



LE SOUFFLE DU CHI *Renouveler son énergie intérieure*

Gregorio MANZUR

En librairie le 2 juin 2016

LE LIVRE

Journaliste, écrivain, Gregorio Manzur a effectué de longs séjours en Inde et en Chine, s'éveillant à une expérience qui a changé sa vie : le tai-chi, véritable enseignement de l'antique tradition taoïste pour laquelle le corps et l'esprit sont mus par le chi, cette énergie qui imprègne l'univers. Après avoir raconté son apprentissage auprès de grands maîtres chinois dans son autobiographie *Les Mouvements du silence* et révélé les fondements philosophiques et les techniques secrètes du tai-chi et du chigong dans *L'Art du combat avec son ombre*, il aborde ici les questions sur la philosophie taoïste, les apports du bouddhisme et du confucianisme, les aspects théoriques et pratiques soulevés par la pratique du tai-chi et du chigong. Mais aussi sur l'alchimie interne créée par tous ces mouvements ainsi que sur le rôle joué à la fois par la respiration et par ce que la tradition chinoise appelle le chi (devenu ki en japonais), qui recouvre à la fois l'énergie qui circule dans les méridiens de notre corps et l'énergie globale qui sous-tend l'univers.

L'AUTEUR

Journaliste et producteur à France Culture, **Gregorio Manzur**, né en Argentine, a été formé en France et à Shangai à la pratique du tai-chi et du chigong par un maître chinois reconnu, Gu Meisheng. Il a raconté son parcours de vie et sa quête spirituelle dans *Les Mouvements du Silence* et *L'art du combat avec son ombre*, chez Albin Michel.

Frédérique Pons ☎ 01 42 79 10 93 / 10 02
frederique.pons@albin-michel.fr

Régions, Suisse, Belgique : Nadine Straub ☎ 01 42 79 19 12 / 10 53
nadine.straub@albin-michel.fr