

NOVEDAD

Aikido para maestros

José; Natalia; Pablo

Editorial: Alas

ISBN: 9788420307305

Páginas: 156

Dimensiones: 16,8 x 23,5 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 20,00 €

Coleccion: Aikido - Budo

SINOPSIS

En un mundo donde el ruido, la prisa y la incertidumbre marcan el ritmo de la vida, este libro propone una mirada diferente al Aikido: no solo como arte marcial, sino como un auténtico camino de transformación personal. Lejos de centrarse únicamente en la técnica, los autores invitan al lector a descubrir el verdadero sentido del Aikido: una vía para el autoconocimiento, el dominio de uno mismo y la construcción de una vida más consciente y equilibrada. A través de una profunda reflexión, se presenta el dojo como un laboratorio de vida, donde cada movimiento, cada error y cada encuentro con el otro se convierten en oportunidades de aprendizaje. El Aikido se revela aquí como mucho más que un sistema de defensa: es una herramienta para gestionar las emociones, superar los propios límites y afrontar los desafíos cotidianos con serenidad y claridad. Desde el papel del maestro y la importancia de la actitud, hasta la gestión del miedo, el ego o la incertidumbre, este libro ofrece una guía completa para integrar cuerpo, mente y espíritu. Dirigido tanto a practicantes como a profesores, este texto propone repensar la enseñanza y la práctica del Aikido en el siglo XXI, conectando la tradición con las necesidades actuales. Porque, como enseñaba su fundador, la verdadera victoria no está en vencer al otro, sino en conquistarse a uno mismo. Un viaje hacia dentro, donde el tatami se convierte en espejo y camino.