



B.A.-BA du Qigong

Gérard Edde

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

B.A.-BA du Qigong Gérard Edde

Couverture illustrée. dessins et figures N.et.B. In texte.

 [Download B.A.-BA du Qigong ...pdf](#)

 [Read Online B.A.-BA du Qigong ...pdf](#)

B.A.-BA du Qigong

Gérard Edde

B.A.-BA du Qigong Gérard Edde

Couverture illustrée. dessins et figures N.et.B. In texte.

Téléchargez et lisez en ligne B.A.-BA du Qigong Gérard Edde

128 pages

Présentation de l'éditeur

Fort d'une expérience de cinq mille ans, le Qigong s'impose comme une somme d'exercices de santé simples et efficaces. Le Qigong développe à son maximum notre potentiel naturel de guérison, et notre capacité à répondre au stress du monde actuel. Sa pratique prend sa source dans les meilleures méthodes de la médecine traditionnelle chinoise, des arts martiaux et des trois grands mouvements spirituels de la Chine ancienne : taoïsme, bouddhisme et confucianisme. Ce B. A - B. A du Qigong vous propose une approche raisonnée et progressive du Qigong grâce ce à une sélection rigoureuse des exercices les plus traditionnels et les plus efficaces. Vous y découvrirez : : Le Qigong des " six sons de guérison " pour renforcer les organes vitaux par la respiration, la visualisation et les vibrations du son de la voix ; Les exercices en position allongée de Ma Litang, destinés à renforcer l'énergie vitale ; Le Qigong ancien de la " Porte du Dragon " que les taoïstes employaient pour développer l'énergie vitale invisible : le Qi ; Le Qigong secret de la " régénération des moelles " utilisé par les moines de Shaolin pour renforcer leur immunité et leur système osseux ; Les principales erreurs à éviter lorsque l'on commence à s'adonner à cet art de santé séculaire ; Un index pratique des troubles de santé et des Qigong correspondants. L'auteur, qui enseigne le Qigong depuis plus de vingt ans, a puisé aux racines chinoises les plus authentiques.

Biographie de l'auteur

Né en 1947, Gérard Edde s'est entièrement axé vers les méthodes naturelles de santé de l'Asie. De nombreux voyages professionnels en Asie du Sud-Est lui ont permis de découvrir l'ensemble des méthodes thérapeutiques orientales: acupuncture, massage, alimentation naturelle, phytothérapie et exercices de santé. Il a complété sa formation avec plusieurs grands professeurs orientaux: le docteur Trivédi pour l'Ayur-Véda, le docteur Lu pour l'énergétique chinoise, et le maître taoïste Hié Tsai Yang. Gérard Edde est diplômé du North American College of Chinese Herbalism et du North American College of Chinese Manipulative Therapy (Vancouver) et de la Chiansi University (Taïwan). Au sein de plusieurs associations, il enseigne ces méthodes asiatiques au public français, par des stages, cours et cassettes. Il a publié et enseigné sur le Qigong dès 1981, bien avant l'engouement actuel pour cette discipline. Auteur de plusieurs ouvrages à succès, Gérard Edde s'applique à restituer ces enseignements orientaux millénaires d'une façon applicable en Occident, mais sans en perdre l'essence sous prétexte de " vulgarisation ".

Download and Read Online B.A.-BA du Qigong Gérard Edde #YN5CRAQWGB

Lire B.A.-BA du Qigong par Gérard Edde pour ebook en ligneB.A.-BA du Qigong par Gérard Edde
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 B.A.-BA du Qigong par Gérard Edde à lire en ligne.Online B.A.-BA du Qigong par Gérard Edde
ebook Téléchargement PDFB.A.-BA du Qigong par Gérard Edde DocB.A.-BA du Qigong par Gérard Edde
MobipocketB.A.-BA du Qigong par Gérard Edde EPub

YN5CRAQWGXBYN5CRAQWGXBYN5CRAQWGXB