

OCHO BROCADOS. CLASICOS DEL QIGONG



XIAOTING, ZHAO

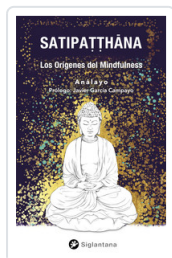
SINOPSIS

El nombre del método de qigong de los “ocho brocados” se remonta a las Dinastías Sui y Tang, hace más de 800 años. Se trata de un método que flexibiliza tendones, ligamentos y fascias, fortalece los huesos, nutre la qi y el vigor físico, promueve la circulación del qi y la sangre en el cuerpo y regula el funcionamiento de los órganos internos. En la práctica de este método, es fundamental mantener un estado interior de calma y contento que promueve la circulación energética del llamado ‘qi verdadero’ la energía vital más refinada, la cual nutre el ‘qi correcto’ responsable de mantener el buen equilibrio de la salud. Su práctica pone un gran énfasis en los aspectos de la consciencia y el qi, mientras que el cuerpo físico tiene un papel complementario. ...



Editorial	SIGLANTANA
	FILOSOFIA
Materia	ORIENTAL Y DE LA INDIA
Colección	SIGLANTANA
EAN	9788410179059
Status	Disponible
Páginas	142
Tamaño	150x240x80 mm.
Peso	130
Precio (Imp. inc.)	17,90€
Fecha de lanzamiento	19/09/2024

Títulos relacionados



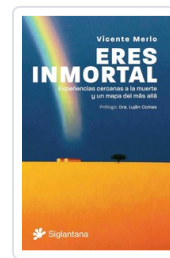
SATIPATTHANA.
LOS ORIGENES
DEL
MINDFULNESS
BHIKKHU, ANALAYO



SEIS SONIDOS
ANTIGUOS.
CLASICOS DEL
QIGONG
LEI, SUN



EQUILIBRIO
EMOCIONAL. LA
PAZ DE LA MENTE
CALLE, RAMIRO



ERES INMORTAL.
EXPERIENCIAS
CERCANAS A LA
MUERTE Y UN
MAPA
MERLO, VICENTE