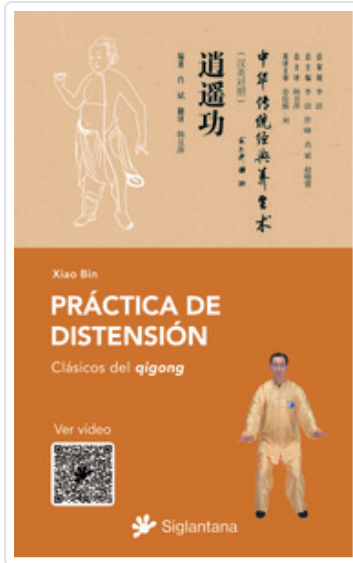


PRACTICA DE DISTENSION. CLASICOS DEL QIGONG



BIN, XIAO

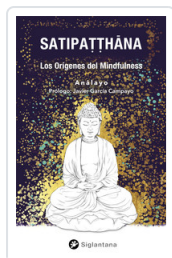
SINOPSIS

La “práctica de distensión” es un método de daoyin taoísta perteneciente a las técnicas tradicionales chinas para el cultivo de la salud cuerpo-mente y la longevidad. El taoísmo es una de las fuentes de pensamiento más importantes de la cultura tradicional china, que encontramos en las enseñanzas de Laozi y Zhuangzi. Los principios fundamentales del taoísmo son la pureza, la naturalidad, la nointervención (wuwei) y la suavidad, a través de los cuales se quiere alcanzar la armonía del ser humano y la naturaleza, así como la integración de ambos. Este método tiene como objetivo final la mejora de la salud física y mental, la armonía entre cuerpo y mente, el desarrollo de la sabiduría y la longevidad. ...



Editorial	SIGLANTANA
Materia	MENTE, CUERPO Y ESPIRITU
Colección	SIGLANTANA
EAN	9788410179257
Status	Disponible
Páginas	100
Tamaño	150x240x10 mm.
Peso	105
Precio (Imp. inc.)	16,90€
Fecha de lanzamiento	14/01/2025

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