

editorial **K**airós

Wilber, Ken

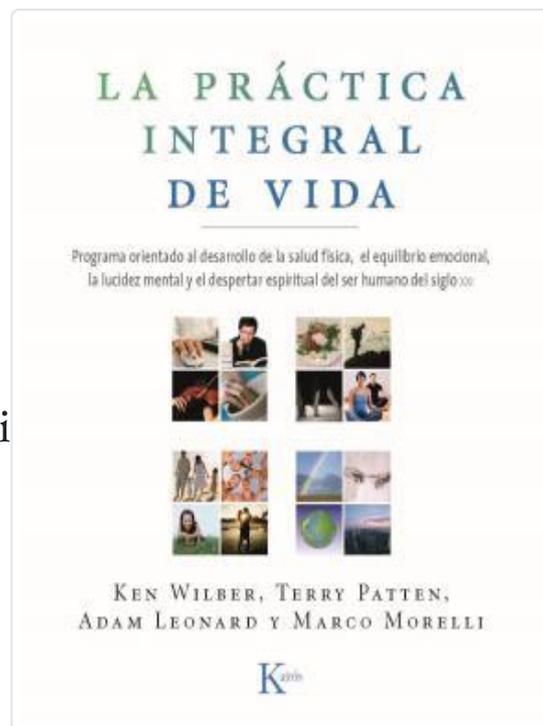
La práctica integral de vida

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.



Editorial	Kairós
Colección	Sabiduría perenne
Encuadernación	Tapa blanda o rústica
Páginas	424
Tamaño	230x188x20 mm.
Peso	600
Idioma	Español
Tema	Psicología, pedagogía, autoayuda
EAN	9788472457515
PVP	27,00 €
PVP sin IVA	25,96 €


9788472457515