

CONSTANTE UNIVERSAL DE LA VIDA, LA

INTRODUCCIÓN Y APUNTES DE
EDUARDO TILVE

Alexander, Frederick Matthias

Editorial: La Liebre de Marzo

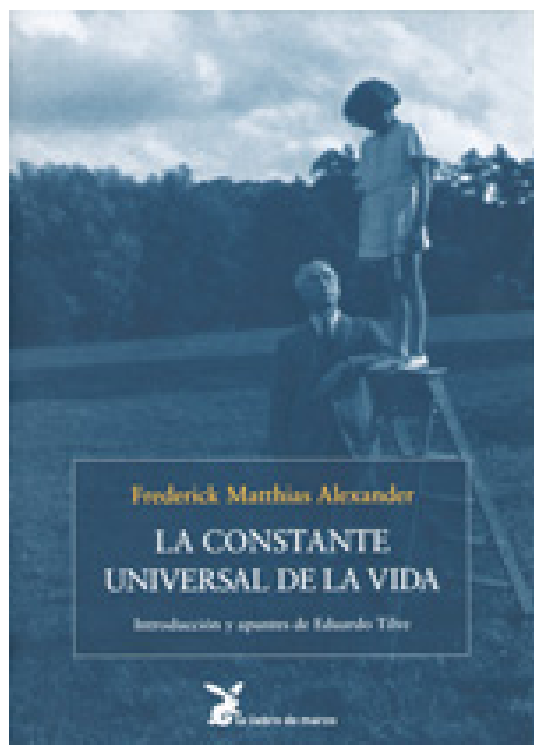
ISBN: 9788492470037

Páginas: 335

Dimensiones: 17 x 24 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 25,00 €



SINOPSIS

Este libro inspirador no es una exposición teórica de su técnica porque Alexander estaba siempre preocupado por los aspectos prácticos. Con su manera de observar deliciosamente clara, Alexander pone ante el lector lo que aún hoy es ignorado de forma casi universal: que el modo en que nos usamos a nosotros mismos es una influencia constante en todas nuestras actividades vitales.

Para los que quieren avanzar en el aprendizaje de la Técnica Alexander, este libro es un compañero y un guía que alienta en el viaje y nos recuerda que el deseo de libertad de pensamiento y acción sólo puede hacerse real mediante el logro de la libertad en el pensamiento y la acción.

Damos la bienvenida a esta traducción, largo tiempo esperada, de un texto clásico.

Merran Poplar

Directora de la Escuela de Técnica Alexander
de Buenos Aires

"Sin cambio, es decir, sin ponerse en contacto con lo que no es familiar (lo desconocido), no podemos realizar los cambios en nosotros mismos y, a través de nosotros, en el mundo exterior, que son esenciales para el crecimiento y el desarrollo básicos de una civilización que avanza."

F.M. Alexander

FREDERICK MATTHIAS ALEXANDER