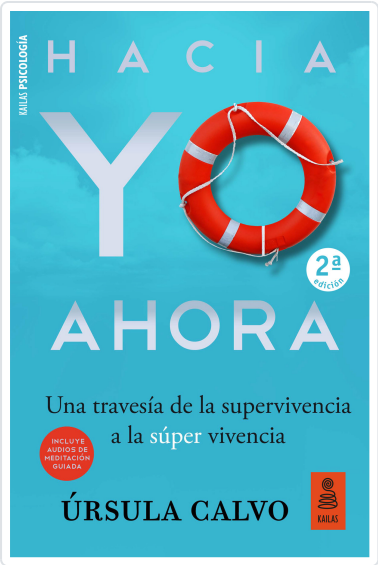
HACIA YO AHORA (2ª ED.)



CALVO CASAS, ÚRSULA

SINOPSIS

Descubre que todo está en ti, eres puro potencial, y que incluso en los momentos más complicados hay una alternativa que puede transformarlo todo.
Aprende a manejar las situaciones difíciles y a aprovechar quien eres para construir una vida extraordinaria.
«"Yo ahora" va a suponer un cambio profundo en la calidad de vida. Vivir de acuerdo con las posibilidades reales, más conscientes y menos estresados», El Mundo
«Poderosas técnicas de meditación, inteligencia intrapersonal y mindfulness, accesibles a todo el mundo y adaptadas a nuestra sociedad, herramientas clave para mejorar y realizar un cambio profundo en su calidad de vida», La Vanguardia
«Toda la información necesaria para construir unos sólidos cimientos con los que hacer un cambio de 180 grados», Enfemenino...

Editorial	KAILAS
Materia	AUTOAYUDA Y DESARROLLO PERSONAL
Colección	Psicología
EAN	9788417248802
Status	Normal
Páginas	248
Tamaño	230x150x0 mm.
Peso	390
Precio (Imp. inc.)	17,90€

Títulos relacionados



CONVERSACIONES SEXUALES CON MI ABUELA
SIERRA SÁNCHEZ, ANA



MI CABEZA ME HACE TRAMPAS
MAÑAS GÓMEZ, CARLOS



POR QUÉ COMPRAMOS LA BURRA (4ª ED.)
NOGUERAS PÉREZ, RAMÓN