

editorial Kairós

Svoboda, Robert

Ayurveda para las mujeres

Una guía para la vitalidad y la salud

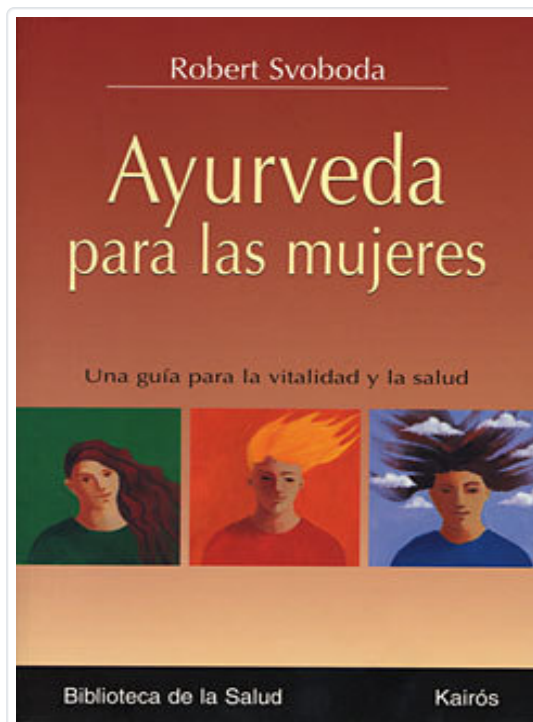
El Ayurveda es el sistema tradicional de salud y curación de la India, quizá el más antiguo de la humanidad, pero del que puede beneficiarse toda persona de cualquier cultura y época. El Ayurveda explora la vida en todos sus niveles. Presta más atención a las energías del organismo y su funcionamiento que a las estructuras que las contienen. Le preocupa más la calidad de la vida que su cantidad, así como aquellas cualidades del entorno y de nosotros mismos que promueven un estado de buena o mala salud en cada uno de los niveles de la existencia.

Si bien el Ayurveda tiene como campo de actividad toda la vida encarnada (incluidos los animales y las plantas), este libro se centra en las mujeres. Habla de la realidad física, mental, emocional y espiritual femenina y de los múltiples ámbitos de la vida de la mujer que, como tal, le son exclusivos:

? Explica los principios de un sistema de medicina complementaria que cada día es más popular.

? Ofrece consejos prácticos a las mujeres de todas las edades para aplicarlos a la vida moderna diaria.

? Aporta una bibliografía esencial para todas aquellas mujeres interesadas en conservar la salud física y espiritual mediante métodos sencillos y naturales, así como terapias complementarias....



Editorial	Kairós
Colección	Biblioteca de la Salud
Encadernación	Tapa blanda o rústica
Páginas	176
Tamaño	165x240x mm.
Peso	312
Idioma	Español
Tema	Religiones y espiritualidad
EAN	9788472456259
PVP	22,00 €
PVP sen IVE	21,15 €

