

Aus dem Rucksack des Meisters

Weisheiten des Shiatsu-Lehrers für ein
gesundes Leben

Gebundene Ausgabe
Maria Eisele

18,00 €
inkl. MwSt. [zzgl. Versand](#)

KOSMOS



- Die Weisheit des Shiatsu-Meisters Hiroshi Nozaki.
- Eine kleine Kostbarkeit - mit zarten Tuschezeichnungen zauberhaft illustriert.

193x123x18mm (LxBxH)

1. Auflage 2021

Umschlag/Ausstattung: 1 SW-Fotos, 25 SW-Zeichnungen,
Seiten: 160

EAN: 9783968600369

Art.-Nr.: 46036

Produktinformationen "Aus dem Rucksack des Meisters"

„Tiefe Wahrheiten sind einfach“, war das Motto des großen Shiatsu-Meisters und Heilpraktikers Hiroshi Nozaki. Alles, was er zum Leben brauchte, trug er in einem kleinen Rucksack bei sich. In liebevoller Leichtigkeit zeigte er Wege zu einem gesunden Leben. Anhand der fünf fernöstlichen Wandlungsphasen und den ihnen zugeordneten Themen und Jahreszeiten beschreibt Maria Eisele, eine direkte Schülerin Hiroshis, seine Lebensphilosophie, die den persönlichen Weg mit dem Wechsel der Jahreszeiten verbindet: So kommt im Frühling zur Zeit der Kirschblüte Gestautes wieder ins Fließen und im Winter, wenn die Pflaumenblüten im Schnee blühen, geht es um das kraftvolle Wirken der Ruhe. Ein Duft asiatischer Weisheit durchweht das Buch, kombiniert mit einfachen Körperübungen, Rezepten und Ritualen.

Autor*innen

Maria Eisele

[Mehr zur Person](#)