

CAMBIA TU MENTE



Spina, R J

SINOPSIS

Líbrate del estrés, las dudas y la falta de energía que te impiden ser feliz y mejorar tu calidad de vida

A partir de las técnicas que presenta en su libro Súper autosanación, RJ Spina presenta en este volumen una serie de nuevos conceptos de metafísica de alta frecuencia que, gracias a su formato sencillo y práctico, impulsarán tu bienestar.

En Cambia tu mente encontrarás enseñanzas revolucionarias que te ayudarán a reprogramar tu mente subconsciente y a aportar equilibrio a tu energía. A través de la práctica de volcar en tu diario tus percepciones y reflexiones durante 14 días, descubrirás la programación mental que ya te está afectando y, a continuación, podrás aplicar el sistema de diagnóstico energético sencillo pero potente que propone Spina, complementándolo con actividades especializadas para contrarrestar esa estructuración de tu mente.



Editorial	ARCANO
Materia	[VXPH] CHAKRAS, AURAS Y ENERGÍA ESPIRITUAL
EAN	9791388228025
Status	Disponible
Páginas	256
Tamaño	210x145x130 mm.
Peso	330
Precio (Imp. inc.)	16,00€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	24/09/2026

RJ te guía en cada paso del camino, proporcionándote meditaciones, prácticas de mindfulness y mucho más. Su objetivo no solo es enseñarte a conectar con tu verdadero yo, sino también explicarte cómo mantenerlo y expresarlo a través de numerosas actividades que puedes integrar fácilmente en tu vida diaria.

Con la ayuda de este libro, experimentarás una mayor sensación de identidad, poder y libertad....