

Link do produktu: <https://www.deesis.com.pl/alexander-lowen-leslie-lowen-droga-do-pelni-zycia-p-9845.html>



Alexander Lowen, Leslie Lowen Droga do pełni życia

Cena	34.99 zł
Dostępność	Dostępny
Czas wysyłki	14 dni
Kod EAN	9788381437530
Producent	Wydawnictwo Czarna owca

Opis produktu

[Alexander Lowen](#), [Leslie Lowen](#)

Droga do pełni życia

Podręcznik ćwiczeń bioenergetycznych

tytuł oryginału: The Way to Vibrant Health

tłumaczenie: Paweł Luboński

data wydania: 15.06.2022

liczba stron: 188

format: 139 mm x 209 mm

Bioenergetyka to stworzona przez Alexandra Lowena teoria psychologiczna, która łączy terapię analityczną z pracą z ciałem. *Droga do pełni życia* to zestaw ćwiczeń cielesnych stosowanych w praktyce bioenergetycznej, których wspólnym celem jest rozluźnienie napięć mięśniowych blokujących doznawanie emocji u pacjenta. Każde zadanie, opatrzone rysunkiem, zawiera szczegółowe instrukcje umożliwiające czytelnikowi ich samodzielne wykonywanie. Autorzy zawarli też w książce szereg komentarzy ułatwiających interpretację pojawiających się podczas pracy doznań, a także pozwalających na wybór ćwiczeń najbardziej przydatnych dla danej osoby. Kilka rozdziałów poświęcono technikom masażu bioenergetycznego oraz organizacji ćwiczeń grupowych.