editorial siglantana

d`ors; García Campayo; Guix; Manzanares; Rodriguez Fraile

Despierta

Un viaje hacia la consciencia

Basado en el aclamado documental Despierta de la popular plataforma Wake up, este libro reúne las enseñanzas de grandes maestros y expertos en espiritualidad, neurociencia y meditación. Una invitación a salir del piloto automático, cuestionar las creencias que limitan tu vida y dar el primer paso hacia el despertar de la conciencia.

Atrapados en la inercia del día a día, muchas veces olvidamos quiénes somos realmente. A través de reflexiones transformadoras y la meditación como puente hacia el autoconocimiento, este libro te ayudará a soltar el peso del pasado, vivir con mayor claridad y actuar con propósito.

Más que un libro, una experiencia que te guiará hacia una vida más auténtica, plena y despierta.

Argitaletxea	Siglantana
Azalak	Tapa blanda o rústica
Orrialdeak	132
Neurria	200x130x12 mm.
Pisua	170
Hizkuntza	Español
Gaia	Psicología, pedagogía, autoayuda
EAN	9788410179561
PVP	15,90 €
PVP,BEZik gabe	15,29 €

9788410179561