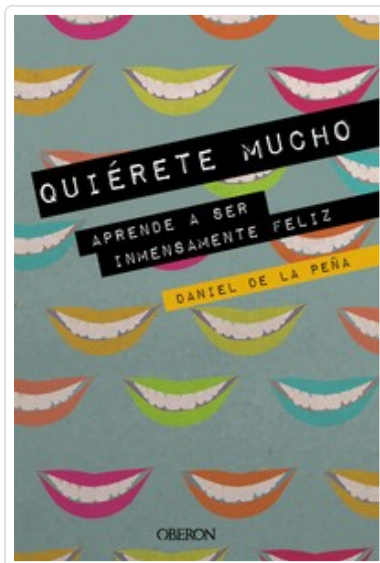


QUIERETE MUCHO. APRENDE A SER INMENSAMENTE FELIZ



DE LA PEÑA, DANIEL

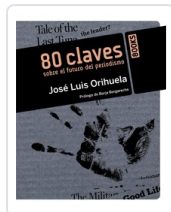
SINOPSIS

HAY ALGO M-S PODEROSO QUE LA MAGIA, ¡T+! Deja las excusas a un lado y dedícale a quererte, a disfrutar de lo que te rodea y a vivir en plenitud. Con esta maravillosa premisa, el autor nos anima a abrazar la felicidad y, lo más importante, a descubrir cómo se hace, basándose en su experiencia personal de cómo un día dejó de quererse, por culpa de un trastorno obsesivo compulsivo, y de cómo recuperó su amor y estima. Nos ofrece consejos, trucos, vivencias para aprender a predisponernos para ser felices, superar nuestros miedos, decir adiós a la culpa, aceptarnos y mimarnos, cuidar nuestra alimentación. Nos hace reflexionar y darnos cuenta de que ser feliz es una actitud. Además, conversa con grandes referentes del crecimiento personal como Rafael Santandreu, Laura Chica, Cristina Soria, Pilar Jerico, Silvia Congost, Javier Iriondo, Patricia Ramírez o María José Cabanillas Para que tu camino hacia el amor propio sea más gratificante. Sumérgete en este apasionante libro, desmonta antiguos mitos sobre el falso amor, la culpa, las expectativas y derriba todas las barreras que te pones para alcanzar la felicidad. Es el momento de que te quieras con tu mente, tu espíritu y tu cuerpo. AHORA es el momento de que te quieras mucho. LA FELICIDAD NO SUCEDE, NO VIENE Y VA. ¡LA FELICIDAD SE CREA! ...



Editorial	OBERON
Materia	<Genérica>
Colección	OBERON
EAN	9788441541450
Status	Disponible
Páginas	224
Tamaño	155x230x11 mm.
Peso	369
Precio (Imp. inc.)	15,95€
Fecha de lanzamiento	25/04/2019

Títulos relacionados



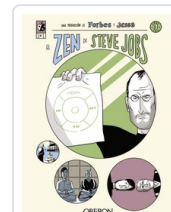
80 CLAVES SOBRE
EL FUTURO DEL
PERIODISMO
JOSE LUIS ORIHUELA



DIEZ AÑOS EN
GRAN HERMANO.
DIARIO DE UNA
GUIONISTA
GILDA SANTANA



2012. LOS
ENIGMAS DEL
APOCALIPSIS
MAYA
JAVIER PEREZ
CAMPOS



ZEN DE STEVE
JOBS
FORBES