

editorial **K**airós

romero martí, José María

El tao de la energía

Qigong para todos. Claves dietéticas y de salud

Las ciencias chinas de la salud, entre las que se cuentan el qigong y la dietética, se han desarrollado desde la antigüedad en un marco cultural singular. Todo es energía, todo fluye constantemente, todo está interrelacionado. Ello exige una permanente búsqueda de equilibrio. En este libro se detallan ejercicios básicos de qigong y claves dietéticas aptas para cualquier persona, explicando al mismo tiempo los fundamentos de dichas prácticas.

De lectura amena, El Tao de la energía es ideal para iniciarse en el ámbito de las ciencias chinas de la salud.



Editorial	Kairós
Colección	Biblioteca de la Salud
Páginas	208
Tamaño	220x140x mm.
Peso	302
Idioma	Español
Tema	Religiones y espiritualidad
EAN	9788499884967
PVP	16,00 €
PVP sen IVE	15,38 €

