

The book was found

Ikigai (Medicinas Complementarias) (Spanish Edition)



Synopsis

Según los japoneses, todo el mundo tiene un ikigai, un motivo para existir. Algunos lo han encontrado y son conscientes de su ikigai, otros lo llevan dentro, pero todavía lo están buscando. Este es uno de los secretos para una vida larga, joven y feliz como la que llevan los habitantes de Okinawa, la isla más longeva del mundo. El proyecto de este libro surgió uniendo la experiencia en cultura japonesa de Héctor García (autor de Un Geek en Japón), que lleva doce años viviendo en Japón, con el arte escribiendo de Francesc Miralles (autor de decenas de libros y novelas y especialista en psicología). Para escribir la obra, los dos autores fueron recibidos por el alcalde de Ogimi (Okinawa), una localidad del norte de Japón con el mayor índice de longevidad del mundo, y tuvieron acceso a entrevistar a más de un centenar de sus habitantes. Analizamos las claves de los centenarios japoneses para una existencia optimista y vital, descubriendo cómo se alimentan, cómo se mueven, cómo trabajan, cómo se relacionan con los demás y “el secreto mejor guardado- cómo encuentran el ikigai que da sentido a su existencia y les impulsa a vivir cien años en plena forma. Tener un ikigai claro y definido, una gran pasión, es algo que da satisfacción, felicidad y significado a la vida. La misión de este libro es ayudarte a encontrarlo, además de descubrir muchas claves de la filosofía japonesa para una larga salud del cuerpo, la mente y el espíritu.

Book Information

File Size: 3392 KB

Print Length: 192 pages

Publisher: Urano (March 7, 2016)

Publication Date: March 7, 2016

Sold by: Digital Services LLC

Language: Spanish

ASIN: B01CJTWTS0

Word Wise: Not Enabled

Lending: Not Enabled

Enhanced Typesetting: Not Enabled

Best Sellers Rank: #209,087 Paid in Kindle Store (See Top 100 Paid in Kindle Store) #13

in Books > Libros en español > Medicina > Alternativa e Integral #26 in Kindle Store >

Kindle eBooks > Foreign Languages > Spanish > Medicina #40 in Books > Libros en español

> Salud, mente y cuerpo > Medicina Alternativa

Customer Reviews

Este realmente no es un mal libro, sin embargo considero que tiene mucha información de relleno:- Se hacen referencia a estudios en universidades pero no se indican ni años ni investigadores.- El libro tiene un montón de información bastante interesante como logoterapia, terapia morita, naikan, Chikung, yoga, tai chi, Quigong, Shiatsu que nada tienen que ver con Ikigai. Si la idea era hacer una comparación esta se perdió sin sentido. Adicionalmente es tan general la información que no se profundiza en ninguna tema.- Cuando compras un libro de Ikigai esperas encontrar información del tema, pero en su lugar hay mucha información genérica. Tal vez el nombre del libro no debió ser Ikigai.- El elemento de mayor valor de Ikigai es el marco de trabajo (unión de la pasión, misión, vocación y profesión) sin embargo este pasa casi desapercibido sin mostrar ejemplos prácticos de cómo utilizarlo o ejemplos de cómo otras personas lo han utilizado. En conclusión el libro como lectura recreativa está bien, sin embargo si buscas algo de alto impacto para tu vida no lo considero de mucho valor.

Muy interesante la recopilación de información y sin lugar a dudas genial la investigación en el pueblo de Ogimi. Me gustó mucho el logro aunque debo señalar que hace falta pulir la estructura y calidad literaria.

Muy bueno. Interesantísimo. Lo voy a leer nuevamente, para disfrutar y fijar todos los conceptos que trata y seguir investigando. Gracias

Excellent book it gives you an exceptional guide to live your life and find a motive to do it.

[Download to continue reading...](#)

Ikigai (Medicinas complementarias) (Spanish Edition) Guía práctica para una alimentación y vida anticancer (Medicinas complementarias) (Spanish Edition) Detrás del tiempo (Medicinas complementarias) (Spanish Edition) Libros para niños en español: Leonardo la serie el león (Libro en Español para niños Children's Spanish Books(Spanish book for kids) English Spanish Bilingual ... Spanish Editio) (Spanish Edition) Spanish kids books: Me Encanta Compartir I Love to Share (bilingual spanish-english, bilingual spanish children's books, libros infantiles) (Spanish English Bilingual Collection) (Spanish Edition) Spanish Conversation Book Intermediate I: Spanish Dialogues-Spanish to English Translation (Spanish Conversation Book for Beginner, Intermediate and Intermediate II Levels nº 2) (Spanish Edition) Spanish Reader for Beginners-Elementary

2-Short Paragraphs in Spanish: Spanish to English Translation (Spanish Reader for Beginners-Elementary 1, 2 & 3) (Spanish Edition) Getting Started with Spanish: Beginning Spanish for Homeschoolers and Self-Taught Students of Any Age (homeschool Spanish, teach yourself Spanish, learn Spanish at home) Spanish Reader Intermediate 1: Short Stories in Spanish (Spanish Reader For Beginners, Intermediate and Advanced Students nÂ° 3) (Spanish Edition) Spanish Reader Advanced III: Spanish Short Stories (Spanish Reader for Beginners, Intermediate & Advanced Students nÂ° 7) (Spanish Edition) Spanish Grammar Beginners: A Dual Spanish Grammar Book for Beginners (Spanish Grammar Beginners & Intermediate nÂ° 1) (Spanish Edition) Spanish Reader Intermediate II: Short Stories in Spanish (Spanish Reader for Beginner, Intermediate & Advanced Students) (Spanish Edition) Spanish Conversation Book Intermediate II: Spanish Dialogues (Spanish Conversation Book for Beginners, Intermediate and Advanced Students nÂ° 4) (Spanish Edition) Large Print SPANISH Word Search Puzzles (Revised Edition No.1) (Large Print SPANISH Word Search Puzzles (Revised Edition Vol 1)) (Volume 1) (Spanish Edition) Conquer 918 Spanish Verbs: Your Simple 7 Step System To Learning Spanish Verb Tenses (learn Spanish, Spanish flash cards) English/Spanish and Spanish/English Legal Dictionary (English and Spanish Edition) The New World Spanish/English, English/Spanish Dictionary (El New World Diccionario espaÃ±ol/inglÃ©s, inglÃ©s/espaÃ±ol) (Spanish and English Edition) SaltShaker Spanish - English - Spanish Food & Wine Dictionary (Bilingual) (English and Spanish Edition) Spanish Crossword Puzzles for Practice and Fun (Dover Dual Language Spanish) (Spanish Edition) children's Spanish books: "El caracol despistado que el correo habÃ­a olvidado":Libro en EspaÃ±ol para niÃ±os(Spanish Edition) libro de animales(series) Cuento ... ESL Books: (Spanish book for kids) nÂ° 1)

[Dmca](#)