

La bruja autosanadora

Fórmulas mágicas para mimar tu cuerpo, tu mente y tu espíritu

Murphy-Hiscock, Arin

Editorial: Arkano Books

ISBN: 9788417851095

Páginas: 224

Dimensiones: 14,5 x 21 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 12,00 €



SINOPSIS

APRENDE A NUTRIR TU MENTE Y TU ESPÍRITU CON ESTA GUÍA ENCANTADA

Las mujeres modernas queremos cuidarnos y sentirnos bien, y para ello, nada mejor que contar con el mágico respaldo de la brujería. En *La bruja autosanadora* encontrarás consejos sobre cómo mimar tu cuerpo, tu mente y tu espíritu con hechizos, meditaciones, mantras y poderosas actividades que te ayudarán a mantener la salud, aliviar el estrés, superar la tristeza, canalizar la alegría y abrazar tu propia fortaleza.

Sorpréndete con remedios tan mágicos como:

* Un ritual terapéutico para librarte de la culpa, con el que aprenderás a quemar lo que te causa dolor, a procesar los recuerdos tristes y a trabajar tus emociones más intensas.

* Una meditación con la que reconectarás con las energías sanadoras de la naturaleza —aunque vivas en una ciudad bulliciosa—, que forma parte de una serie de meditaciones basadas en los elementos y los sentidos.

* Una exclusiva receta para crear tu propia crema corporal relajante e hidratante, dotada de la energía de los cristales y los aceites esenciales que más se ajusten a tu intención, y santificada por un ritual.

¡Y hay mucho más! Esta obra te descubrirá lo sencillo que es conectar con la tierra, aprovechar tu poder ...