

TODO EMPIEZA CONTIGO



TURECKI, JILLIAN

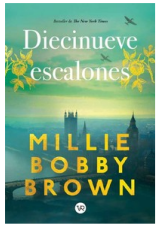
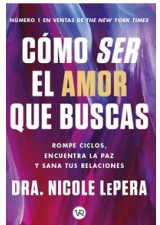
SINOPSIS

En Todo empieza contigo, Jillian comparte las nueve verdades esenciales que necesitamos integrar para sanar viejas heridas, dejar de repetir patrones dolorosos y abrirnos a la relación plena y consciente que merecemos: 1. Todo empieza contigo. 2. La mente es un campo de batalla. 3. El deseo no es lo mismo que el amor. 4. Tienes que amarte a ti mismo. 5. Debes hablar y decir la verdad. 6. Necesitas ser tu mejor versión (incluso después de la luna de miel). 7. No puedes convencer a alguien de que te ame. 8. Nadie vendrá a salvarte. 9. Debes hacer las paces con tus padres. Con un enfoque honesto, compasivo y práctico, este libro combina estrategias terapéuticas, técnicas somáticas, ejercicios de escritura y ejemplos reales para guiarte, paso a paso, hacia la autoaceptación. Un mapa para dejar de perseguir amores imposibles, recuperar tu poder personal y construir vínculos auténticos, seguros y duraderos. Porque el amor que buscas empieza, siempre, contigo. ...



Editorial	VR EUROPA
Materia	MENTE, CUERPO Y ESPIRITU
Colección	VR
EAN	9791387601409
Status	Disponible
Páginas	280
Tamaño	230x155x18 mm.
Peso	220
Precio (Imp. inc.)	19,95€
Fecha de lanzamiento	12/11/2025

Títulos relacionados

	DIECINUEVE ESCALONES BOBBY BROWN, MILLIE		COMEDIA ROMÁNTICA SITTENFELD, CURTIS		MÁS QUE UNA POSIBILIDAD YARROS, REBECCA		COMO SER EL AMOR QUE BUSCAS LEPERA, NICOLE
---	---	---	--	---	---	---	---