

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 |
| Colección | Psicología |
| Encuadernación | Tapa blanda o rústica |
| Páginas | 128 |
| Tamaño | 130x200x mm. |
| Peso | 157 |
| Idioma | Español |
| Tema | <Pendiente de asignación> |
| EAN | 9788499882284 |
| PVP | 14,00 € |
| PVP sin IVA | 13,46 € |



9788499882284