



# ANTIBES

(DATE A DEFINIR)

## Immersion dans la CALLIGRAPHIE CHINOISE

- revoir le geste calligraphique et les huit traits fondamentaux
- apprendre à tracer les traits complémentaires et leurs combinaisons
- entrer en amitié avec votre pinceau chinois, l'encre et le papier
- relier votre corps, votre esprit et votre souffle en ajustant votre posture
- laisser émerger le geste

### *Les bénéfices :*

- aiguïser votre œil en prenant conscience des vides et des pleins ;
- améliorer votre concentration, cultiver votre patience et votre rigueur ;
- sentir le rythme et le juste équilibre entre tension et relâchement ;
- conduire le souffle à travers le corps jusqu'à la pointe du pinceau ;
- développer votre verticalité intérieure.



### *Les effets secondaires :*

- la respiration devient ample et confortable ;
- le calme mental s'installe ;
- votre "cerveau gauche" laisse place à votre "cerveau droit" ;
- l'espace-temps se modifie ;
- les émotions furtives font place à la joie durable.

### *Pour qui ?*

Cette journée est destinée aux pratiquants qui ont suivis le stage d'immersion de 2 jours ou aux faux débutants.

*Coût du stage : 150 € (6 personnes maximum)*

## ENTRE CIEL ET TERRE

PLUS D'INFORMATIONS ET RESERVATION : 06 68 55 42 45

info@entre-cielterre.fr - <http://entre-cielterre.fr>



校	校	校	校	校
核	核	核	核	核
样	样	样	样	样
根	根	根	根	根
耻	耻	耻	耻	耻
耿	耿	耿	耿	耿
配	配	配	配	配
都	都	都	都	都
真	真	真	真	真
壺	壺	壺	壺	壺