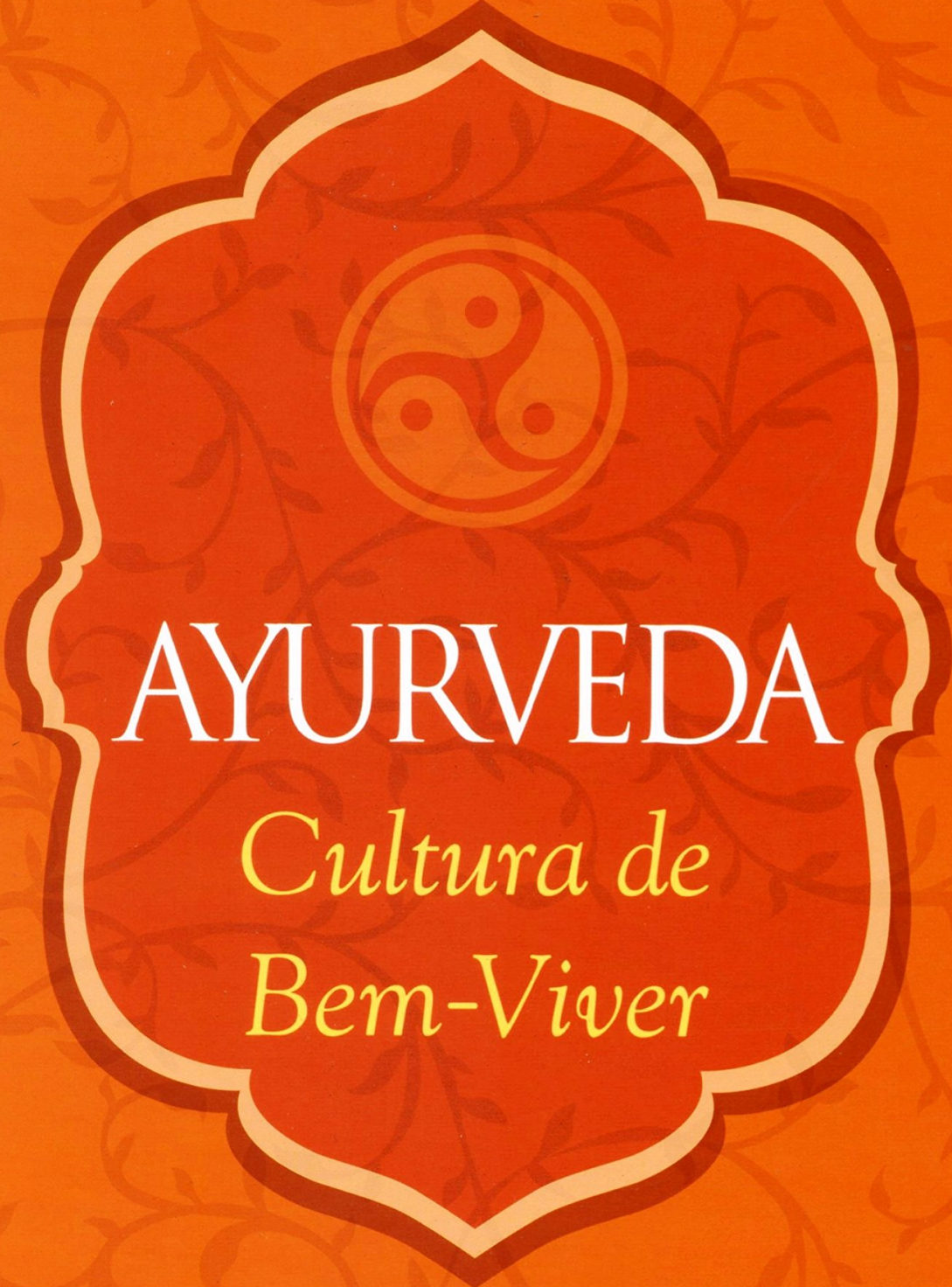


MÁRCIA DE LUCA
& LÚCIA BARROS



AYURVEDA

*Cultura de
Bem-Viver*

PREFÁCIO DE DAVID FRAWLEY

Resumo de Ayurveda. Cultura de Bem-viver

A mestra em ioga e ayurveda Márcia De Luca e a jornalista Lúcia Barros, sua discípula, exploram de forma acessível essa medicina indiana conhecida mundialmente por sua profunda sabedoria e poderes de cura.

O livro oferece ainda uma visão ampla de como utilizar seus ensinamentos no dia a dia, instruindo para a conquista da saúde e da felicidade plena por meio de exercícios físicos, meditação e gastronomia.

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