

A close-up photograph of a person's face, partially obscured by a bright yellow cloth. The person's eyes are closed, and their expression is serene. The lighting is soft, highlighting the texture of the skin and the fabric.

STORMIE OMARTIAN

O segredo da

SAÚDE TOTAL

Corpo, mente e alma

Resumo de O Segredo Da Saúde Total. Corpo, Mente E Alma

Stormie percebeu que a mudança que Deus poderia proporcionar em sua vida exigia dela não apenas oração e confiança, mas também transpiração e mudança radical de hábitos. Desse aprendizado, a principal lição é que Deus nos quer ver saudáveis não apenas espiritualmente, mas também física e mentalmente.

O Segredo da Saúde Total não é um simples livro de dietas, nem um superestruturado programa de exercícios, nem tampouco um manual de oração, ele apresenta os passos trilhados pela autora para alcançar excelente qualidade de vida, ao aprender a viver com corpo, mente e alma bem cuidados.

A mesma mulher que a incentivou a orar quer agora motivá-la a viver saudavelmente. Ela sabe que você só estará feliz consigo se todos os aspectos de sua vida forem bem cuidados.

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