



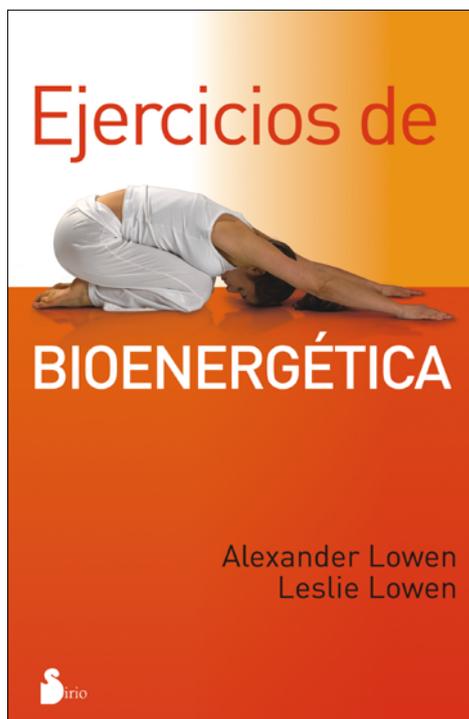
# PLAN DE EJERCICIOS DE BIOENERGÉTICA. POR ALEXANDER LOWEN, CREADOR DE ESTA CONSOLIDADA TÉCNICA PSICOFÍSICA



## Autores

**Alexander Lowen** (1910 - 2008) fue un médico y psicoterapeuta estadounidense conocido principalmente por sus estudios sobre análisis bioenergético. También fue conferenciante, profesor y formador de psicoterapeutas. En 2007, su hijo, Frederic Lowen, creó la [Fundación Alexander Lowen](#) que promueve el análisis bioenergético para mejorar la vida, el amor, la salud y el entorno.

**Leslie Lowen**, fallecida en 2002 y compañera sentimental de Alexander, trabajó con él durante los 57 años que duró su matrimonio en el desarrollo e incremento del trabajo en bioenergética. Durante años tuvo grupos de ejercicios regulares en los que ayudaba a las personas a conectarse con su cuerpo y con la Tierra.



Título: *Ejercicios de bioenergética.*

Autores: Alexander Lowen y Leslie Lowen.

P. sin IVA: 13,41€

PVP: 13,95€

Tamaño: 13,5 x 21 cm

Nº págs: 216

THEMA: VXH

BISAC: OCC011010

Encuadernación: Rústica

ISBN: 9788478087365

## CLAVES DE VENTA

- ✓ Más **14.000** copias vendidas de este título. Autor de una colección de libros dedicados a la aplicación de la bioenergética.
- ✓ La bioenergética es una forma de terapia que combina el trabajo con el cuerpo y con la mente, para ayudar a resolver **problemas emocionales**.
- ✓ Ejercicios para aumentar el **estado vibratorio de tu cuerpo**, asentarte en tus piernas y en tu cuerpo, volver más profunda tu respiración, agudizar la percepción que tienes de ti mismo y ampliar tu autoexpresividad.
- ✓ Incluye **figuras en b/n** para ilustrar las explicaciones de los distintos ejercicios.



## TAGS

ENERGÍAS // CUERPOSUTIL // BIOENERGÉTICA  
AUTOEXPRESIVIDAD // RESPIRACIÓN  
SALUD SEXUAL // AUTOESTIMA // VIBRACIÓN



9 788478 087365

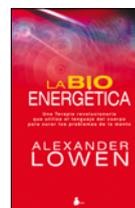
## Sinopsis

La bioenergética es una forma de terapia que combina el trabajo con el cuerpo y con la mente para ayudarnos a resolver nuestros problemas emocionales y a comprender mejor nuestro potencial para el placer y el gozo de vivir. Los ejercicios detallados en este libro son el resultado de más de cuarenta años de trabajo terapéutico con los pacientes y pueden ser efectuados en sesiones de terapia, en clases y también en nuestra casa. Los autores los realizaban con frecuencia para promover su propio bienestar y siempre que eran presentados al público generaban una respuesta entusiasta. Constantemente se recibían peticiones de listas de ejercicios así como la descripción de los mismos. La respuesta de los autores a dichas demandas fue este manual.

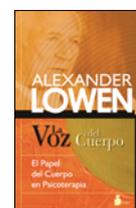
## Libros relacionados:



9 788416 423380



9 788478 087877



9 788478 089758