



Organuhr. Kompakt-Ratgeber

By Wu Li

Mankau Verlag Feb 2016, 2016. Taschenbuch. Condition: Neu. Neuware - Unser heutiges Leben entfernt sich immer weiter vom natürlichen Rhythmus; immer mehr Menschen leiden unter körperlichen wie seelischen Beschwerden, da die Bedeutung des Wechsels zwischen Tag und Nacht, der An- und Entspannung sowie der Aktivitäts- und Ruhephasen - auch im Hinblick auf unsere Organe - vernachlässigt wird. Die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) weiß seit Jahrtausenden um das Prinzip des ewigen Wandels und nutzt das Wechselspiel von Yin und Yang zur Heilung. Die 'Organuhr' stellt anschaulich dar, wann welches unserer Organe am meisten beansprucht wird und zu welchem Zeitpunkt wir am besten darauf einwirken können. Der renommierte TCM-Experte Dr. Li Wu führt in diesem handlichen Ratgeber in die Grundlagen der TCM ein und zeigt, wie wir im Einklang mit unserer inneren Uhr leben und wieder zu unserem ursprünglichen Rhythmus zurückfinden. Der Kompakt-Ratgeber enthält -das Wichtigste über die Organuhr - knapp und verständlich erklärt, -Grundlagenwissen über Krankheit, Diagnose und Heilung in der TCM, -zahlreiche Rezepte für chinesische Heiltees, -wertvolle Ernährungstipps und -hilfreiche, leicht umsetzbare Anleitungen zur Akupressur. 127 pp. Deutsch.



READ ONLINE
[5.77 MB]

Reviews

Good eBook and helpful one. It really is written in straightforward words and phrases and never confusing. I am just effortlessly could possibly get a enjoyment of looking at a published book.

-- **Romaine Rippin**

The book is great and fantastic. it absolutely was written very properly and beneficial. It is extremely difficult to leave it before concluding, once you begin to read the book.

-- **Lyda Davis II**