffusion de l'énergie par les mains.

**Quel est le rôle du Hara (ou tantien en chinois)**

**Comment accumuler de l'énergie, et éviter d'en perdre, déjouer les stratégies inconscientes de "pompage" d'énergie...**

### PUBLIC CONCERNE

**Ce stage est tout public. Il est cependant préférable d'avoir déjà entamé un travail sur soi.**

L'approche étant holistique, le stage conviendra aux thérapeutes exerçant l'énergétique (sous quelque forme que ce soit), mais aussi aux personnes souhaitant travailler sur elles-mêmes.

Le travail se fera parfois en solo, parfois en duo.

Il y a toujours un temps d'échange et de partage de son ressenti, entre les participants au stage, un temps de parole accueilli dans la bienveillance.

### INSCRIPTION

19/20 novembre 2011

Mieux se connaître soi-même et ses énergies

Comment ne pas perdre d'énergie et en gagner  
(dans le soin à l'autre ou dans le quotidien)

## QUELQUES BUTS

Il s'agit d'un stage intensif de 2 jours dont le but est de donner des outils pour

- **une compréhension globale du fonctionnement de l'énergétique et des 3 corps (physique-éthérique, émotionnel et mental)**
- **savoir comment mieux gérer son énergie pour en gagner plus dans notre vie de tous les jours**
- *Savoir comment passer d'une forme de "protection contre"... , à une relation "avec"... , c'est à dire tendre vers la transformation énergétique et la transformation de soi.*

Il vous aidera à:

Développer l'énergie de vos mains, la circulation globale de l'énergie

Améliorer votre Senti énergétique, vos perceptions subtiles...

Vous sentir plus présent et ancrer dans l'« ici et maintenant »

Mettre ces techniques au service d'autres pratiques telles que :  
le massage, shiatsu, reiki, géobiologie, radiesthésie...

## CONTENU

### Pratique

- **relaxation et de centrage** dans le Hara -centre vital en japonais - (primordial pour la bonne circulation de l'énergie)
- **présence à soi même**, assouplissement du corps,
- **exercices de Senti**
- **exercices pour l'accumulation de l'énergie**
- **purification de l'œuf énergétique**
- **exercices d'envoi de l'énergie et de stimulation des mains**
- **éthique et théorie**

Il est possible de faire plusieurs Week end afin de se familiariser avec la pratique, ou simplement pour réviser, pour approfondir certaines questions qui naissent avec la pratique.

### Théorie

Champs d'application de la pratique du Senti.

Fonctionnement général du Senti.

Rôles des 3 corps physique, émotionnel et mental

Pourquoi devons-nous nous centrer, comment se centrer, quel est l'impact dans la pratique du Senti et de la diffusion de l'énergie par les mains.

Quel est le rôle du Hara (ou tantien en chinois)

Comment accumuler de l'énergie, et éviter d'en perdre, déjouer les stratégies inconscientes de "pompage" d'énergie...

## PUBLIC CONCERNE

**Ce stage est tout public. Il est cependant préférable d'avoir déjà entamé un travail sur soi.**

L'approche étant holistique, le stage conviendra aux thérapeutes exerçant l'énergétique (sous quelque forme que ce soit), mais aussi aux personnes souhaitant travailler sur elles-mêmes.

Le travail se fera parfois en solo, parfois en duo.

Il y a toujours un temps d'échange et de partage de son ressenti, entre les participants au stage, un temps de parole accueilli dans la bienveillance.

#### INSCRIPTION:

<http://www.arts-energetiques.net/article-stage-de-gestion-de-l-energie-60127960.html>

Pour valider votre inscription : envoyez un chèque d'arrhes de 80€, accompagné du bulletin d'inscription ; après avoir lu et accepté les conditions sur celui-ci. Envoyez l'ensemble à l'adresse indiquée sur le bulletin.

#### TARIFS

**le Week end complet : 190€**

80€ d'arrhes. L'inscription n'est valide qu'à la réception du bulletin et du chèque d'arrhes (possibilité de paiement fractionné en plusieurs chèques)

Tarifs spéciaux :

**Adhérents à l'[association pour la connaissance de soi](#) (-15%) 160€**

ainsi que pour les bénéficiaires RSA ou artiste intermittent (possibilité de paiement fractionné en plusieurs chèques)

#### LIEU

sur **Paris 10<sup>e</sup> Atelier Porte SOLEIL, 57 rue des vinaigriers**,  
précisions par mail ultérieurement

J'ai créé ces stages d'énergétique selon cet axe : l'énergétique n'est rien si sa visée n'est pas au service de l'ouverture du Coeur et de l'ouverture à la Vie.

=> Voir aussi

**[Stage de Gestion de l'énergie \(2\) -Introduction à l'alchimie énergétique-](#)**