Holiday, Ryan

Agenda del Diario para estoicos

366 días de escritura y reflexión sobre el arte de vivir

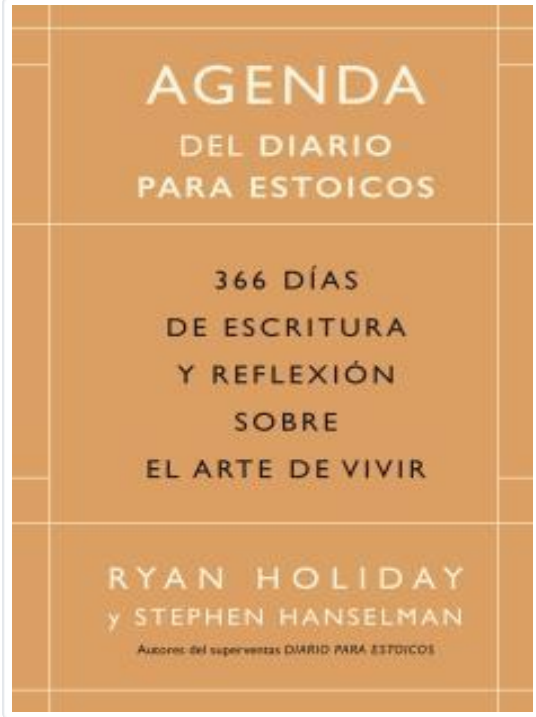
Esta agenda es el complemento ideal del libro 'Diario para estoicos'. Para cualquier persona que busque la paz interior, la claridad y el coraje en nuestro ajetreado mundo, la 'Agenda' propone herramientas estoicas de autogestión para emplearlas en 366 días de reflexión y escritura sobre el arte de vivir.

En la AGENDA, los lectores encontrarán:

Una introducción que explica las diversas herramientas estoicas de autogestión.

Espacio para notas, junto con consejos para fomentar la escritura y la comprensión continua, día a día, durante todo el año.

Explicaciones y citas semanales para inspirar una reflexión más profunda sobre las prácticas estoicas.



Argitaletxea	Reverté
Azalak	Tapa blanda o rústica
Orrialdeak	334
Neurria	140x210x mm.
Pisua	382
Hizkuntza	Español
Gaia	Psicología, pedagogía, autoayuda
EAN	9788417963323
PVP	9,95 €
PVP,BEZik gabe	9,57 €

9788417963323