

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 | Disponible |
| Páginas | 248 |
| Tamaño | 230x150x0 mm. |
| Peso | 390 |
| Precio (Imp. inc.) | 17,90€ |

Títulos relacionados



CONVERSACIONES SEXUALES
CON MI ABUELA
SIERRA SÁNCHEZ, ANA



POR QUÉ CREEMOS EN
MIERDAS (20ª ED.)
NOGUERAS PÉREZ, RAMÓN



MI CABEZA ME HACE TRAMPAS
MAÑAS GÓMEZ, CARLOS