

Integración cuerpo-mente

Desbloqueo psico-corporal e integración personal

Montseny, Ricard

Editorial: Índigo

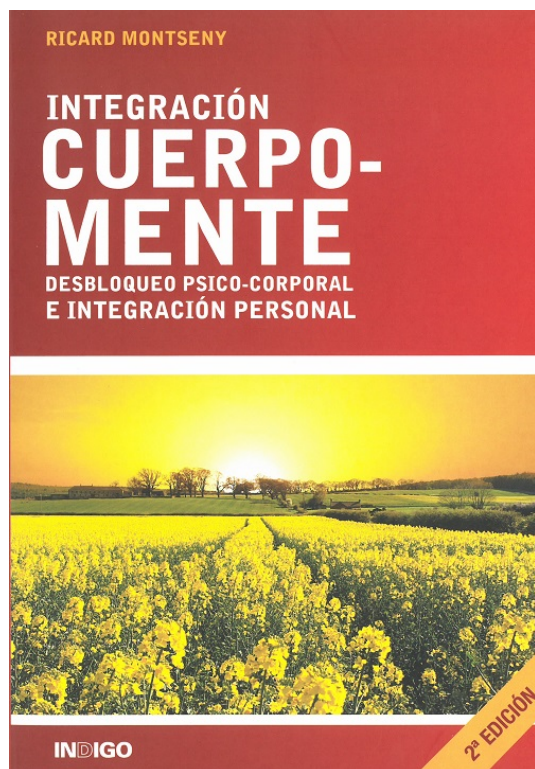
ISBN: 9788489768734

Páginas: 537

Dimensiones: 18 x 26 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 24,00 €



SINOPSIS

Nuestro cuerpo no es el reflejo exterior de nuestra vida interna. El estado natural del ser humano es el equilibrio corporal, energético y psicológico. Cualquier carencia en alguno de estos tres aspectos rompe la deseada armonía y aparece la falta de salud, la enfermedad y la limitación. Las tensiones que vivimos se manifiestan expresamente y se materializan en nuestro cuerpo físico. Si los desequilibrios energéticos buscan una surgencia a través de los padeceres corpóreos, la armonía de nuestro espíritu sereno también aflora en un cuerpo sano y plétórico. Este libro pretende arrojar luz al porque la mayoría de individuos vive habitualmente con desequilibrios, enfermedades y problemas. Intenta ofrecer algunas alternativas de actuación para lograr la anhelada integración cuerpo-mente.