

MANIFESTE

POUR

UNE PREVENTION VERITABLE

Perspectives pour le XXI^{ème} siècle

Le collectif de l'Orchidée



« Un élément très petit d'une courbe est presque une ligne droite. En réalité, la vie n'est pas plus faite d'éléments physico-chimiques qu'une courbe n'est composée de lignes droites ».

Henri BERGSON

« Lorsque la sécheresse arrive,
Il est bien tard pour commencer à creuser son puits
La guerre déclarée, il est trop tard
Pour commencer à forger ses armes ».

Adage chinois

BILAN DE SANTE PREVENTION 2011

Nous constatons :

- le déficit financier récidivant des systèmes de santé (1),
- des pathologies dont on parle peu parce qu'on ne sait pas trop quoi en faire : syndrome de RAYNAUD, maladie de CROHN... La liste n'est pas exhaustive.

Il y a les affections dont on parle davantage et dont le diagnostic n'est pas réellement satisfaisant : HTA, allergies, troubles fonctionnels où la structure n'est pas touchée et où il y a pourtant souffrance.

Enfin, des pathologies dont on parle beaucoup et qui débordent les frontières du médical : les prises de poids excessives et leurs conséquences, le syndrome d'ALZHEIMER (2).

- le déremboursement de plus en plus important des dépenses médicales,
- la perte de crédibilité du médicament qui, pendant tout le XXème siècle, a constitué l'essentiel de la panoplie médicale.

C'est à la fois :

La diminution de l'efficacité des antibiotiques et la restriction légitime de leur champ d'action (3).

L'inquiétude devant des produits qui s'avèrent dangereux et dont la liste semble s'allonger indéfiniment.

Le désarroi lorsque nous apprenons que de nombreux médicaments, vendus comme tels, ne comportent que peu d'efficacité thérapeutique (4) ou à l'opposé, peuvent générer des réactions secondaires graves (hépatites chroniques ...).

La tendance à l'auto-médication (5).

Pour ce qui concerne la prévention, le terme évoque des actions diverses :

- l'utilisation de techniques de dépistage sophistiquées et sans doute très onéreuses qui peuvent déceler, confirmer (ou pas) des pathologies installées, souvent depuis longtemps,
- c'est la prolifération des vaccins,
- dans un autre contexte, ce sont des articles dans certaines revues, des émissions télévisées qui s'étendent sur les performances médicales ou chirurgicales.

C'est aussi la distribution de quelques prescriptions :

« Ne pas manger trop gras,
Consommer au moins 5 fruits, 5 légumes (6) par jour,
Ne pas fumer,
Boire avec modération,
Faire du sport... ».

REMARQUES

Pour fonctionner idéalement, ce système de prévention doit reposer sur plusieurs convictions :

- 1) La première, c'est que la perception de notre corps se limite à des sensations de plaisir ou de déplaisir. Pour le reste, ce sont des sensations non identifiables, une relation d'indifférence.
- 2) Cette attitude entraîne une seconde conviction : la connaissance de notre corps ne nous appartient pas. En définitive, seuls des spécialistes peuvent le déchiffrer et comprendre ses fêlures éventuelles.
- 3) Croyance que l'entretien du corps passe essentiellement par des actions musculaires et pour l'alimentation, par des formules chimiques. En fait, nous ne savons pas très bien ce qu'il faut manger pour maintenir la vie en nous et nous ne savons pas le comprendre, le ressentir en termes de vivacité.
- 4) Tout se passe comme si nous n'avions aucune responsabilité dans le surgissement d'une pathologie et aucun moyen pour bien comprendre ce qui nous arrive.

Dans le même temps où nous sommes invités à assumer une responsabilité individuelle à l'égard de la planète, nous sommes démunis de toute possibilité d'action pour un comportement responsable pour ce qui concerne notre corps et notre santé.

NOTES

(1) Pour les responsables politiques, la pathologie est d'abord une question économique avant d'être celle de la souffrance individuelle. Cela est légitime et peut s'avérer positif : incitation à modifier notre comportement à l'égard de la prévention et puis, lorsque le déficit récurrent des dépenses deviendra insupportable – s'il ne l'est pas déjà – il faudra bien envisager de nouvelles solutions.

(2) C'est déjà l'état d'urgence.

