

editorial **K**airós

Christophe, André

## Serenidad

### En la vida cotidiana

Los instantes de serenidad dan sentido y profundidad a nuestra vida. Nos apaciguan y regeneran. Nos recargamos de fuerza para afrontar el futuro. Y en momentos de adversidad, nos acordamos de ellos, porque nos ayudan a pacificarnos, a relativizar, a esperar.

Nos gustaría sentir siempre serenidad, pero la vida nos sacude, nuestros demonios interiores despiertan? Y entonces nos angustiamos, nos desesperamos y dispersamos. Sufrimos.

¿Es posible aprender a sentir más a menudo esta serenidad? Sin duda. A través de 25 historias y de sus enseñanzas, este libro nos invita a avanzar, a nuestro ritmo y manera, por el camino del equilibrio y la serenidad.



Editorial	Kairós
Col·lecció	Psicología
Enquadernació	Tapa blanda o rústica
Pàgines	128
Mida	130x200x mm.
Pes	157
Idioma	Español
Tema	<Pendiente de asignación>
EAN	9788499882284
PVP	14,00 €
PVP sense IVA	13,46 €



9788499882284