

Controla tu mente, sana tu cuerpo

Cómo utilizar el poder terapéutico de tu médico interior

Shapiro, Debbie

Editorial: Océano

ISBN: 9788475567792

Páginas: 288

Dimensiones: 15 x 21 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 16,90 €

Colección: Estilos de vida



SINOPSIS

La mente es la llave de la mayoría de enfermedades. Nuestra mente y los sentimientos que alberga influyen de forma directa en la salud de nuestro cuerpo. Este libro demuestra cómo las actitudes conflictivas, los miedos y los sentimientos reprimidos pueden tener consecuencias en el organismo y su funcionamiento. Una mente agitada por las emociones destructivas repercute de forma negativa en la presión arterial generando además problemas cardiovasculares, trastornos nerviosos e incluso cáncer. La buena noticia es que, si cuidamos de nuestro centro de operaciones, podemos sanar la mayoría de dolencias. Este libro describe el lenguaje que utiliza nuestro organismo para mandarnos señales. Explica de forma clara y concisa la influencia que emociones, pensamientos y actitudes tienen en la aparición de muchas enfermedades, así como el camino para solucionarlas. En sus páginas se explica cómo... - Escuchar lo que el cuerpo nos dice.

- Interpretar los mensajes que se ocultan tras las dolencias.
- Revertir enfermedades cambiando nuestra programación mental.
- Entender las relaciones cuerpo-mente para una vida armónica.
- Acelerar el proceso curativo.