

# 氣 Qì Gōng 功

## UNE MÉMOIRE DU SOUFFLE SACRÉ COMMUNE A TOUTE L'HUMANITÉ

( Leçon étymologique )

La pratique du Qi Gong remonte à 2000 ans selon les données anthropologiques et archéologiques. Elle est non seulement la première médecine préventive de nos ancêtres, mais également la mémoire sacrée commune à toute l'humanité.

- 1) En chinois, “QI” 氣 signifie “souffle énergétique”.

Le souffle est le mouvement de l'âme,  
l'énergie, l'essence de toute vie.

Ce souffle énergétique est celui de l'embryon humain.

Il génère notre construction corporelle dès la conception et gouverne notre vie intérieure pour nous relier directement aux souffles primordiaux de l'univers cosmique.



L'idéogramme est composé de deux parties :

气 氤

vapeurs qui montent de la terre,  
et vont former en haut,  
les couches des nuages, donnant  
la notion du “souffle céleste”.

米 禾

grain de riz, il symbolise  
l'énergie de la terre.

Ces deux images, ensemble, forment la notion du “souffle énergétique”.

- 2) En Chinois, “Gong” 功 veut dire “maîtrise de soi” ou “auto-ajustement”.

C'est une maîtrise que nous acquérons en approfondissant les différents niveaux de notre Conscience Intérieure, grâce à une pratique corporelle spécifique.

L'idéogramme est également composé de deux images.

工 工

Cette image représente à la fois un autel familial et l'équerre antique.

力 卅

Image d'un tendon du corps, symbole du travail laborieux.