



## I Jing Qi Gong - L'Art de la réalisation personnelle - Livre + DVD



Télécharger



Lire En Ligne

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# **I Jing Qi Gong - L'Art de la réalisation personnelle - Livre + DVD**

*Song Arun*

## **I Jing Qi Gong - L'Art de la réalisation personnelle - Livre + DVD Song Arun**

Le Qi Gong n'est pas seulement une gymnastique faisant sagement jouer de concert notre concentration (esprit), notre respiration (âme) et nos gestes (corps). Le Qi Gong est également une pratique favorisant un vécu sensible par la mise en lumière de notre

 [Télécharger I Jing Qi Gong - L'Art de la réalisation per ...pdf](#)

 [Lire en ligne I Jing Qi Gong - L'Art de la réalisation p ...pdf](#)

## **Téléchargez et lisez en ligne I Jing Qi Gong - L'Art de la réalisation personnelle - Livre + DVD Song Arun**

---

144 pages

### Présentation de l'éditeur

Le Qi Gong n'est pas seulement une gymnastique faisant sagement jouer de concert notre concentration (esprit), notre respiration (âme) et nos gestes (corps). Le Qi Gong est également une pratique favorisant un vécu sensible par la mise en lumière de notre corps de sensations, autrement dit de notre corps énergétique. I Jing Qi Gong désigne la pratique visant à développer la force, la puissance de l'intention ou « l'intention déterminée ». Song Arun nous donne à travers cet ouvrage les clés pour comprendre l'essence même du « I Jing Qi Gong » afin que chacun puisse bénéficier de la puissance de cette gymnastique orientale aux possibilités infinies. La grande lucidité de Song Arun est de considérer le Qi Gong non comme un but, mais comme un moyen d'évoluer, de se libérer et de donner le meilleur de soi. Nous touchons alors la pleine dimension méditative, contemplative du Qi Gong qui invite à l'introspection, à prendre conscience, avec étonnement, de nos défauts autant que de nos précieuses qualités. Le « I Jing Qi Gong » devient dès lors une célébration par le geste de notre Être profond. Biographie de l'auteur

Song Arun, spécialiste de nombreux arts martiaux asiatiques, enseigne depuis 1982 à travers l'Europe et les États-Unis. Sa pratique régulière et sa maîtrise de l'art énergétique chinois font de lui un expert de l'harmonisation du corps et de l'esprit. Il est titulaire du brevet des Professeurs des arts martiaux chinois internes, homologué par le ministère de la Jeunesse et des Sports et fondateur de l'association « Arts Harmonie » qui propose différents cours et stages de Tai Ji Quan, Qi Gong et autres pratiques orientales avec les armes comme le bâton, l'épée et le sabre.

Download and Read Online I Jing Qi Gong - L'Art de la réalisation personnelle - Livre + DVD Song Arun #35XHENFR2J9

Lire I Jing Qi Gong - L'Art de la réalisation personnelle - Livre + DVD par Song Arun pour ebook en ligneI Jing Qi Gong - L'Art de la réalisation personnelle - Livre + DVD par Song Arun Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres I Jing Qi Gong - L'Art de la réalisation personnelle - Livre + DVD par Song Arun à lire en ligne.Online I Jing Qi Gong - L'Art de la réalisation personnelle - Livre + DVD par Song Arun ebook Téléchargement PDFI Jing Qi Gong - L'Art de la réalisation personnelle - Livre + DVD par Song Arun DocI Jing Qi Gong - L'Art de la réalisation personnelle - Livre + DVD par Song Arun MobipocketI Jing Qi Gong - L'Art de la réalisation personnelle - Livre + DVD par Song Arun EPub

**35XHENFR2J935XHENFR2J935XHENFR2J9**