Le peptide amyloïde, son accumulation par hyperproduction et par déficit d'élimination, a sans doute une responsabilité dans le syndrome d'ALZHEIMER, mais cela peut se traduire autrement : jamais nous n'avons été confrontés à autant de comportements de plénitude, jamais nous n'avons reçu autant d'informations et n'avons été soumis à autant de situations émotionnelles stressantes.

Il y a un parallèle entre les boulimies alimentaires et les boulimies mentales.

Le cerveau n'est pas un ordinateur, cela ne signifie pas qu'il n'est pas utile de le « rafraîchir » aussi. Comme nous avons appris à nous laver la peau, nous avons à apprendre à nous « laver » la tête.

(3) Cette restriction des antibiotiques (distinction entre affection virale et bactérienne) est relativement récente.

L'information-avertissement délivrée par les médias est plaisante : elle laisse supposer que le patient rédige lui-même son ordonnance !

(4) Il faudrait aussi mentionner toute une série de produits qui agissent davantage sur les symptômes que sur les causes : rhume, toux, remontées acides...

(5) Dans la situation de sous-information où se trouve le plus grand nombre en regard de son corps et de sa santé, l'auto-médication risque, dans un premier temps, d'être très périlleuse.

(6) Pourquoi cinq ?

Est-ce l'influence de la logique chinoise où la vie fait toujours cinq : cinq saveurs, cinq organes, cinq émotions... etc ?

AXIOME – COROLLAIRES – PROPOSITIONS

AXIOME

La vie est toujours plus riche, plus complexe que les modes de connaissances qui tendent à la définir.

COROLLAIRES

Corollaire 1

La vie ne se réduit pas à des phénomènes physico-chimiques. La clé de la vie n'est pas trouvée et en fin de compte, nous ne savons que peu de choses.

Une logique du vivant, c'est toujours le choix d'un cadre qui finit toujours par s'avérer trop rigide, trop étroit pour tout ce que l'on prétend y mettre.

Corollaire 2

Sur le plan de la pensée, tout ce qui s'érige en monopole de vérité est de l'arrogance.

Corollaire 3

Sur le plan de la santé, aucune médecine n'est miraculeuse ; c'est toujours un point de vue partiel sur le vivant et la pathologie.

PROPOSITIONS

Proposition 1

Un élargissement de la notion de prévention qui se définit comme :

- la capacité pour chacun de repérer avec précocité un trouble éventuel,
- des moyens d'agir pour le résoudre et si cela est nécessaire, d'accompagner un traitement médical, de jouer un rôle actif dans la procédure de soins.

Proposition 2

L'énergétique chinoise (QI GONG) millénaire satisfait à l'ensemble de la proposition 1.

QI GONG ET SCIENCE ANALOGIQUE

« Les QI GONG sont le plus beau cadeau que la CHINE peut vous faire ».

Maître KONG QING-LIAN

Les Chinois, sans état d'âme, empruntent aux autres cultures tout ce qui peut leur être utile. Il est vrai que l'on a toujours à apprendre de la différence... si on l'accepte.

Les QI GONG, c'est le corps ressenti, écouté, respecté ; c'est une connaissance millénaire de ce qu'il faut appeler le corps énergétique qui sera sans doute une des plus grandes découvertes du XXIème siècle.

Ceux qui pratiquent les QI GONG (1) sont nombreux en France même si les médias sous informés en parlent peu.

L'INTERET DE LA LOGIQUE ANALOGIQUE

L'ensemble des projets proposés, ici, est axé sur l'énergétique chinoise. Pourtant, d'autres cultures, d'autres traditions ont approché et expérimenté, avec d'autres désignations, ce que les chinois appellent le QI.

La particularité de la science chinoise, c'est bien sûr la continuité d'une recherche qui, de siècle en siècle, a produit une diversité de méthodes inégalées ; mais c'est aussi une logique du vivant qui se démarque de toutes références magiques ou mystiques.

Cette conception est à l'origine de la médecine chinoise traditionnelle et bien sûr des QI GONG ; elle est essentiellement analogique (2).

L'essor de notre humanité s'est enraciné sur deux logiques opposées :

- La pensée analytique.

Il suffit de regarder autour de soi pour constater ses résultats manifestes et à une vitesse vertigineuse, elle continuera à nous propulser vers des comportements nouveaux.

Elle s'est construite sur un procès de la sensation : la certitude que la « réalité » n'est pas exactement ce que nous voyons, ce que nous touchons.

