

Conoscete la magia del Hara ?

È la base dell'educazione " nella tradizione" del giovane giapponese. Al contrario dell' Occidentale che subisce la legge di « tieniti dritto, rientri il ventre, alzi la testa » spesso destinata al fallimento, gli basta che suo padre pronunci la parole « hara » perchè cessi di ramollarsi.

Fin dalla sua più giovane età, avrà coscienza dell' « atteggiamento giusto », atteggiamento chi gli permetterà di evolvere fisicamente con libertà, spesso di arrivare al benessere esistenziale e, a volte, alla meditazione trascendentale.

È attraverso una scoperta anatomica particolare che, l'autore, Occidentale e Cartesiano, a messo in evidenza tutti gli elementi che vi permetteranno di ottenere questo atteggiamento giusto e cio', a qualsiasi età.

Grazie ad essa, orizzonti nuovi si apriranno ed una vita piacevole potrà mettersi per strada.

Connaissez-vous la magie du Hara ?

C'est la base de l'éducation dans la " tradition " du petit japonais. Dès son plus jeune âge, il aura conscience de " l'attitude juste ", attitude qui lui permettra d'évoluer physiquement avec aisance et sécurité d'arriver au bien-être existentiel et, parfois, à la méditation transcendantale.

À l'inverse de l'occidental qui subit la loi du " tiers-tout-droit, ventre le ventre, redresse la tête " souvent vouée à l'échec, il lui suffit que son père prononce le mot " hara " pour qu'il cesse de ramollir.

C'est à travers une découverte anatomique particulière que l'auteur, occidental et cartésien, a mis en évidence tous les éléments qui vont vous permettre d'obtenir cette attitude juste et ce, à n'importe quel âge.

Grâce à elle, des horizons nouveaux vont s'ouvrir et une vie agréable va pouvoir se mettre en route.

Le docteur Georges Siffredi a traité le problème posé par le mal de dos, les douleurs lombaires, les vertèbres cervicales, les problèmes articulaires de la colonne vertébrale, les problèmes de la circulation sanguine, les problèmes de la circulation lymphatique, les problèmes de la circulation sanguine, les problèmes de la circulation lymphatique, les problèmes de la circulation sanguine, les problèmes de la circulation lymphatique.


Depuis, l'auteur a fait son chemin et est devenu un être libre et heureux.

Georges Siffredi

La magie du Hara

ou l'attitude juste

Préface de Jérôme Gallon



Abanicos de Santé

ISBN 978-2-7000-0114-1

Quintessence