

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.

Christophe André

SERENIDAD
EN LA VIDA COTIDIANA

Editorial	Kairós
Colección	Psicología
Encadernación	Tapa blanda o rústica
Páginas	128
Tamaño	130x200x mm.
Peso	157
Idioma	Español
Tema	<Pendiente de asignación>
EAN	9788499882284
PVP	14,00 €
PVP sen IVE	13,46 €

**9788499882284**