

editorial **K**airós

Wilber, Ken

## La práctica integral de vida

### Programa orientado al desarrollo de la salud física

Esta obra es una guía práctica para aplicar los conceptos de la Visión Integral desarrollada por Ken Wilber en la vida cotidiana. Combina teoría con ejercicios originales, ejemplos reales y gráficos ilustrativos para ofrecer un manual ambicioso y realista a la vez.

No se trata sólo de una nueva aproximación al autodesarrollo, sino también de una forma de dar sentido -y emplear más adecuadamente- los tesoros de sabidurías y prácticas que nos permiten cultivar una vida más iluminada. Útil tanto para profesionales muy ocupados, estudiantes universitarios, jubilados, familias enteras como para atletas, yoguis... ¡y tan válido para los seguidores de cualquier religión como para agnósticos irreverentes!

Combinando ejercicios originales, ejemplos vívidos, teorías punteras y gráficos muy ilustrativos, este libro está llamado a convertirse en el manual de referencia para actualizar la plenitud y la libertad en el siglo XXI.



<b>Editorial</b>	Kairós
<b>Col·lecció</b>	Sabiduría perenne
<b>Enquadernació</b>	Tapa blanda o rústica
<b>Pàgines</b>	424
<b>Mida</b>	230x188x20 mm.
<b>Pes</b>	600
<b>Idioma</b>	Español
<b>Tema</b>	Psicología, pedagogía, autoayuda
<b>EAN</b>	9788472457515
<b>PVP</b>	27,00 €
<b>PVP sense IVA</b>	25,96 €


**9788472457515**