



# A FONTE DA JUVENTUDE

VOLUME I

Peter Kelder

# Resumo de A Fonte Da Juventude - Volume 1

Este precioso livro revela os segredos dos lamas tibetanos para deter a ação do tempo e minimizar os efeitos negativos do envelhecimento. Baseado num ritual mágico praticado há milênios nos mosteiros do Tibete, o sistema consiste em um conjunto de exercícios físicos muito simples que, se praticados diariamente, produzem efeitos milagrosos, garantindo a vitalidade, a saúde e a juventude perenes.

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