

## Recursos naturales para la prevención y cura del cáncer

Fernández De Castro, Ángel; Molina García, Santiago

Editorial: Ediciones Tao

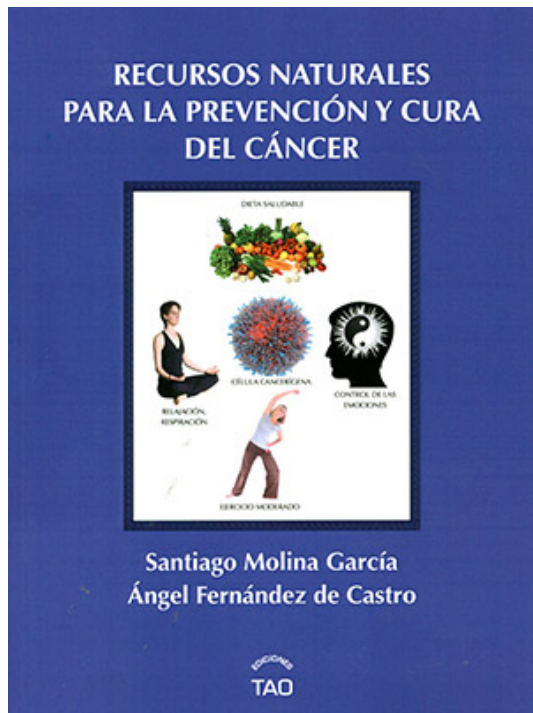
ISBN: 9788493588984

Páginas: 96

Dimensiones: 15.5 x 21 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 12,50 €



### SINOPSIS

Este libro incluye todo lo necesario para ayudar a combatir una enfermedad, como son: una dieta saludable y alcalina, ejercicio adecuado y moderado como el Qigong, control de las emociones y actitud positiva.

Una dieta saludable da como resultado un cuerpo sano, pero en nuestra alimentación no suelen dominar los alimentos alcalinos.

Una actitud positiva y el control de las emociones son fundamentales para hacer frente a una enfermedad. Un método de relajación como el Qigong o el Taichi, nos permitir relajar el cuerpo y la mente, y así poder aumentar nuestras defensas. El Qigong es un técnica que consiste en la realización de sencillos ejercicios que cualquier persona puede aprender y practicar y que equilibran todo el organismo, empezando por una respiración amplia y profunda, la cual hace que el corazón bombee sangre de una forma más desahogada, lo que tiene una repercusión sobre la calma mental.

Nuestro objetivo y deseo es que este libro sea una guía útil tanto para mantener la salud y prevenir como para aquellas personas que padecen alguna enfermedad.