

# Poésie chinoise & Qigong en environnement naturel



*Sélection de poésie chinoise & Qigong d'automne  
Au Parc aux Bambous (09)*

**Dimanche**  
**22 septembre 2024**  
**10h-17h**

Une journée dans un  
environnement naturel  
harmonieusement modelé par la  
main – et l'esprit – des humains.

Une déambulation entre  
bosquets, labyrinthe végétal et  
petite plage sur l'Hers vif, à  
l'écoute de poésies chinoises  
dans la langue d'origine.

... en alternance avec quelques  
mouvements de *Qigong* adaptés  
au lieu et à la saison.



Le parc aux Bambous est un jardin botanique thématique situé sur la commune de Lapenne en Ariège. Fondé en 2001 et labellisé Jardin remarquable depuis 2006, ce parc de 5 ha s'étend le long de l'Hers Vif.

Un lieu fort apaisant, qui nourrit en chacun le sentiment de beauté, idéal pour découvrir la poésie de Wang Wei et celle des autres poètes mystiques de l'antiquité chinoise. Une sérénité qui sied également parfaitement à la pratique du Daoyin Qigong...

Lecture : Yu Hui  
Qigong : Stéphane T. Baguenard



---

[5a-qigong.com](http://5a-qigong.com)

Tarif : 60€ (Inclus l'accès au parc)

Pique-nique le midi (non compris)

Co-voiturage possible depuis Toulouse

Accessible aux débutants

Renseignements 06. 20. 94. 78. 93

Au milieu de ma vie je me suis épris du  
tao

Sur mes vieux jours j'habite au pied de  
la montagne du sud

Quand l'envie me prend, solitaire je m'y  
rends

De choses si merveilleuses je suis le  
seul à jouir

Je marche jusqu'à la source

Assis, je regarde les nuages qui  
s'élèvent

Par hasard je rencontre un vieux  
bûcheron

Nous parlons, nous rions, oubliant le  
retour.

Wang Wei (701-761)

