

# Mon livre : « Nos croyances effacées » Pratiques de QiGong vertueux

Quatrième de couverture

La majorité de nos comportements est le fruit de nos croyances conscientes ou inconscientes. Quand nous pensons à tout ce qui de notre personnalité, de notre ego, joue à « nous faire paraître », nous, inauthentique pantin de notre histoire de vie, nous voyons comment notre libre arbitre ne tient finalement qu'une place minuscule !

Pourtant, le pouvoir créateur de la conscience est un potentiel inestimable pour qui voudrait « renaître à soi ».

Christophe est un jeune professeur de QiGong, diplômé depuis 2022 à l'école TaoShen de Patrick Nassi. Son engouement pour la philosophie et les sagesse anciennes, l'a conduit à proposer des méthodes de QiGong profondes et innovantes afin d'accompagner tous ceux qui, en quête de recherche spirituelle, sauront s'ouvrir à un art de penser et de pratiquer avec sagesse.

Ce livre donc, propose en première partie des réflexions à la fois philosophiques et pragmatiques sur l'esprit, l'ego, nos croyances (...). Et dans une seconde partie, nous découvrons la description détaillée et illustrée de pratiques méditatives ou en mouvement, reliées au développement de ce que Christophe nomme les Vertus.

Laissez-moi un commentaire et commandez votre livre