

The book was found

¿De QuÃ© Tienes Hambre? (Crecimiento Personal) (Spanish Edition)

DEEPAK
CHOPRA

¿De qué tienes hambre?



LA SOLUCIÓN CHOPRA
PARA LA PÉRDIDA DE PESO PERMANENTE,
EL BIENESTAR Y EL ALIMENTO DEL ALMA.

URANO



Synopsis

Deepak Chopra es uno de los autores más reconocidos en todo el mundo en el ámbito del desarrollo personal. Cuenta con varios bestsellers mundiales entre sus obras. ¿ Un libro fácil de leer y claro con un programa asumible para acabar de una vez por todas con las dietas y lograr un estado de fluidez y serenidad permanente. ¿ El deseo de comer compulsivamente, el poco cuidado del cuerpo, los kilos de más, a menudo son el síntoma de que algo más profundo no funciona. Deepak Chopra, el líder espiritual que lleva treinta años expandiendo la conciencia del mundo, llega con un enfoque revolucionario para adelgazar sin esfuerzo. La solución para perder peso no radica en la dieta. De hecho, la propuesta de Deepak Chopra requiere que nos comprometamos a no contar calorías a lo largo de treinta días. A no emitir juicios negativos sobre nuestro aspecto. A prestar atención a las señales que nos envía el cuerpo. Porque lo que nos lleva a comer no es hambre propiamente dicha, sino un vacío emocional, que no hace sino aumentar cuando nos ponemos a dieta. La respuesta al sobrepeso está en la conciencia. ¿Qué te provoca el hambre, en realidad? A partir de esta pregunta, el reconocido médico y maestro espiritual despliega pautas de acción que tienen por objeto cambiar los mensajes negativos, que refuerzan los malos hábitos, por otros positivos y constructivos. Un enfoque holístico, basado en los últimos descubrimientos de la medicina tradicional y alternativa, para recuperar el peso ideal, que es el estado natural del ser humano.

Book Information

File Size: 611 KB

Print Length: 320 pages

Publisher: Urano (October 6, 2014)

Publication Date: October 6, 2014

Sold by: Amazon Digital Services LLC

Language: Spanish

ASIN: B01B4RBWJA

Word Wise: Not Enabled

Lending: Not Enabled

Enhanced Typesetting: Not Enabled

Best Sellers Rank: #481,726 Paid in Kindle Store (See Top 100 Paid in Kindle Store) #53

in Books > Libros en español > Salud, mente y cuerpo > Desórdenes y Enfermedades #109

in Books > Libros en español > Salud, mente y cuerpo > Salud Mental #164 in Books >

Customer Reviews

Highly recommended, a different approach for losing weight. Consciousness is the key.

I love it! Wonderful book!

Interesante

Great book

[Download to continue reading...](#)

¿De qué tienes hambre? (Crecimiento personal) (Spanish Edition) Guía básica de Armas de Fuego: Lo más importante que tienes que saber... (Spanish Edition) Ponte Tu Mascarita Primero: No Puedes Dar Lo Que No Tienes (Spanish Edition) LA MENTE SUBCONSCIENTE - DESARROLLO PERSONAL: Como usar el poder oculto de tu mente para alcanzar tus metas y como reprogramar tu mente subconsciente (Crecimiento ... Superación Personal) (Spanish Edition) Más fuerte que nunca (Crecimiento personal) (Spanish Edition) El libro de Oro de Sineca. Consejos para la vida personal y profesional: LO QUE TÚ PIENSAS DE TI MISMO ES MUCHO MAS IMPORTANTE DE LO QUE LOS OTROS OPINEN ... QUE SINECA GUÍA DE TU VIDA (Spanish Edition) El secreto (Crecimiento personal) (Spanish Edition) Silencio (Crecimiento personal) (Spanish Edition) El arte tibetano de la serenidad (Crecimiento personal) (Spanish Edition) Meditación con eneagrama (Crecimiento personal) (Spanish Edition) Los cuatro acuerdos (Crecimiento personal) (Spanish Edition) La magia (Crecimiento personal) (Spanish Edition) Curso de Tarot. Adivinación y crecimiento personal (Spanish Edition) La ley del quizás (Crecimiento personal) (Spanish Edition) La digestión es la cuestión (Crecimiento personal) (Spanish Edition) Lee Super Rápido (Productividad y Crecimiento Personal y Profesional nº 1) (Spanish Edition) Garfield: Hambre de Diversión (Spanish Edition) Garfield: Hambre de Diversión (AMP! Comics for Kids) (Spanish Edition) Los juegos del hambre (Spanish Edition) El hambre (Spanish Edition)

[Dmca](#)