Toutes ces perceptions se diluent dans le microscope électronique et les mathématiques qui font l'abstraction du vivant, du singulier, en généralisant et qui sont devenus l'outil d'excellence de la logique analytique.

Connaître ici, c'est cloisonner, séparer, avec l'idée sous-jacente que l'on finira par trouver un élément ultime sur le chemin de l'infiniment petit.

- Le raisonnement analogique fonctionne à l'inverse ; il s'agit plus de réunir que de dissocier.

L'analogie implique un principe auquel on fait passer les frontières. Son actualisation change de forme dans les domaines multiples mais ce sera toujours le même principe.

Un exemple ?

Choisissons le principe du rythme fondamental : dilatation-resserrement (en CHINE, c'est du YIN-YANG). Nous le sentons au fond de notre poitrine à chaque séquence respiratoire mais, c'est aussi le battement du cœur qui résonne dans tout notre corps.

Analogiquement, c'est le mouvement de l'océan qui se déploie sur le sable et se retire, celui des planètes, mais aussi le mouvement saisonnier qui s'élève de printemps en été et se resserre d'automne en hiver.

Le rythme, par analogie, réconcilie toutes les formes vivantes et toutes les sciences. Le sang dans notre corps est analogue à la sève dans les végétaux.

Vous voyez, c'est simple et il faut noter que la science analogique est de retour avec l'écologie qui, à travers le principe de respect envers la nature, la conviction de l'interdépendance de toutes les espèces, retrouve l'unité de l'analogie.

NOTES

(1) Le ou les QI GONG ; le terme désigne de nombreuses méthodes mais il y a toujours un invariant, c'est l'expérience, le ressenti du QI que l'on traduit approximativement par « énergie ».

Depuis des milliers d'années, de génération en génération, les maîtres de QI GONG « traquent » le QI sans perdre trop de temps à essayer de le définir.

(2) La pensée analogique n'est pas étrangère à l'Occident et elle a prévalu durant des siècles jusqu'au XVIIème. C'est en fonctionnant analogiquement que Léonard de VINCI a pu concevoir des réalisations étonnantes dans les domaines les plus divers.

Cette logique sera supplantée par une approche du vivant totalement différente, à l'origine de toutes les sciences occidentales : physique, chimie, puis à partir du XIXème siècle, la biologie, base de la médecine allopathique.

PROJET 1 – LES MAISONS DE SANTE

Objectif

Faire cohabiter dans le même lieu, le même espace, des démarches préventives et des postes thérapeutiques.

CENTRE PREVENTIF	CABINET MEDICAL
Techniques énergétiques chinoises	Généralistes (allopathes) Acupuncteurs Homéopathes (*) Ostéopathes ...

1)

Pluralité des démarches thérapeutiques qui permet à chacun d'aller vers ce qui lui convient le mieux. Un regret : l'herboristerie décapitée et quasiment disparue, sans doute au profit de la pharmacie. Reste-t-il des herboristes ?

2)

Un projet architectural serait souhaitable : une structure modulable selon le milieu de fonctionnement, urbain ou rural et selon l'importance de la fréquentation.

3)

L'ordonnance délivrée par le thérapeute comporte des exercices de QI GONG spécifiques à la pathologie diagnostiquée. (Il y a déjà en France des médecins qui, en dehors de leur temps de consultation, réunissent leurs patients et leur proposent des cours individuels ou collectifs de QI GONG et de T'AI CHI CHUAN).

Dans le cadre des maisons de santé, un professeur de QI GONG pourra assumer de multiples interventions :

- Celles liées au mode de traitement prescrit par le thérapeute, à des niveaux de difficulté différents selon les patients. En CHINE, on dit qu'il y a « 10 000 QI GONG ». Cela est peut-être exagéré, néanmoins, il y a des exercices spécifiques pour l'ensemble des syndromes : pathologies vertébrales, HTA, hypotension, problèmes digestifs, respiratoires, ménopause, rhumatismes... etc.
- L'ensemble des pratiques énergétiques qu'il maîtrise :



Cours de Qi Gong
et de T'ai-Chi Chuan
(Enfants et adultes)



Le programme
«Trois ateliers»



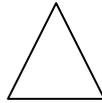
Ateliers
saisonniers



«Les retours de
Printemps»
Exercices spécifiques
Pour les personnes âgées

* Il y a quelque chose qui est aussi récurrent que le déficit du système de santé, ce sont les émissions télévisées qui font le procès de l'homéopathie. Une logique qui se permet d'utiliser ses paramètres pour en évaluer, en juger une autre. Heureusement que l'homéopathie a un soutien « populaire », autrement elle n'existerait plus depuis longtemps et ce serait regrettable.

