

Wen (Ke)

Entrez dans la pratique du Qi Gong. Découvrez les bases de la philosophie du Qi Gong.

Référence : 21241 | ISBN : 2702907245

Le courrier du livre, 2009. Petit in 4° carré, br., couverture ill. rempliée, 198 pp, pages vierges pour notes personnelles in fine. Importante illustration des enchaînements et figures. PAS DE CD . Très bon état.

Commentaire : Découvrez les bases et la philosophie du Qi Gong. Le Qi gong fait partie des trésors de la culture chinoise, fondée essentiellement sur la conscience du souffle (le Qi) et l'harmonie entre le corps et l'esprit. Cette pratique ancestrale comprend de nombreuses méthodes issues des écoles taoïstes, bouddhistes et de la médecine chinoise. Toutes développent trois aspects essentiels : XING (le mouvement), Qi (la respiration, le souffle) et SHEN (la concentration de l'esprit, la conscience). Cet ouvrage, pratique et accessible, vous permet de progresser à votre rythme sur la voie de l'équilibre entre corps et esprit, quelle que soit votre condition physique. Il est le fruit d'une longue expérience de l'enseignement du Qi Gong en Occident. Ke Wen y présente une méthode innovante, alliant la quintessence du Qi Gong traditionnel et une pédagogie claire. Nous sommes amenés progressivement dans la compréhension de la culture chinoise où le corps et la nature sont vivifiés par les souffles. Mise à jour du Samedi 27 Juin 2026. Paiement PayPal immédiat, Mondial Relay pour : France, Allemagne, Autriche, Belgique, Espagne, Italie, Portugal, Luxembourg, Pays-Bas, Pologne (Communiquer votre point ou locker si connu). Une participation supplémentaire peut être demandée pour les colis lourds hors France où les envois compris entre 5 et 25 kg sont dégressifs : 2 à 4 kilogrammes - 7.99 / 5 à 10 kg - 15.99 / 15 -25 kg - 25.99. Certaines de nos collections (Vian, Céline, Camus (...) peuvent être expédiées en Franco de port. Pour l'international hors Europe (Suisse, Canada, Japon, Etats-Unis, les frais d'expéditions peuvent varier selon le poids (mise à jour : 1 juin 2026).

Prix : **17,00 €**

Cet article vous est proposé par :

Artlink

librairie@gmail.com

Tél. +33 47 78 70 476

<https://v5.livre-rare-book.net/livres/5472998-21241>