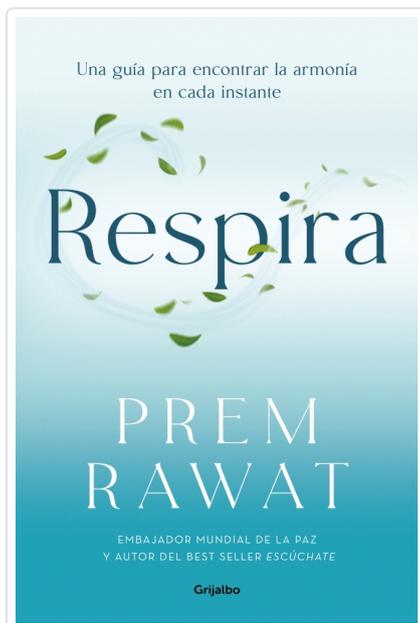


RESPIRA



Rawat, Prem

SINOPSIS

Prem Rawat, embajador mundial por la paz, nos ayuda a encontrar la armonía en el momento presente mediante el poder de la respiración. La respiración marca el inicio y el fin de la vida, es lo único que compartimos todos los seres humanos y, sin embargo, es uno de los aspectos más ignorados de nuestra experiencia. Cada aliento es una victoria sobre la muerte, una señal de nuestra presencia desafiante en el mundo, de nuestra voluntad de persistir. Prem Rawat, embajador mundial de la paz, nos pide que hagamos una pausa, que dediquemos un momento a deleitarnos en nuestra respiración y a tomar conciencia de este milagro de la experiencia humana compartida. Solo así podremos abrirnos a la paz, tanto interior como exterior. Con una prosa y unos dibujos inspiradores, Respira es una preciosa guía que te ayudará a encontrar armonía en cada instante. Sumérgete en el simple pero profundo poder de la respiración para traer paz a tu vida. Sobre Respira: «¡Un libro precioso! Simple, íntimo rico y profundo». UDO ERASMUS «Respira es una guía transformadora que nos hace reconectar con la esencia fundamental de nuestra existencia: la respiración. Abraza este viaje y haz que cada aliento despierte en tu corazón la posibilidad de ser feliz sin límites». Dr. BRADLEY NELSON, autor best seller de El código de la emoción y El código del cuerpo «Respira es el libro más inspirador que he leído. Me ha enseñado que mi respiración, y no mi ego, es el recordatorio permanente de quién soy en verdad». GABRIEL GONZÁLEZ MOLINA, autor del best seller Switchers «Recomiendo encarecidamente leer este libro, de inicio a fin y con el mayor compromiso posible. Disfruta de este simple y dulce viaje». TIM GALLWEY, autor del best seller El juego interior del tenis. «A través de este libro, Prem revela la alegría oculta en cada una de nuestras respiraciones, de la primera a la última». DEBRAJ «RAJ» MUKHERJEE, director de Oncología neuroquirúrgica en la facultad de Medicina de la Universidad John Hopkins...



Editorial	GRIJALBO
Materia	MEDITACION
EAN	9788425370786
Status	Disponible
Páginas	192
Tamaño	140x215x0 mm.
Precio (Imp. inc.)	20,90€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	12/06/2025