

## Témoignage de Léa

Travailler avec Marie Jo a toujours été pour moi un plaisir. Personne comme elle ne sait montrer combien une discipline reste légère quand elle est vivante.

Et Marie Jo incarne ce qu'elle enseigne sans jamais se prendre au sérieux. Un à un j'ai vu tomber mes blocages, ma tête s'est libérée du carcan de mes épaules, mes bras raides ont appris à ondoyer, les verrous de mes genoux ont cédé. Le Qi Gong a commencé à m'habiter moi aussi dans ma vie de tous les jours, à dérouler ma démarche, à me permettre une longue immobilité debout sans douleur. Mon corps était content et du coup mon esprit s'y appuyait davantage. Et aujourd'hui Marie Jo continue, avec son beau sourire, à m'entraîner vers les cimes du geste essentiel.

Léa 60 ans