PROJET 2 – «TROIS ATELIERS»



Pendant des siècles, voire des millénaires, les QI GONG ont été transmis par des maîtres à quelques élèves. Les temps changent. Aujourd'hui en CHINE, en Occident, il y a des professeurs de QI GONG et de T'AI CHI CHUAN mais il faut toujours des années d'apprentissage pour enseigner l'ensemble des pratiques du champ énergétique. Certains QI GONG demandent un travail assidu sur 10 ans, 15 ans et même davantage.

Cela continuera ainsi mais dans le même temps, il est possible d'envisager un autre processus de formation, une autre organisation, un autre mode d'enseignement et surtout de transmission, nouveau et plus rapide.

L'enjeu est important, comme nous l'avons déjà proposé, il est urgent que le plus grand nombre puisse accéder à une véritable prévention (voir **proposition 1**). Le temps est venu où l'on doit pouvoir se réapproprier sa responsabilité et des droits à l'égard de son corps et de sa santé.

Ceux qui pratiquent le savent bien ; les QI GONG sont un outil d'excellence et même dans une situation de pathologie installée, ils peuvent s'associer à un traitement médical qui s'avère nécessaire ; cela permet au patient de jouer un rôle actif dans le processus de guérison et c'est important.

Objectif

Mette à la disposition de ceux qui le désirent l'outil énergétique ; plus exactement, des exercices (GONG FA) qui, assimilés, peuvent être retransmis par ceux qui les ont intégrés. Il s'agit de former des « passeurs de QI GONG » comme dans son passé la CHINE a formé des «médecins aux pieds nus». Leurs connaissances étaient limitées mais ils pouvaient exécuter des gestes thérapeutiques très ciblés, très correctement.

A cet effet, nous proposons plusieurs programmes « 3 Ateliers » : Insomnie, HTA, Mal de dos, ...etc.

Pour chaque module, à chaque pathologie, s'ajoutera un exercice d'« hygiène mentale » (YI NIAN QI GONG, le QI GONG de la pensée) pour une quiétude maximum.

Programme n° 1

Ce n'est plus un projet. Il est mis en place et fonctionne.

Il est composé de deux exercices de Qi Gong ciblés sur les problèmes digestifs et un troisième procédé pour réduire l'encombrement mental qui peut être utilisé chaque jour, plus particulièrement avant d'aller dormir.

Formation

Nous proposons «Trois ateliers» d'une journée, chacun séparé par un intervalle de quatre semaines. A cela s'ajoute, pour ceux qui veulent transmettre à leur tour, une journée supplémentaire pour : le réglage, l'évaluation et la validation.

Enfin, une réunion de tous les passeurs est organisée une fois par an pour établir un bilan, vérifier la qualité des pratiques et éviter les déviations éventuelles.

La formation initiale et l'atelier annuel sont dirigés par des enseignants appartenant au Collège de l'ORCHIDÉE, adhérent à la FEDERATION QI GONG/TAIJI QUAN.

PROJET 3 – « LA PREVENTION A L'ECOLE »

Il y a un modèle de l'école française et il est essentiellement de type analytique : c'est un ensemble de disciplines sans aucune relation entre elles, un cloisonnage maximum des programmes ; ce que l'on apprend dans une matière a peu d'utilité dans les autres.

Les mathématiques et le déchiffrement chimique du vivant prédominent : abstraction et généralisation.

Par ailleurs, le bilan d'une expérience déjà ancienne que l'on appelait les « 10% » décrivait l'école comme un lieu où l'enseigné reçoit beaucoup mais ne donne rien, n'est cause de rien. L'inspiration, le « gonflement » symbolise le mode d'acquisition des savoirs ; un maximum de connaissances est ingéré jusqu'à l'examen final. Cela est bien nécessaire.

Pour ce qui concerne le corps, son « expression », le sport occupe toute la place comme il l'occupe dans les médias où il est à l'origine de beaux spectacles.

Sauter à la corde, courir, taper dans un ballon, ne peut pas faire de mal et c'est bien connu, le corps peut exulter de façons bien différentes ! De plus, la fatigue musculaire est un moyen pour vider la tête. La méthode n'est pas la plus économique mais cela marche ... momentanément ; le corps est souvent utilisé pour résoudre des problèmes qui se jouent ailleurs, à un autre niveau.

