

## Tao de la juventud eterna, El

Los principios fundamentales de la Salud, la Juventud y el Bienestar Esencial

Druda, Angelo

Editorial: NeoPerson

ISBN: 9788495973818

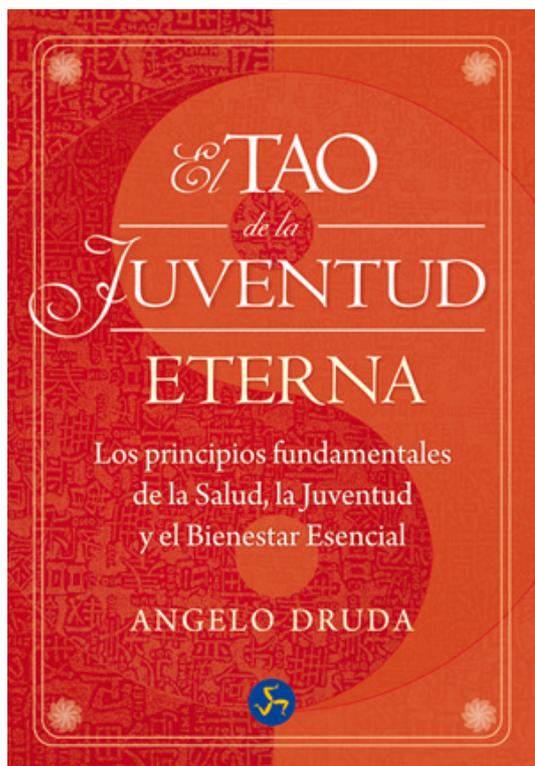
Páginas: 288

Dimensiones: 14,5 x 21 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 12,90 €

Coleccion: Neo-Ser



### SINOPSIS

Como demuestra la creciente popularidad de la medicina oriental, la salud es una de las muchas áreas en las que debemos aprender de las culturas tradicionales de India y China, que eran en muchos sentidos verdaderamente «avanzadas», consiguieron hallazgos que los modernos físicos están empezando a descubrir en nuestros días como el del prana en hindi o qi en chino (que nos mueven y sustentan) y revelaron las primeras enseñanzas sobre el rejuvenecimiento.

Tal como aborda el autor, el rejuvenecimiento no tiene por qué ser un proceso arduo y exclusivo de unos pocos; al contrario: la recuperación de nuestra salud es, simplemente, una cuestión de permitir que el cuerpo disfrute de los placeres originales de la existencia, y para ese fin ayuda a emprender un triple proceso de purificación, reequilibrio y rejuvenecimiento.

*El Tao de la juventud eterna* entreteje de manera singular distintas tradiciones (taoísta, primer cristianismo, medicina tradicional china y espiritualidad moderna) y nos introduce en las antiguas artes del rejuvenecimiento corporal aportando técnicas concretas para cultivar una actitud de calma y de fe; para limpiar y fortalecer la sangre que nutre los órganos; para energetizar y revitalizar las glándulas; para practicar regímenes equilibrados en la dieta, la actividad física y ...