

Volver al sexo

Recupera tu libido: sabiduría ancestral para parejas modernas

Jill Blakeway con Colleen Kapklein


URANO
www.mundourano.com

El estrés, el cansancio, las obligaciones, la falta de tiempo... En este mundo desenfrenado, las relaciones sexuales descienden puestos en nuestra lista de prioridades. A día de hoy, una de cada tres mujeres afirma haber perdido la libido por completo.

Eso no significa que debemos renunciar al sexo. Ni tampoco que el deseo se haya esfumado. Para Jill Blakeway, especialista en acupuntura y fitoterapia, el secreto está en reconectar con el propio cuerpo. El taoísmo oriental nos ofrece las claves para recuperar el contacto con la propia sexualidad, un aspecto esencial de la vida y el bienestar.



¿Tienes la sensación de que la calidad o la frecuencia de tus relaciones sexuales decae a marchas forzadas? ¿Tal vez eres una de las muchas mujeres que han dicho adiós al sexo por el momento?

Infinidad de pacientes acuden a la consulta de Jill Blakeway con problemas parecidos. Sin embargo, afirma la autora, no por ello debemos pensar que hemos perdido la libido. Tan solo que estamos demasiado cansadas, demasiado estresadas o tal vez no nos sentimos lo bastante a gusto con nuestro cuerpo como para disfrutar del sexo. ¿La solución? Revitalizar nuestra vida sexual con ayuda de la antigua sabiduría oriental.

A diferencia del enfoque occidental, que se centra en cuestiones de tipo mental, la medicina china busca identificar y equilibrar los patrones de energía para reconectar con la propia sexualidad. Para ello, este libro propone estrategias que cualquiera puede poner en práctica, desde utilizar el masaje para despertar el deseo hasta ejercicios para hacer que fluya el Qi, pasando por las diez mejores posturas y cómo sacarles el máximo partido. El libro incluye también un plan para recuperar la libido en solo seis semanas. Más allá de la calidad de los encuentros, los beneficios se harán notar de inmediato en nuestro cuerpo, en nuestra salud y, por supuesto, en nuestra relación de pareja.

Jill Blakeway



Titulada en fitoterapia y acupuntura, Jill Blakeway está especializada en medicina china. Dirige una de las clínicas de acupuntura más prestigiosas de Nueva York, el centro YinOva. Desde hace quince años, su trabajo se centra en el cuidado de mujeres y niños, particularmente en problemas de fertilidad femenina. Autora y conferenciante además de experta en temas de salud, su presencia es requerida con regularidad en emisoras de radio, cadenas de televisión y revistas.

Ficha técnica

Título:	<i>Volver al sexo</i>
Subtítulo:	<i>Recupera tu libido: sabiduría ancestral para parejas modernas</i>
Autora:	Jill Blakeway (con Colleen Kapklein)
Sello:	Urano
Páginas:	320
Precio:	18€
Fecha de lanzamiento:	08/07/2013