

Yoga

Una medicina natural

Calle, Ramiro

Editorial: Trompa de elefante

ISBN: 9788493472504

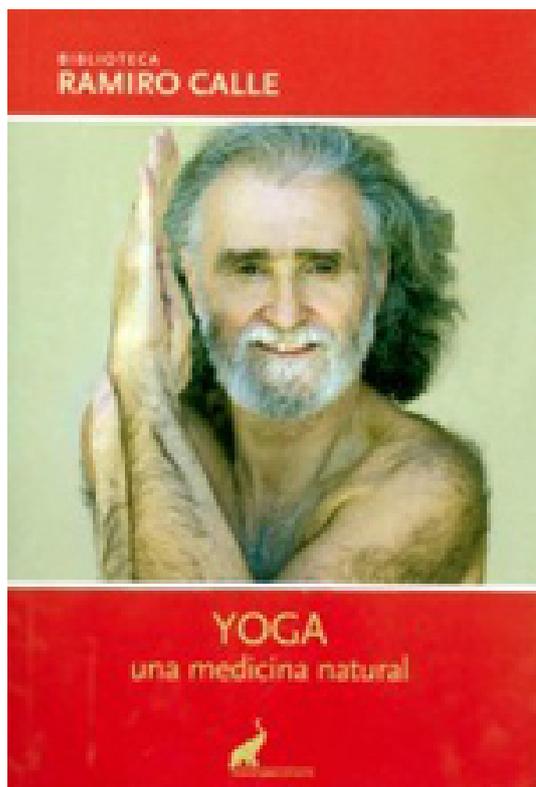
Páginas: 240

Dimensiones: 14,5 x 21

Encuadernación: Rústica

PVP.: 16,00 €

Coleccion: Biblioteca Ramiro Calle



SINOPSIS

La Biblioteca Ramiro Calle se propone recoger en lo posible las mejores obras de dicho autor sobre superación personal, orientalismo y relato espiritual, ficción y ensayo, mostrando actitudes, enseñanzas y métodos para el autoconocimiento, la realización interior y el bienestar integral.

El yoga es la medicina natural más antigua del mundo.

Sus técnicas psicosomáticas y psicoenergéticas han sido verificadas a lo largo de milenios y tienen un alcance tanto preventivo como terapéutico y recuperativo.

El yoga es por un lado una actitud de vida y una técnica de autorrealización y, por otro, una ciencia integral de la salud y, sin duda, el precursor de la ciencia psicosomática.

Este libro, que es el resultado de muchos años de investigación por parte del autor, incluye los principales procedimientos para armonizar el cuerpo y la mente, canalizar las energías y sosegar el espíritu.

Es una guía práctica de incomparable valor.

RAMIRO CALLE es autor de más de cien obras, fascículos, vídeos, CDs y DVDs.

Está considerado el orientalista más destacado en lengua hispana, ha sido pionero del yoga en nuestro país y ha realizado investigaciones médico-yóguicas con grandes especialistas en medicina.

Ha investigado sobre las aportaciones de las técnicas orientales de autorrealización a la psicoterapia, ha impartido cientos de cursos y ...