

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/ZgPchRwi5/w7dmwSy1y.pdf.rar>

