



Vivre dans la conscience du Tao : Se libérer du mental

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

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

Vivre dans la conscience du Tao : Se libérer du mental

Thierry Chaïbi

Vivre dans la conscience du Tao : Se libérer du mental Thierry Chaïbi

 [Télécharger Vivre dans la conscience du Tao : Se libérer du m ...pdf](#)

 [Lire en ligne Vivre dans la conscience du Tao : Se libérer du ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne **Vivre dans la conscience du Tao : Se libérer du mental** Thierry Chaïbi

254 pages

Présentation de l'éditeur

Comment trouver l'équilibre dans notre vie de tous les jours ? Comment être heureux ? Le manque d'équilibre, dont nous sommes souvent responsables dans nos vies, crée un " non-bonheur ". Le Taoïsme est l'une des meilleures réponses à cette recherche d'équilibre. Les Taoïstes, créateurs entre autre de la Médecine traditionnelle Chinoise et du Tai-Chi Chuan, tendent vers l'harmonie et la sagesse grâce à une compréhension de la vie dans sa globalité. Thierry Chaïbi s'inspire de sa pratique du Tai-Chi et du Qi-Gong pour présenter de façon claire et accessible les fondements théoriques et les applications pratiques d'un Taoïsme adapté à nos vies modernes. Vous y trouverez des exercices simples qui permettent de relâcher le contrôle du mental, de vous recentrer et de recouvrer un équilibre au quotidien. Vous pourrez également redécouvrir et intégrer votre schéma corporel, base indispensable à une meilleure connaissance de soi. Ce livre conceptuel et pratique à la fois est agrémenté de contes philosophiques chinois. Il est aussi bien accessible au néophyte qu'enrichissant pour l'enseignant expérimenté. Biographie de l'auteur

Thierry Chaïbi enseigne le TAI-CHI CHUAN et le QI-GONG à Lausanne et Yverdon. Il donne également des cours de Tai-chi pour les Hospices Cantonaux, en psychiatrie pénitentiaire, auprès de toxicomanes en sevrage et en psychiatrie adulte.

Download and Read Online **Vivre dans la conscience du Tao : Se libérer du mental** Thierry Chaïbi

#ML1TY7NEXVJ

Lire Vivre dans la conscience du Tao : Se libérer du mental par Thierry Chaïbi pour ebook en ligne Vivre dans la conscience du Tao : Se libérer du mental par Thierry Chaïbi 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 Vivre dans la conscience du Tao : Se libérer du mental par Thierry Chaïbi à lire en ligne. Online Vivre dans la conscience du Tao : Se libérer du mental par Thierry Chaïbi ebook Téléchargement PDF Vivre dans la conscience du Tao : Se libérer du mental par Thierry Chaïbi Doc Vivre dans la conscience du Tao : Se libérer du mental par Thierry Chaïbi Mobipocket Vivre dans la conscience du Tao : Se libérer du mental par Thierry Chaïbi EPub
ML1TY7NEXVJML1TY7NEXVJML1TY7NEXVJ