



Taïchi-chuan : Le style Yang classique



Télécharger



Lire En Ligne

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

Taïchi-chuan : Le style Yang classique

Jwing-Ming Yang

Taïchi-chuan : Le style Yang classique Jwing-Ming Yang

 [Télécharger Taïchi-chuan : Le style Yang classique ...pdf](#)

 [Lire en ligne Taïchi-chuan : Le style Yang classique ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne Taïchi-chuan : Le style Yang classique Jwing-Ming Yang

345 pages

Extrait

Dédicace

À un père et grand guide spirituel du taïchi - Grand Maître Jou Tsung Hwa.

Je porte au plus profond de moi une tristesse illimitée et incontrôlable. Un si grand maître, mort si soudainement au cours d'un accident. Qu'il est triste de penser à ces jours heureux où je recevais votre enseignement et votre amour. Il est encore plus triste de penser que vous ne pourrez pas démontrer votre volonté et votre capacité à vivre cent cinquante ans. Nous vous voyions pourtant sans cesse rajeunir, tandis que d'année en année, votre esprit gagnait en force. Nous tous, élèves et enfants spirituels de votre «Taiji Farm», sommes maintenant convaincus que tout comme vous, à travers la compréhension et la pratique du taïchi, nous pourrions vivre longtemps avec un corps sain et un esprit heureux. Chaque année, d'innombrables pratiquants de taïchi sont venus à votre ferme pour partager votre esprit Grand Maître Jou Tsung Hwa et admirer votre volonté et votre force de vie. Comme à une table ronde du monde du taïchi, nous venions à la «Taiji Farm» pour apprendre à laisser de côté nos différences et nos jalousies mesquines, pour nous imprégner de votre expérience de la vie et de votre profonde sagesse. Ensemble, nous avons appris à nous occuper de notre corps à travers la pratique du chi-kung et du taïchi, et plus important encore, que la vraie voie de notre art passe par la réévaluation du sens de nos vies et par l'appréciation de ces énergies que révèle à nos sens le taïchi-chuan. C'est là un merveilleux don que vous nous avez laissé, à nous, au monde du taïchi, et à la race humaine entière.

J'ai soudain l'impression d'avoir subi une terrible perte, et je sais que nous sommes très nombreux à éprouver la même sensation. J'ai apprécié chaque seconde passée à vos côtés, et à chaque opportunité, je vous ai calmement écouté parler de votre philosophie de la vie et de votre expérience du taïchi. Il m'est difficile d'accepter l'idée que nous n'aurons plus, à propos de divers points de vue sur la vie, ces discussions que vous saviez si bien étayer d'arguments bien pesés et empreints de bon sens. Vous me manquerez chaque fois que le mot taïchi traversera mon esprit. Je ne cesserai jamais d'évoquer ce que vous nous avez apporté et votre expérience de la vie. Comme je vous l'ai promis, et bien que votre départ rende le fardeau bien plus lourd à porter, je poursuivrai la promotion et la propagation du taïchi. Je reconnais mes devoirs et obligations envers vous, et promets que tant que je vivrai, je continuerai sans hésitation à partager mon savoir. Votre esprit est le mien, et le but de votre vie est mon but. J'espère que ma vie et l'exemple que je puis fournir seront aussi riches et empreints de bon sens et de sagesse que votre vie et votre exemple l'ont été à nos yeux à tous. Je ne peux dire avec des mots combien vous me manquerez, mais je sais que votre esprit vivra toujours et que votre nom et votre histoire inspireront encore très longtemps les pratiquants du taïchi.

Dr Yang Jwing Ming, le 4 août 1998 Présentation de l'éditeur

Le style Yang est le style de taïchi-chuan le plus répandu dans le monde. Il constitue la quasi-totalité de l'enseignement des écoles occidentales, même si de petites différences techniques existent.

Taïchi-chuan, le style Yang classique présente la Forme Longue complète de la famille fondatrice du style, sans altération, telle qu'elle se pratiquait en Chine.

Vous trouverez aussi dans ce livre la base du taïchi-chuan - les Treize Postures - et les exercices fondamentaux de chi-kung (Qigong) pour le taïchi-chuan.

° Théorie générale du Taïchi : historique, définition, sens, diversité de l'art.

- ° Explications et relations entre le chi (Qi), le chi-kung (Qigong) et le taïchi-chuan.
- ° Exercice complet au chi-kung du taïchi-chuan (Taiji Qigong).
- ° Mouvements de base du taïchi : Les Treize Postures (8 Portes et 5 Déplacements).
- ° Développement de la Forme Longue traditionnelle.

° Plus de 560 photos et illustrations explicites. Biographie de l'auteur

Le docteur Yang Jwing-Ming est, parmi les enseignants d'arts martiaux chinois, l'un des auteurs les plus célèbres et respectés d'Occident. Il est expert en kung-fu des styles de la Grue Blanche (Bai He) et du Long Poing (Changquan), en taïchichuan (Taijiquan), en chi-kung (Qigong) et en médecine traditionnelle chinoise. Natif de Taïwan, il a 55 années de pratique à son actif et a écrit plus de 35 ouvrages et produit près de 80 vidéos qui font autorité. Il est le fondateur d'un réseau de 55 écoles réparties dans 18 pays et d'un centre de retraite, véritable havre dédié à la pratique, situé dans la gigantesque forêt de cèdres rouges du nord de la Californie où il enseigne à des étudiants venus du monde entier. Il est demandé dans tous les pays, notamment en France, pour animer des séminaires et des stages.

Download and Read Online Taïchi-chuan : Le style Yang classique Jwing-Ming Yang #GINV8J16ELW

Lire Taïchi-chuan : Le style Yang classique par Jwing-Ming Yang pour ebook en ligneTaïchi-chuan : Le style Yang classique par Jwing-Ming Yang 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 Taïchi-chuan : Le style Yang classique par Jwing-Ming Yang à lire en ligne.Online Taïchi-chuan : Le style Yang classique par Jwing-Ming Yang ebook Téléchargement PDFTaïchi-chuan : Le style Yang classique par Jwing-Ming Yang DocTaïchi-chuan : Le style Yang classique par Jwing-Ming Yang MobipocketTaïchi-chuan : Le style Yang classique par Jwing-Ming Yang EPub

GINV8J16ELWGINV8J16ELWGINV8J16ELW