

Meditación (B DE BOLSILLO)

MEDITACIÓN



Cómo dejar atrás las tensiones y el estrés
y alcanzar la paz interior.

Brian Weiss

ESPIRITUALIDAD



Editor: B De Bolsillo (Ediciones B)

Autor: Brian L. Weiss

Longitud de impresión: 96

Idioma: Español

PDF

La meditación es una técnica que puede emplearse para experimentar la paz interior y que nos permite replantearnos nuestra visión sobre lo que nos rodea, incluso sobre nosotros mismos.

Practicarla nos ayuda a confiar en nuestra capacidad para utilizar nuestras energías para purificar el cuerpo y la mente, y nos ayuda a descubrir y desarrollar nuestra espiritualidad. Para ayudarnos en la práctica de la meditación, el doctor Brian Weiss ha escrito este libro. Meditación incluye las técnicas que el doctor Weiss utiliza con sus pacientes para ayudarles a vencer el insomnio, la ansiedad, las fobias, problemas de peso y enfermedades.

<https://k2s.cc/file/958ce80ff0d2e/slaRH85Sn.pdf.rar>