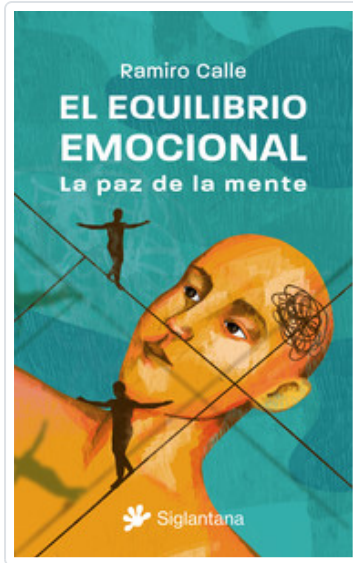


EQUILIBRIO EMOCIONAL. LA PAZ DE LA MENTE



CALLE, RAMIRO

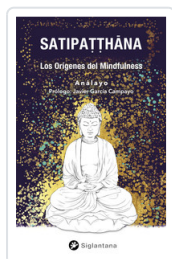
SINOPSIS

En esta obra, eminentemente práctica, Ramiro Calle incluye nociones sobre los tres estados aflictivos principales: la angustia, el miedo y la depresión, aportando conocimientos y métodos eficaces para superarlos; entre ellos, el yoga físico, la meditación y la relajación. Desgrana valiosas enseñanzas de la sabiduría oriental para la vida cotidiana, así como conocimientos extraídos de la tradición occidental, pues lo mejor de Oriente y Occidente han de fundirse en un nuevo concepto que trascienda a ambos, para el pleno desarrollo del ser humano ...



Editorial	SIGLANTANA
Materia	MENTE, CUERPO Y ESPIRITU: PENSAMIENTO Y PRACTICA
Colección	SIGLANTANA
EAN	9788410179080
Status	Disponible
Páginas	256
Tamaño	200x130x18 mm.
Peso	232
Precio (Imp. inc.)	17,90€
Fecha de lanzamiento	20/02/2024

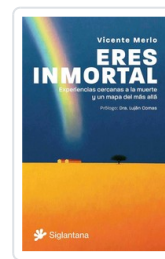
Títulos relacionados



SATIPATTHANA. LOS ORIGENES
DEL MINDFULNESS
BHIKKHU, ANALAYO



SEIS SONIDOS ANTIGUOS.
CLASICOS DEL QIGONG
LEI, SUN



ERES INMORTAL.
EXPERIENCIAS CERCANAS A LA
MUERTE Y UN MAPA
MERLO, VICENTE