

LES HUIT PIÈCES DE BROCCART

Dr JIAN Liujun

41

Carnets des techniques de l'Art chinois de Longévité



Datant des époques Sui (581-618) et Tang (618-907), la technique traditionnelle « Les Huit Pièces de Brocart » est transmise de génération en génération et hautement appréciée par le peuple chinois.

Elle exige une bonne coordination de la concentration, la respiration et la gestuelle. Chaque mouvement a pour but de réguler un organe précis ou une partie du corps. Des recherches récentes prouvent que cette technique permet à la fois d'améliorer les fonctions du système neuro-hormonal, de favoriser la circulation de l'énergie et du sang, d'augmenter la force musculaire, et de masser les organes internes pour en améliorer les fonctions. Elle exerce donc une influence réelle sur la prévention des maladies et l'amélioration de la santé.

C'est une technique simple, facile à apprendre et adaptée à tous. Elle constitue un atout majeur comme accompagnement quotidien.

57, avenue du Maine
75014 Paris - FRANCE
Tél. : 01 43 20 70 66
Fax : 01 43 20 56 21

<http://www.quimetao.net>

ISBN: 2-911858-23-9



9 782911 858239