



El cuerpo tiene sus razones : autocura y antigimnasia /

Bertherat, Thérèse

Paidós,
2012

Monografía

Por lo general confiamos la responsabilidad de nuestra vida y de nuestro cuerpo a los demás, pero a veces esta confianza no se ve recompensada con más salud y libertad, sino con la represión de nuestros instintos. ¿Cómo tomar las riendas de la situación para recuperar la salud, la vitalidad y la autonomía a que tenemos derecho? No, desde luego, tratando de fortalecernos mediante la gimnasia, que sólo considera el cuerpo como un animal al que hay que domesticar. En este libro, uno de los más exitosos de la autora, se exponen los métodos naturales apropiados para quienes consideran que el cuerpo es una unidad indisoluble, y se proponen también ejercicios que desarrollan la inteligencia muscular y exigen una gran agilidad mental

<https://rebiunoda.pro.baratznet.cloud:38443/OpacDiscovery/public/catalog/detail/b2FpOmNlbgVlcmF0aW9uOmVzLmJhemF0ei5yZW4vMjY3MjY1MDA>

Título uniforme: Le corps a ses raisons. Español

Título: El cuerpo tiene sus razones autocura y antigimnasia Thérèse Bertherat ; con la colaboración de Carol Bernstein

Edición: 1ª ed. en la colección Paidós vida y Salud, 6ª imp

Editorial: [Barcelona] Paidós 2012

Descripción física: 171 p. il. 20 cm

Mención de serie: Paidós vida y salud 4

Bibliografía: Bibliogr

Versión original: Título original.: Le corps a ses raisons París: Éditions du Seuil, 1976

Copyright/Depósito Legal: M 777-2012

ISBN: 978-84-493-1912-9

Materia: Mente y cuerpo Fisioterapia

Autores: Bernstein, Carol, col

- Gran Vía, 59 28013 Madrid
- (+34) 91 456 03 60
- informa@baratz.es