Respira bien, vivirás mejor

Ejercicios de respiración vital y purificadora

Yogui Ramacharaka

Editorial: Humanitas
ISBN: 9788479104528
Páginas: 120
Dimensiones: 15 x 21,5 cm
Encuadernación: Rústica
PVP.: 10,00 €

SINOPSIS

El ser humano depende de la respiración para vivir, pero únicamente si respira de la manera correcta gozará de la vitalidad suficiente para vivir con plenitud.

Los correctos hábitos de respiración además le proporcionarán inmunidad contra muchas enfermedades y dolencias de mundo actual.

Con estos ejercicios conseguirá:
* alivio del dolor
* auto-curación
* energía sexual
* dominio de las emociones
* estímulo del cerebro
* plenitud espiritual