



Tapping

Roberta Temes

Urano

224 páginas 13 €

Miedo a volar, depresión, timidez, baja autoestima, fobia social ¿Llega a nuestro país una técnica sin parangón para solucionar todo tipo de problemas emocionales: el tapping. Basado en los mismos principios que la acupuntura, el tapping consiste en golpear muy suavemente con los dedos sobre determinadas zonas del cuerpo aquellas que corresponden a los distintos meridianos de energéticas en secuencias específicas. En este libro único en su género, la doctora Temes desarrolla las bases del tapping y ofrece instrucciones concretas para aplicarlo.