



# Retraite de Tao • Semaine 2

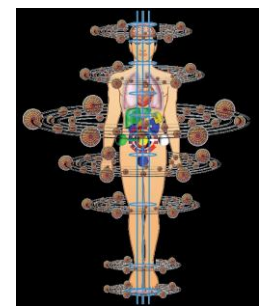
## Pratiques avancées d'Alchimie Interne

### Fusion I, II, III avec

Tai Chi Qi Gong I ☯ Qi Gong du Tan Tien ☯ Chemise de Fer I

## Pourquoi faire une semaine de retraite ?

Sortir de son environnement et de son quotidien, prendre de la distance et du temps pour soi, se faire du bien et pratiquer les perles taoïstes de l'Universal Healing Tao : venez découvrir des outils simples et efficaces à intégrer dans votre quotidien pour retrouver vitalité, santé et vous souvenir de comment vivre dans la fluidité et la joie (flowjoy©).



## Témoignages:

« Je vous remercie, Veetao et Rentao pour votre accompagnement attentif et bienveillant. C'était une belle retraite. J'ai beaucoup aimé et j'ai eu de très belles expériences de méditations guidées par Rentao. J'ai spécialement aimé les intervalles de Tai Chi. Ces mouvements sublimes, à la fois fluides, tout en étant ancrés, venant du centre et allant vers l'extérieur et retournant à nouveau au Centre. J'ai beaucoup aimé aussi les musiques que vous nous aviez choisies, la beauté et l'harmonie que vous avez su créer dans notre salle, les liens que vous avez fait naître et renforcer entre nous tous. Et je remercie aussi chacun, chacune de notre groupe pour tout ce que nous nous sommes donnés mutuellement et pour tout ce que j'ai reçu de chacun, chacune individuellement. »

« Merci de tout cœur pour cette magnifique semaine et enseignement. Merci Rentao pour tout cet enseignement et ton investissement. Ta gentillesse... pour cette belle rencontre de vous deux ! Avec toute mon amitié. »

« Merci pour cette belle semaine riche en apprentissage et nouveaux éclairages pour le cheminement. Merci beaucoup à vous deux pour votre grand investissement à nous transmettre tout ce bel enseignement ! »

## Qu'est-ce que l'Universal Healing Tao ?

Ce système de pratiques taoïstes sert à cultiver un corps sain, à former l'âme et à élever l'esprit. Ses branches et ses principales formules couvrent la méditation, le Qi Gong, les pratiques du Tao de l'amour ainsi que les arts martiaux et de la guérison. Il donne aux individus le pouvoir de développer leur potentiel physique, mental, émotionnel et spirituel, de devenir leur propre guérisseur et leur propre maître. Ses pratiques sont accessibles et conviennent au mode de vie occidental.

Le Système de l'Universal Healing Tao est partagé sur les 6 continents par son fondateur, Grand Maître Mantak Chia, ainsi que par la Faculté qui compte plus de 900 instructeurs et praticiennes certifiées.

## Que va t'on pratiquer pendant cette semaine ?

### Les pratiques d'Alchimie Interne de la Fusion

Sélection puissante parmi les bijoux des formules supérieures d'Alchimie interne. Les pratiques de Fusion I,II, III couvrent la Fusion des 5 Eléments, la Pratique de la Compassion, l'apprentissage de l'Intelligence émotionnelle et l'ouverture des 8 Canaux Psychiques. Vous apprendrez également une courte forme de Tai Chi Chi Kung permettant d'équilibrer la méditation assise et la méditation debout en mouvement. Ainsi que le Qi Gong du Tan Tien et celui de la Chemise de Fer pour poser la structure interne de cette forme de Tai Chi.

### Prérequis:

Bases de l'UHT ou une expérience en Méditation Energétique ou Pratiques d'Alchimie Interne

### Fusion I

Avec les Pratiques de Base, vous avez appris à ouvrir votre corps avec des exercices d'échauffement, à accepter ce qui est avec le Sourire Intérieur. Les 6 Sons de Guérison vous ont aidé à transformer l'énergie négative en énergie positive tandis que de l'Orbite microcosmique vous a préparé à absorber des énergies toujours plus élevées de façon sûre et équilibrée.

