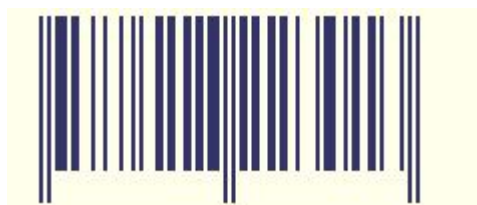
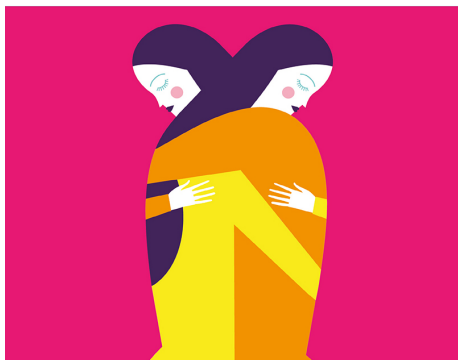




KÖAN



Elma, Roura

Elma Roura es la creadora de un proceso pionero en España basado en aprender a elevar la energía sexual. Circunstancias personales la llevaron a vivir experiencias extáticas espontáneas con las que su conciencia despertó. Esto motivó su deseo de profundizar en el concepto de éxtasis y su compromiso con la libertad personal y la conexión con la realidad. Inició esta búsqueda siendo muy joven, asistiendo a encuentros, retiros, conferencias y seminarios, que nutrieron y formaron su espiritualidad. Es facilitadora certificada de The Work of Byron Katie®. Desde la creación del Máster en Desarrollo Personal y Liderazgo® del Borja Vilaseca Institute, que anteriormente se dictó en la Universidad de Barcelona, imparte los seminarios «El fin del sufrimiento a través de The Work» y «Sexualidad consciente a través del Tantra». Colabora también con la Akademia, un proyecto educativo gratuito que promueve la educación emocional entre los jóvenes. Actualmente tiene su propio centro, el Espacio Desarr

riverside
agency

El camino al éxtasis

Autor: Elma, Roura

Koan

ISBN: 978-84-18223-01-3 / Rústica / 312pp | 140 x 210 cm

Precio: \$ 32.900,00

¿Puedes decir aquí y ahora que este momento es perfecto? ¿Qué crees que necesitas para ser feliz? ¿Una pareja? ¿Un trabajo nuevo? ¿Otro cuerpo? ¿Dejar de sentir ansiedad? Vivimos la mayor parte de nuestras vidas presos de nuestras creencias y estados emocionales. ¡Pero la felicidad no está en la mente! La primera parte de este libro trata sobre cómo salir del sufrimiento. Nos presenta una herramienta eficaz para identificar nuestros pensamientos, cuestionarlos y desidentificarnos de ellos. En la segunda parte, la invitación consiste en adueñarnos de nuestro placer y despertar la energía sexual, que es la más potente que tenemos, y que es una conexión directa a la vida. Elma nos explica cómo vivir una sexualidad más plena, energética y mística a través del tantra.

¿Puedes decir aquí y ahora que este momento es perfecto? ¿Qué crees que necesitas para ser feliz? ¿Una pareja? ¿Un trabajo nuevo? ¿Otro cuerpo? ¿Dejar de sentir ansiedad? Vivimos la mayor parte de nuestras vidas presos de nuestras creencias y estados emocionales.