

Espaces du corps – Espaces de l'âme

Méditation en mouvement



Shibashi fluide

Après-midi d'initiation et d'approfondissement

Cours bilingue

Vendredi 13 novembre 2026

De 14 h à 17 h

Maison paroissiale réformée de Morat

Inscription souhaitée avant le 9 novembre :

elisabeth.peham@pfarrei-murten.ch/

Tél. 026 672 90 20

La participation libre.

« Prends soin de ton corps afin que ton âme ait plaisir à y résider »

(Thérèse d'Avila)

Le stress provoque une tension musculaire qui entrave la libre circulation de notre force vitale, l'énergie Qi. Notre corps se sent alors à l'étroit. En pratiquant le Shibashi, nous offrons à notre corps calme et attention bienveillante. Ainsi, les tensions physiques et psychiques se dissipent en douceur. Notre espace corporel s'élargit à nouveau, pour la plus grande joie de l'âme. L'énergie Qi peut à nouveau circuler harmonieusement, les organes internes sont renforcés et le pouvoir d'auto-guérison inhérent au corps est éveillé.

Le Shibashi trouve ses origines dans la Chine taoïste et est arrivé en Suisse grâce à des contacts avec des religieuses aux Philippines. En dialogue avec nos racines chrétiennes, le Chi – souffle, force vitale, source de tout ce qui vit – trouve un écho dans la spiritualité de la Création.

Animation : Dorothea Egger

Théologienne indépendante, professeure de Qi Gong

Lieu : Maison paroissiale réformée de Morat

Deutsche Kirchgasse 20