



## L'art de méditer : La méditation en mouvement (1DVD)

*Liao Yi Lin*

 [Télécharger](#)

 [Lire En Ligne](#)

### **L'art de méditer : La méditation en mouvement (1DVD) Liao Yi Lin**

Dans L'Art de méditer, Liao Yi Lin vous dévoile les secrets de la méditation orientale. Elle vous présente des méthodes de méditation ancestrales tout en les adaptant à notre vie moderne. En position assise, en mouvement ou en marche, vous êtes invité à vous détendre, et à prendre plaisir à reconnaître votre être intérieur. Libre de doctrine et de tradition, elle vous emmène. dans un monde merveilleux de paix et de beauté. Cet Art de méditer est un art de la liberté, une démarche universelle, et reste ouvert à tous ceux qui souhaitent sublimer leur esprit mais aussi améliorer leur santé. Cet ouvrage vous aidera à vivre profondément dans la sérénité, dans la confiance et dans l'amour. Le DVD, en français, sous-titré en anglais, d'une durée de 1 h 30, accompagne le livre et illustre les mudrâ, les positions assises diverses, les marches et les mouvements méditatifs de l'auteur. Simples, faciles à comprendre, vous pouvez les pratiquer chez vous selon le temps dont vous disposez...

 [Telecharger L'art de méditer : La méditation en mouvement \(1 ...pdf](#)

 [Lire en Ligne L'art de méditer : La méditation en mouvement ...pdf](#)

# **L'art de méditer : La méditation en mouvement (1DVD)**

*Liao Yi Lin*

## **L'art de méditer : La méditation en mouvement (1DVD) Liao Yi Lin**

Dans L'Art de méditer, Liao Yi Lin vous dévoile les secrets de la méditation orientale. Elle vous présente des méthodes de méditation ancestrales tout en les adaptant à notre vie moderne. En position assise, en mouvement ou en marche, vous êtes invité à vous détendre, et à prendre plaisir à reconnaître votre être intérieur. Libre de doctrine et de tradition, elle vous emmène dans un monde merveilleux de paix et de beauté. Cet Art de méditer est un art de la liberté, une démarche universelle, et reste ouvert à tous ceux qui souhaitent sublimer leur esprit mais aussi améliorer leur santé. Cet ouvrage vous aidera à vivre profondément dans la sérénité, dans la confiance et dans l'amour. Le DVD, en français, sous-titré en anglais, d'une durée de 1 h 30, accompagne le livre et illustre les mudrâ, les positions assises diverses, les marches et les mouvements méditatifs de l'auteur. Simples, faciles à comprendre, vous pouvez les pratiquer chez vous selon le temps dont vous disposez...

## Téléchargez et lisez en ligne L'art de méditer : La méditation en mouvement (1DVD) Liao Yi Lin

---

255 pages

Présentation de l'éditeur

Dans L'Art de méditer, Liao Yi Lin vous dévoile les secrets de la méditation orientale. Elle vous présente des méthodes de méditation ancestrales tout en les adaptant à notre vie moderne. En position assise, en mouvement ou en marche, vous êtes invité à vous détendre, et à prendre plaisir à reconnaître votre être intérieur. Libre de doctrine et de tradition, elle vous emmène dans un monde merveilleux de paix et de beauté. Cet Art de méditer est un art de la liberté, une démarche universelle, et reste ouvert à tous ceux qui souhaitent sublimer leur esprit mais aussi améliorer leur santé. Cet ouvrage vous aidera à vivre profondément dans la sérénité, dans la confiance et dans l'amour. Le DVD, en français, sous-titré en anglais, d'une durée de 1 h 30, accompagne le livre et illustre les mudrâ, les positions assises diverses, les marches et les mouvements méditatifs de l'auteur. Simples, faciles à comprendre, vous pouvez les pratiquer chez vous selon le temps dont vous disposez... Biographie de l'auteur

Après une expérience de plus de trente ans dans la pratique du Qi Gong et de la méditation, elle a initié elle-même des mouvements de Qi Gong et diverses méthodes de méditation qui s'adaptent à l'homme moderne. Fondatrice, en 2009, de l'école Liao Ch'an Qi Gong - Centre de Formation de Qi Gong, méditation orientale et médecine traditionnelle chinoise à Paris - elle consacre toute son énergie dans la transmission du Qi Gong, des méthodes de soin MTC et des techniques de méditation. Elle est l'auteur de plusieurs livres, devenus des ouvrages de référence et reconnus internationalement : Trésor du Qi Gong, Qi Gong pour les Yeux, L'Art d'aimer, Parfum de sagesse Ch'an...

Download and Read Online L'art de méditer : La méditation en mouvement (1DVD) Liao Yi Lin

#TJ9QIZUYG60

Lire L'art de méditer : La méditation en mouvement (1DVD) par Liao Yi Lin pour ebook en ligne L'art de méditer : La méditation en mouvement (1DVD) par Liao Yi Lin 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 L'art de méditer : La méditation en mouvement (1DVD) par Liao Yi Lin à lire en ligne. Online L'art de méditer : La méditation en mouvement (1DVD) par Liao Yi Lin ebook Téléchargement PDF L'art de méditer : La méditation en mouvement (1DVD) par Liao Yi Lin Doc L'art de méditer : La méditation en mouvement (1DVD) par Liao Yi Lin Mobipocket L'art de méditer : La méditation en mouvement (1DVD) par Liao Yi Lin EPub

**TJ9QIZUYG60TJ9QIZUYG60TJ9QIZUYG60**