

COMO SER FELIZ SIN INTENTARLO



KINSLOW, FRANK

SINOPSIS

Las personas felices son: más enérgicas y gustan más, son mejores en sus trabajos y ganan más dinero, tienen una autoestima más alta y una red más rica de amigos y además, tienen sistemas inmunes más resistentes que las hacen? ¡vivir más tiempo! Ante tales afirmaciones, ¿quién no desea ser feliz? La pregunta estaría entonces en saber cómo. Sin embargo, la ciencia ha demostrado que intentar ser feliz puede tener el efecto contrario: frustración, desilusión e incluso depresión. En este libro, Kinslow nos propone un modelo diferente de felicidad, lejos de fórmulas idealistas como la ley de la atracción y el pensamiento positivo. A través de Cómo ser feliz sin intentarlo, aprenderás a centrar tu atención en las expectativas reales de la existencia y la empatía entre personas. ...



Editorial	SIRIO
Materia	ALIMENTACION Y SALUD
Colección	LIBROS SIRIO
EAN	9788417399030
Status	Disponible
Páginas	240
Tamaño	210x135x mm.
Peso	332
Precio (Imp. inc.)	12,95€
Fecha de lanzamiento	27/08/2018

Títulos relacionados



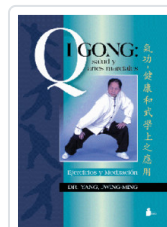
INTUICION COMO INSTRUMENTO SANACION
ALDEN, LAURA



CURAR EL CUERPO ELIMINAR DOLOR
SARNO, JOHN



RAIZ DEL CHI KUNG CHINO
YANG, JWING-MING



QIGONG SALUD Y ARTES MARCIALES
YANG, JWING-MING