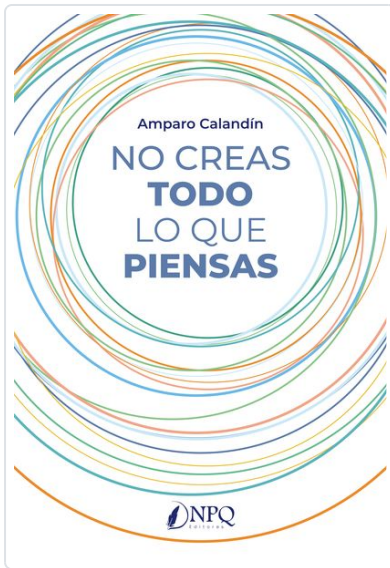


NO CREAS TODO LO QUE PIENSAS



CALADÍN, AMPARO

SYNOPSIS

No paras de pensar, lo haces constantemente, todos los días. Miles de ideas se cruzan en tu mente, tantas que los estudios científicos han determinado que tienes unos 60.000 pensamientos al día. Algunos de estos pensamientos te impulsan y te ayudan a afrontar la vida como te gustaría. Pero otros te limitan, frenan tu confianza en ti mismo/a y boicotean tus planes.

Creas que esto es así y que no puedes hacer nada para cambiarlo. Te resignas a pensar que los pensamientos son automáticos y que no tienes control sobre ellos. Pero eso no es cierto, la realidad es que:

Si cambias tus ideas, cambiará tu visión del mundo.

Si cambias tu comportamiento, tu energía cambiará.

Si entrenas nuevas herramientas, nuevos mundos se abrirán en tu camino.

Este libro será el manual que te desvelará el misterio del sufrimiento innecesario y te llenará de recursos para equilibrar tu vida y llevarla hacia donde tú elijas. Todo ello con entrenamientos prácticos que te ayudarán y que generarán el cambio interno que necesitas.

Por fin, vas a conseguir conocerte, quererte y cuidarte como nunca.

Porque lo más importante de tu vida

ERES TÚ....



Editorial	NPQ EDITORES
Subject	AUTOAYUDA Y DESARROLLO PERSONAL
EAN	9788419440914
Status	Disponible
Pages	304
Size	220x150x15 mm.
Weight	300
Price (Tax inc.)	16,90€