

Los elementos prácticos del Chi-Kung

Clyman, Gary J.

Editorial: Ediciones Tao

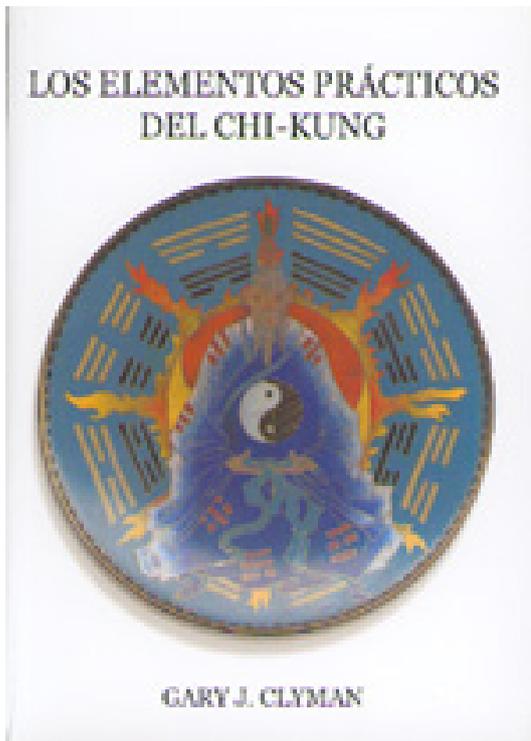
ISBN: 9788492128099

Páginas: 155

Dimensiones: 15 x 21

Encuadernación: Rústica

PVP.: 10,64 €



SINOPSIS

Hay cinco grandes escuelas tradicionales en el chi-kung: la taoísta, la budista, la confuciana, la de la Medicina Tradicional China y las artes marciales. Asimismo, existen numerosos estilos que, se dice, abarcan un total de más de 3.000 técnicas distintas.

Por otra parte, superado el secretismo de épocas pasadas, en la actualidad el chi-kung se difunde en múltiples centros y mediante libros, vídeos, etc...

Siendo así, ¿cómo nos animamos a publicar otra obra más sobre el tema? Sencillamente porque el método Clyman de chi-kung ofrece algunos aspectos novedosos y de gran utilidad:

- Una gran sencillez y orientación al principiante.
- Un sistema de aprendizaje completo de chi-kung.
- Un curso práctico para el estudio personal.
- Incorporación del entrenamiento mental desde el principio.
- Integración de técnicas de afirmación y visualización para el desarrollo personal.
- Un sencillo método básico de chi-kung que puede aprenderse en seis semanas.

GARY J. CLYMAN es un profesional de las artes marciales, acupuntor y conocidos miembros del Movimiento de Salud Integral de Chicago, EE. UU. Maestro de Tai-chi y Chi-kung de la Escuela de Waysun Liao, en 1983 desarrolló su propio sistema de enseñanza del Chi-kung, orientado sobre todo a cultivar la energía vital con fines de desarrollo personal.