

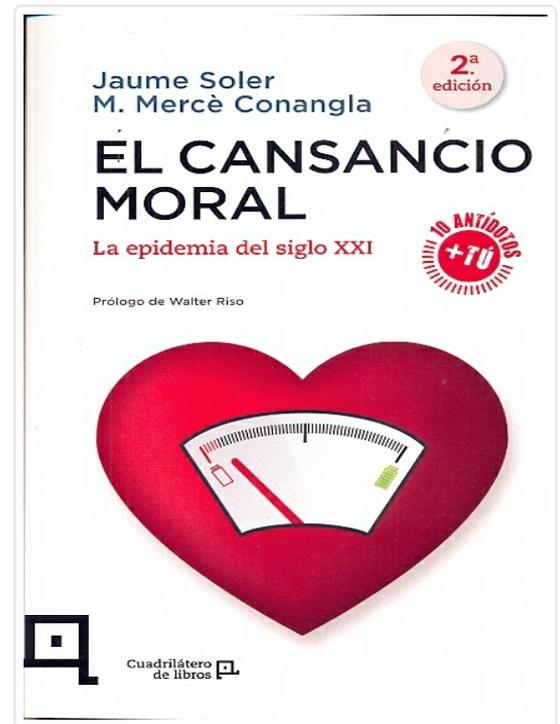
ediciones
Lectio

Soler,Jaume; Soler, Jaume

El cansancio moral

La epidemia del siglo XXI

Es fácil detectar entre nuestros conocidos y en nuestra sociedad una sensación de cansancio psicológico y emocional que parece extenderse y hacerse profunda cada día. A pesar de que en el mundo suceden hechos extraordinarios y positivos, lo cierto es que los acontecimientos negativos nos abruma y saturan, porque se añaden a las exigencias terribles del ritmo de vida actual, dominada por la tecnología, las urgencias, las frustraciones y la ausencia de un sentido vital. El resultado es un enorme desgaste emocional: lo que los autores llaman el Cansancio Moral, la gran epidemia del siglo XXI. Para enfrentarse a él Soler y Conangla han escogido algunas personas (Montessori, Krishnamurti, Mandela...) cuya actitud vital son auténticos modelos a seguir, y nos proponen diez antídotos para protegernos de esta terrible enfermedad moderna. Siguiendo estas pautas reconectaremos con nuestro interior y alcanzaremos un control pleno sobre nuestra vida emocional. nte no p



Argitaletxea	Lectio
Bilduma	Cuadrilátero de libros - Práctico
Azalak	Tapa blanda o rústica
Orrialdeak	320
Neurria	230x145x mm.
Hizkuntza	Español
Gaia	Psicología, pedagogía, autoayuda
EAN	9788416012534
PVP	17,90 €
PVP,BEZik gabe	17,21 €

