

Mindfulzen - La sonrisa del zen: Del Mindfulness al zen, de la incertidumbre a la serenidad en 4 pasos (Spanish Edition)

¿Qué significa y cómo se aplica eso tan traído y llevado de vivir en presente?

Esta es la pregunta clave a la que pretende dar respuesta este libro. Pero no apelando simplemente a un cambio de mentalidad (qué significa) sino aportando un método solvente (cómo se aplica) con más de 2500 años de garantía.

Gestión de las emociones, gestión del conflicto, gestión del cambio y liderazgo transpersonal, son los cuatro temas que abordamos de una manera sencilla, gradual y asequible para cualquier persona que se interese por el despertar a la épica de lo cotidiano, a la lucidez del Mindfulness y la luminosidad del zen.

Una lectura especialmente recomendada para todos aquellos que deseen asumir su particular proceso de transformación y cambio tomando decisiones desde la serenidad y armonía. Un libro trufado de decenas de anécdotas e historias, que nos ayudan a poner en contexto y a visualizar mejor lo que pretendemos transmitir. Y todo ello unido a una amplia bibliografía, ordenada por creciente densidad, por si alguien quiere profundizar más en alguno de los temas.

Mindfulzen - La sonrisa del zen: Del Mindfulness al zen, de la incertidumbre a la serenidad en 4 pasos (Spanish Edition) por Manuel Villa fue vendido por £3.28 cada copia. Contiene 186 el número de páginas.. Regístrese ahora para tener acceso a miles de libros disponibles para su descarga gratuita. El registro fue libre.

MINDFULZEN

La sonrisa del zen



*Del Mindfulness al zen,
de la incertidumbre a la serenidad en 4 pasos*

Manuel Villa

- Título del libro : Mindfulzen - La sonrisa del zen: Del Mindfulness al zen, de la incertidumbre a la serenidad en 4 pasos (Spanish Edition)
- Fecha de lanzamiento: March 1, 2017
- Número de páginas: 186 páginas
- Autor: Manuel Villa

Debido a un problema de derechos de autor, debes leer Mindfulzen - La sonrisa del zen: Del Mindfulness al zen, de la incertidumbre a la serenidad en 4 pasos (Spanish Edition) en línea. Puedes leer Mindfulzen - La sonrisa del zen: Del Mindfulness al zen, de la incertidumbre a la serenidad en 4 pasos (Spanish Edition) en línea usando el botón a continuación.

LEER ON-LINE

Libro

Un libro (del latín liber, libri) es una obra impresa, manuscrita o pintada en una serie de hojas de papel, pergamino, vitela u otro material, unidas por un lado (es ...