

MEDITACIÓN EN 10 MINUTOS – Guía con Ejercicios Prácticos para Aliviar el Estrés y Revitalizar tu Cuerpo: Elimina la Ansiedad, Depresión y Alcanza la Máxima Relajación (Meditación para Principiantes)



Fecha de publicación: 19 febrero, 2016

Autor: Sofía Correa, Vicente Nuñez

Longitud de impresión: 37

Idioma: Español

PDF

Tu Vida es un Constante Estrés?

- Estas constantemente estresado por todas las tareas y obligaciones que debes cumplir a diario?
- Estás buscando la forma de eliminar tus preocupaciones de forma permanente de tu vida?
Y SI EXISTIERA UNA FORMA DE ELIMINAR LAS PREOCUPACIONES Y GENERAR NUEVOS

CAMINOS PARA ENFRENTAR LAS DIFICULTADES?

Debemos ver los Problemas como Oportunidades de Mejora que la vida nos pone enfrente...
No para limitarnos, si no para hacernos CRECER.

2da Edición de Meditación en 10 Minutos con nuevo contenido y técnicas para alcanzar un nuevo nivel de paz en tu vida.

Al leer este libro encontrarás respuesta a cientos de interrogantes y aprenderás de temas específicos como lo son:

- ¿Que es la meditación y cómo puede mejorar tu vida?
- Respiración y cuerpo
- Prácticas de concentración para mejorar tus meditaciones
- Armonizando tu vida cotidiana
- ¿Que son los mantras y como pueden influir en tu bienestar?
- Elimina el estrés meditando
- Visualizaciones creativas para abandonar viejos hábitos
- Técnica de Meditación en 10 minutos
- Las 5 Maneras de Apagar la Mente
- Construye tu propia meditación
- Y mucho, mucho más!

Este libro esta desarrollado mediante la metodología Módulos de Fácil Comprensión, lo cual garantizará que desde la primera pagina leída comiences a obtener grandes resultados.

Descarga Tu Copia al INSTANTE!

Descarga tu copia de MEDITACIÓN EN 10 MINUTOS - GUÍA CON EJERCICIOS PRÁCTICOS PARA ALIVIAR EL ESTRÉS Y REVITALIZAR TU CUERPO dándole Click al botón Comprar o BUY y recíbelo al instante.

Este libro regularmente es vendido a \$9.99, pero solo por hoy podrás descargarlo por solo \$2.99!

No te quedes sin tu copia, Cómpralo HOY!

<http://yep.pm/mwNc4BPi5/A0nMxYp1Z.pdf.rar>

