editorial Kairós

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.

Argitaletxea	Kairós
Bilduma	Psicología
Azalak	Tapa blanda o rústica
Orrialdeak	128
Neurria	130x200x mm.
Pisua	157
Hizkuntza	Español
Gaia	<Pendiente de asignación>
EAN	9788499882284
PVP	14,00 €
PVP,BEZik gabe	13,46 €

9788499882284