Enfin, la performance, la compétition qui sont les moteurs de la promotion sociale, sont toujours sous-jacents dans l'activité sportive.

Il s'agit maintenant de savoir si une telle organisation peut laisser une petite place à d'autres approches à savoir la logique analogique et l'énergétique chinoise qui fonctionnent à l'opposé du modèle analytique.

La connaissance analogique repose sur le principe non pas de la dissociation mais du tissage et nous n'avons plus une dispersion horizontale de disciplines séparées.

Le tissage, c'est une relation constante entre fils de chaîne (verticalité) et fils de trames (horizontalité). Si les premiers sont trop rigides, la maille de l'étoffe sera trop serrée ; s'ils sont trop souples, la maille sera trop lâche.

Les mêmes principes vaudront pour :

- la pédagogie, parentale ou scolaire : des règles trop strictes ou inexistantes donneront les mêmes effets négatifs
- le corps énergétique : ici, nous retrouvons une situation analogique qui résulte du tissage et du croisement de pistes verticales (dont la colonne vertébrale) et de trames horizontales.
- l'art du politique qui consiste à s'installer au centre, en évitant les extrêmes : système coercitif excessif et intervention trop laxiste.

L'analogie ne s'intéresse pas à l'abstraction, elle porte essentiellement sur des singularités, des réalités concrètes perçues dans l'unité.

L'écologie, qui souligne la relation de toutes les formes vivantes, le respect du Ciel/Terre est très près de l'ancienne vision écologique.

La question est de savoir quelle forme pourrait prendre un enseignement de type analogique. Dans tous les cas, il faudrait éviter le piège de la vulgarisation mais utiliser l'avantage de cette approche concrète du vivant, plus motivante que sa traduction en formules chimiques.

Il pourrait être intéressant de commencer par une compréhension des saisons, des climats et de leur impact sur notre corps. Le chaud, le froid sont aussi bien à l'extérieur qu'à l'intérieur et la tiédeur de notre vie se joue dans leur équilibre. Il pourrait être également intéressant de prendre en considération « la voie de l'eau » : à l'extérieur comme à l'intérieur de notre corps, c'est un « trésor », mais en excès ou en manque, elle peut causer catastrophe ou pathologie. Ici, météo, science de la nature et biologie pourraient se croiser.

La sexologie peut être également intéressée par l'analogie ; il y a forcément un moment, où il faut expliquer à l'enfant le surgissement de la vie. Il y a bien sûr les choux et les roses, il y a la description des gamètes, il y a aussi l'utilisation du jeu analogique : il existe un texte millénaire chinois traduit par Claude Larre qui évoque l'orgasme du « Ciel/Terre » à travers la transformation de l'eau ; c'est bien sûr encore le principe de dilatation/resserrement et cela vaut pour le plaisir au cœur de la vie des femmes et des hommes. (*)

Bien sûr, tout reste à faire et faudrait-il encore que des spécialistes de ces démarches acceptent de se rencontrer et de travailler ensemble.

Pour ce qui concerne l'énergétique chinoise, elle est symboliquement rattachée à la respiration : la capacité de vider l'ancien, de vider la tasse pour qu'elle puisse être remplie à nouveau (quiétude et ressourcement).

Elle ne peut fonctionner que dans la vacuité de la pensée et les méthodes qu'elle propose pour atteindre la plénitude mentale, sont aujourd'hui précieuses ; et bien sûr, elle reste éloignée de tout esprit de compétition, de soucis, de performances. Tout enseignant de QI GONG voire de T'AI-CHI CHUAN dispose suffisamment d'exercices pour convenir à tous les âges.

(*) Ainsi le yang clair fait le Ciel
et le Yin trouble fait la Terre ;
les souffles de la Terre, en s'élevant font les nuages
et les souffles du Ciel en descendant, font la pluie ;
la pluie procède des souffles de la Terre
et les nuages procèdent des souffles du Ciel.

PROJET 4 – « LES MAISONS ETOILES »

Ce projet porte sur le vieillissement. Dans un passé qui n'est pas très éloigné, il était fréquent de terminer sa vie immergé dans la cellule familiale.

« Les temps changent » : aujourd'hui, hôpitaux et surtout les maisons de retraite occupent le champ du vieillissement.

