



O SUTIL DESEQUILÍBRIO DO ESTRESSE

BEL CESAR E SERGIO KLEPACZ
COM LAMA MICHEL RINPOCHE

CONVERSAS ENTRE UMA PSICÓLOGA,
UM PSIQUIATRA E UM LAMA BUDISTA



Resumo de O Sutil Desequilíbrio do Estresse

Neste livro, a psicóloga Bel Cesar, o psiquiatra Dr. Sergio Klepacz e o mestre budista Lama Michel Rinpoche generosamente compartilham conosco suas conversas sobre a intrincada relação entre o corpo, a mente e o meio ambiente diante dos efeitos do permanente estresse no qual vivemos hoje em dia.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)