

Den harmoniska kroppen PDF E-BOK

Ann-Christin Furu



Författare: Ann-Christin Furu

ISBN-10: 9789127099654

Språk: Svenska

Filstorlek: 4905 KB

BESKRIVNING

Ny, häftad populärutgåva Alla känner vi människor som tycks ha en ohämmad tillgång till sin kropps alla uttrycksmedel. De rör sig och dansar fritt, de har en varm och fulltonig röst, och de tycks hela tiden vara närvarande i vad de gör. För de flesta av oss fungerar inte kroppen och rösten som ett välstämt musikinstrument, utan vi måste hitta en metod för att söka oss tillbaka till balans och harmoni och bli av med de muskulära spänningar som blockerar vår uttrycksfrihet. Jacques Dropsy lär här ut vad han kallar "den osynliga övningen". De enkla övningar han beskriver, och som var och en kan praktisera själv, utgår från vardagliga rörelser som att gå, sitta, stå, andas, tala, ge. De bygger på djupare kvaliteter # en riktig balans, en fri andning och en mental närvaro. Översättning Birgitta Rudberg Jacques Dropsy är rörelsepedagog och psykoterapeut, bosatt i Paris. Han har studerat zen-meditation hos den japanske munken Taisen Deshimaru och tillbringat flera år i Korea som elev till zen-mästaren Kusan Sunim. Jacques Dropsy är en av introduktörerna av tai chi och zen-meditation. Hans arbete har haft stor betydelse för sjukgymnastikens utveckling i Sverige, Hans metod kallas i dag för Basal Kroppskännedom som är en etablerad metod inom bland annat sjukgymnastiken.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?**Den harmoniska kroppen - Dropsy Jacques**

Pris: 309 kr. Häftad, 2004. Skickas inom 7-10 vardagar. Köp Den harmoniska kroppen av Jacques Dropsy på Bokus.com.

Den harmoniska kroppen (Häftad, 2004) - pricerunner.se

Feng Shui & Ekologi. Fenomen & Vetenskap. Film & Multimedia

Litteratur | Rytmisk massage | Biografisamtal

ISBN 9127099652 Titel Den harmoniska kroppen Författare Jacques Dropsy Förlag Natur & Kultur Akademisk Utgivningsdatum 20040907 Omfång 168 sidor Bandtyp

LÄS MER