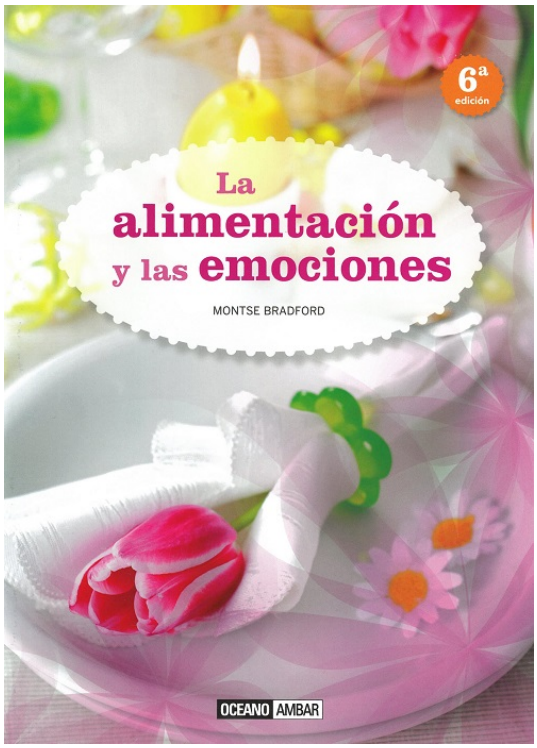

La alimentación y las emociones

Autor: Bradford, Montse

Editorial: Océano

ISBN: 9788475567624

Páginas: 189

Dimensiones: 15 x 21 cm

Encuadernación: Rústica

PVP: 14,50 €

REIMPRESIÓN

Conecta con tu energía y chispa interior.

¿Eres consciente de lo que comes? ¿Sabías que todos los alimentos contienen una energía que puede afectar a tu forma de ser, sentir o pensar y que generan una vibración específica en nuestro ser?

¿Entiendes las necesidades de nuestros tres cuerpos: el físico, el emocional y el mental? ¿De qué forma debemos cuidarlos, alimentarlos y reciclar sus bloqueos para que podamos conseguir el equilibrio interior que todos deseamos?

Cada uno de ellos vibra de forma diferente, por lo que sus necesidades también son únicas. El cuerpo físico, de naturaleza sólida y con sistema digestivo, necesita alimentos sólidos. Muy distintos son el cuerpo emocional y el mental, de naturaleza vibracional, para los que tendremos que buscar otras formas de revitalización a nivel energético, no con comida.

Este libro te invita a explorar los estrechos vínculos entre la alimentación y las emociones y de qué forma, a nivel popular, se usa la alimentación para tapar conflictos que tan solo se pueden resolver entendiendo con profundidad su origen.

Una obra práctica que profundiza en el conocimiento energético de los alimentos y las necesidades de nuestros tres cuerpos. Porque sólo si sabes qué efectos causan los alimentos, podrás elegir ...