Après avoir intégré les Pratiques de Base, cette méditation est pour vous l'étape suivante dans le Système de l'Universal Healing Tao. Apprenez un étonnant jeu de formules d'alchimie interne que vous ne trouverez nulle part ailleurs. Rassemblez les esprits de vos cinq organes et enseignez-leur à fonctionner en équipe et en harmonie. Reconnaissez la sagesse de votre intelligence émotionnelle. Vous saurez neutraliser votre Qi émotionnel négatif (ou celui des autres) et fusionnez le Qi des cinq éléments dans une «perle» aux propriétés de purification. Vous pourrez ainsi commencer à développer vos qualités de claire voyance et de guérison, tout en vous protégeant des entités négatives et du syndrome du « burn out » du guérisseur. Ce profond travail énergétique taoïste vous permettra d'atteindre rapidement un état intérieur d'intégrité et d'harmonie en construisant une structure de soutien interne, véritable combinaison de psychologie et de médecine énergétique chinoise.

### Fusion II et III

Vous approfondirez les pratiques de la Fusion I et utiliserez votre "Perle" purifiée pour créer une Perle de Compassion (unifiée et renforcée par les énergies des Vertus, ou émotions élevées). Cette perle vous permettra de garder votre Coeur ouvert dans un état de conscience supérieure et d'évoluer dans le monde sans effort, avec intégrité et dans les hautes fréquences des Vertus.

Avec les formules de Fusion II & III, vous apprendrez à développer les compétences psychiques des Esprits de vos cinq Organes. Ce sont ces Esprits des Organes qui contrôlent les huit méridiens extraordinaires – soit l'interface de votre corps énergétique avec l'environnement.

Vous apprendrez à purifier, activer et améliorer la circulation d'énergie dans ces huit méridiens extraordinaires. Ces canaux sont un élément clé dans la prévention et la guérison des maladies chroniques et des maladies qui ne s'expliquent pas.

# Qui sont les enseignants ?

## Rentao Ravasio



### UHT Senior et Immortel Tao Instructeur

Athlète professionnel et professeur d'éducation physique, j'étais à la recherche de techniques permettant de s'entraîner de l'intérieur vers l'extérieur, plutôt que de l'extérieur vers l'intérieur. Je les ai trouvées dans le Système de **l'UNIVERSAL HEALING TAO** (UHT). D'étudiant, je suis devenu assistant puis Instructeur Senior de Grand Maître Mantak Chia –fondateur de l'UHTS. Pendant 12 ans, j'ai créé et dirigé un centre taoïste de retraite dans les Alpes suisses. Depuis plus de 25 ans j'enseigne sur le plan international. En 2008/2012 j'ai initié les premiers rassemblements des instructeurs européens, avec plus de 250 instructeurs venant de 27 pays. Aujourd'hui, je facilite le processus d'expansion de l'UHT System sur les 6 continents à travers la mise en place d'équipes d'instructeurs et de leur éducation et formation. En tant que CEO de la société « Whole people – Whole Organisations » j'ai introduit le Tao dans le monde des affaires avec des concepts de prévention sur le plan de la santé tels que flowjoy® and 4-Dimensional Health (4-DH®). Avec ma partenaire Veetao, j'enseigne en Suisse et à l'étranger, et co-dirige **l'UNIVERSAL HEALING TAO SWITZERLAND**.

## Veetao Hogan



### Professeur Senior de Chi Nei Tsang

Après quinze ans de journalisme en Suisse et à Londres, je décide de changer de vie lorsque je déménage en Thaïlande avec ma famille. En recherche, je multiplie les stages et les retraites. Occupée à calmer mon esprit et à ouvrir mon cœur, je finis par me couper de mon corps et commence à créer toutes sortes de symptômes et de douleurs. C'est alors que je renoue avec le Tao grâce à Mantak Chia, maître taoïste issu d'une longue lignée, et dont le centre de formation est situé près de Chiang Mai. Avec ses techniques simples et concrètes, je prends conscience que mon corps n'est pas un fardeau ; c'est au contraire un incroyable outil d'alchimie interne. Aujourd'hui, je suis une instructrice certifiée de l'UHT, je donne des séances de massage Chi Nei Tsang (CNT) et en tant que Professeur Senior de CNT, j'offre des formations en Suisse et à l'étranger. Avec mon partenaire Rentao, nous dirigeons **l'UNIVERSAL HEALING TAO SWITZERLAND**.