Mon livre : « Nos croyances effacées » Pratiques de QiGong vertueux

Quatrième de couverture

La majorité de nos comportements est le fruit de nos croyances conscientes ou inconscientes. Quand nous pensons à tout ce qui de notre personnalité, de notre ego, joue à « nous faire paraître », nous, inauthentique pantin de notre histoire de vie, nous voyons comment notre libre arbitre ne tient finalement qu'une place minuscule !

Pourtant, le pouvoir créateur de la conscience est un potentiel inestimable pour qui voudrait « renaître à soi ».

Christophe est un jeune professeur de QiGong, diplômé depuis 2022 à l'école TaoShen de Patrick Nassi. Son engouement pour la philosophie et les sagesses anciennes, l'a conduit à proposer des méthodes de QiGong profondes et innovantes afin d'accompagner tous ceux qui, en quête de recherche spirituelle, sauront s'ouvrir à un art de penser et de pratiquer avec sagesse.

Ce livre donc, propose en première partie des réflexions à la fois philosophiques et pragmatiques sur l'esprit, l'ego, nos croyances (…). Et dans une seconde partie, nous découvrons la description détaillée et illustrée de pratiques méditatives ou en mouvement, reliées au développement de ce que Christophe nomme les Vertus.

Laissez-moi un commentaire et commandez votre livre

Ma philosophie

Depuis la nuit des temps l'Homme se préoccupe de sa santé et de son bien-être. La Chine fait figure de précurseur en la matière depuis près de 5000 ans. La tradition de « l'Empire du Milieu » foisonne de Maîtres illustres, d'ouvrages et de témoignages qui servent encore de références au programme officiel à l'Université de Médecine en Chine. Les doctrines et modèles de représentation de l'Homme dans l'Univers ne sont pas qu'une simple illustration occulte ou ésotérique.

Bien au-delà : Elles ont traversé les âges solidement ancrées dans la matière du corps et de l'esprit, selon une approche holistique qui réconcilie « le Monde séparé d'aujourd'hui ».

La matière médicale se fonde sur l'expérience clinique des praticiens (La littérature médicale Chinoise recèle de milliers de rapports cliniques). N'en déplaise aux inconditionnels de la médecine moderne, elle n'en demeure pas moins objective : Car pour la Médecine Traditionnelle Chinoise « ce qui marche, c'est ce qui est juste ! ». Précisément, c'est contraire aux expérimentations contemporaines qui voient dans les études « in vitro » ou les essaies sur les animaux, des alibis indéfectibles à la validité de leurs pratiques (souvent démenties quelques décennies plus tard).

Alors en pratique, que peut-on proposer aujourd'hui ?

La Maison du Dao ne veut pas moins être une représentation de « La Voie du milieu », le juste équilibre entre le Yin et le Yang : Christophe ambitionne d'intégrer l'art traditionnel énergétique chinois dans la contingence de notre quotidien et la modernité de nos vies.

Pour cela, il vous propose des cours de Qi Gong adaptés, des

stages en montagne ainsi que des séances de massages venus du fond des âges. La pédagogie étant le fil conducteur de sa pratique, elle accompagne et conforte le « Sens » que l'élève ou le patient, aura bien voulu donné à sa vie, ou ses maux…

Qui est Christophe ?

– Qui est Christophe ? –

Christophe Saramito exerce le métier d'infirmier d'abord en psychiatrie pendant 15 ans à Nice, puis il obtient son diplôme de Cadre de Santé en 2007. Il se voit confier la responsabilité du service de psychiatrie pendant deux ans, puis de pneumologie jusqu'en 2011 à l'hôpital Princesse Grâce de Monaco.

Depuis toujours passionné par la culture et la civilisation Chinoise, il décide à l'âge de 20 ans d'apprendre le Chinois en autodidacte. En l'an 2000 il obtient son DU de langue et civilisation Chinoise. Cette passion le mènera jusqu'à l'obtention du diplôme de mandarin délivré par la LTL Mandarin School à Pékin en 2018.

Aujourd'hui, Christophe est sensible aux dérives de nos pratiques médicales contemporaines parfois éloignées du sens profond qui anime le métier d'infirmier. Confronté à la déshumanisation des services de soins et aux conditions d'exercice souvent difficiles des professionnels, il renoue avec une tradition à la fois plus ancienne et plus authentique, à laquelle il se sent profondément relié : La Médecine Traditionnelle Chinoise.

Très jeune déjà, il pratique la méditation quotidiennement. Mais c'est plus tard après quelques années passées dans les

hôpitaux de Nice et de Monaco, que son engouement pour les médecines naturelles et la spiritualité tiendra une place importante dans sa vie.

En 2012 il débute par l'étude de l'aromathérapie à l'association Lavandulavera avec Monique Mirandes, Phytothérapeute à Guillaumes dans l'arrière pays Niçois. Puis suivant son intuition, le cheminement se fait naturellement depuis les Huiles Essentielles jusqu'à la pratique des massages.

Il décide donc de s'inscrire à l'Institut CHUN de Vallauris et se forme à la réflexologie plantaire avec Véronique Lorenzini en 2014.

Puis en 2015, toujours à l'Institut CHUN, il étudie l'Énergétique Traditionnelle Chinoise avec Amaël Ferrando et se forme à l'acupression en 2015. Dans le prolongement de cette formation il découvre le Qi Gong TuiNa, toujours avec Amaël, lui-même enseigné par le Professeur Bai YunQiao à Pékin. C'est à partir de cette période que Christophe commence à prodiguer des soins.

Ces enseignements profondément spirituels et authentiques, confortera Christophe dans son choix d'accompagner les autres sur leur « chemin de vie », avec une approche différente du métier d'infirmier et des pratiques plus respectueuses du corps et de l'âme.

Par la suite, Christophe découvre la diététique traditionnelle, et plus tard, il complétera ses acquis par la pratique de la cuisine chinoise en famille d'accueil lors de son séjour linguistique à Pékin. Enfin, soucieux de parfaire sa pratique du massage traditionnel, il complétera ses connaissances par une formation en TuiNa à Lyon en 2017 auprès d'Audrey Collot.

Tout au long de son parcours, Christophe n'a jamais cessé de pratiquer assidûment le Qi Gong enseigné par Amaël Ferrando.

Il a donc décidé de se former auprès de Patrick Nassi et depuis 2022 il est diplômé de l'institut Tao Shen à Opio, « Professeur de QiGong ». Christophe prend à cœur l'approfondissent et la compréhension de cet art millénaire afin de se donner les moyens de mieux le faire partager aux autres.