Même lorsque cela est possible, beaucoup de personnes ne désirent pas vivre la dernière étape de leur vie avec leurs proches, leurs enfants.

La maison de retraite présente de nombreux avantages : structure souvent médicalisée et qui permet de rompre la solitude : en fait, beaucoup répugnent à s'intégrer dans une telle structure, fut-elle de niveau très correct .

Proposition

Un regroupement de 5 personnes dans une structure qui respecte plusieurs exigences :

- un projet architectural spécifique pour l'objectif recherché. La figure de l'étoile à 5 branches comme celle que dessinent les enfants n'est bien sûr qu'une suggestion.



C'est aux architectes d'imaginer, une espèce personnelle pour chacun des propriétaires engagés dans le projet qui ne peut s'enraciner que dans une initiative privée.

- L'existence d'un « sas de communication » permettant des rencontres pour des activités multiples : de l'Ikebana à l'informatique, des ateliers d'astrologie au jardinage ... et bien sûr, l'entraînement énergétique quotidien. Ici, les possibilités sont nombreuses :
 - o Le programme « trois ateliers » peut être organisé et permettrait des échanges entre les structures ; des programmes HTA, problèmes digestifs, insomnie, rhumatismes, mal de dos ... etc. pourraient être privilégiés, sans omettre pour chaque module des exercices « d'hygiène mental » pour « rafraîchir » le cerveau. Enfin le programme « Trois Ateliers » pourra être conduit dans les « Maisons Etoiles » avec les mêmes principes : intégration d'exercices spécifiques et transmission.

- Une catégorie de Qi Gong spécifiques pourrait être enseignée par des professeurs. Il s'agit d'exercices spécifiques pour les anciens : « les Retours de printemps ». De nombreuses séries d'exercices peuvent être classées dans cette famille :
 - Les postures anti-vieillessement. On appelle cette méthode « le Qi Gong assis de Chen Yi-Xi » ; la plupart des exercices se pratiquent en posture assise. Chen Yi-Xi a créé ce Qi Gong, il y a plus de 900 ans (dynastie SONG). Il a été transmis de génération en génération. Son objectif est de garantir la santé et de prévenir le vieillissement.
 - Le Qi Gong du « Sage Dormant » de Wang Li-Ping
C'est la série de Qi Gong la plus facile : huit exercices qui peuvent être pratiqués en position couchée. Cela permet à des personnes très âgées, hospitalisées, de poursuivre une pratique énergétique et d'en tirer bénéfices.

Toutes ces pratiques, Chen Xi, Sage Dormant, reposent sur les mêmes principes :

- lenteur, douceur et quiétude
- mouvements réalisés au rythme de la respiration
- un travail du Qi qui peut-être efficace dans de nombreuses pathologies : rhumatismes, douleurs vertébrales.

Vivre jusqu'à 120 ans ?

Aujourd'hui, l'espérance de vie dans le monde occidental rejoint la conception chinoise ancienne. Il est écrit dans le Su Wen (il y a plus de 25 siècles) que celui qui sait contrôler ses émotions, « suivre les saisons » et ne pas dilapider son héritage énergétique, peut devenir centenaire et plus.

Est-ce une bonne nouvelle ?

Cela dépend de l'état dans lequel nous atteindrons et vivrons cette longévité. Autant que la souffrance, nous redoutons la perte d'autonomie, la dépendance. Et enfin, quel serait l'avantage de devenir vieux, très vieux, avec un « cœur » de plus en plus fermé et de moins en moins vivant dans le regard et la parole.

SOMMAIRE

SANTE ET PREVENTION – BILAN

AXIOME, COROLLAIRES, PROPOSITIONS

QI GONG ET SCIENCE ANALOGIQUE

LES PROJETS

PROJET 1 – LES MAISONS DE SANTE

PROJET 2 – LES PROGRAMMES « TROIS ATELIERS »

PROJET 3 – LA PREVENTION ET LES PROGRAMMES SCOLAIRES

PROJET 4 – LES MAISONS ETOILES

Nous remercions,
Messieurs Baruch de SPINOZA et Henri BERGSON
Pour le soutien apporté aussi bien au niveau de la forme que du contenu

A EYRIAC,
Le 1^{er} Janvier 2011

Le collectif de l'Orchidée
ISBN 2-951 0253
Avec la reconnaissance de la Fédération QI GONG/TAIJI QUAN