

SEIS DIMENSIONES DE LA FELICIDAD. UNA GUÍA PARA VIVIR CON PLENITUD CADA DÍA



CASALS, MANUEL

SINOPSIS

¿CÓMO PODEMOS SER MÁS FELICES? Manuel Casals nos guía a través de las seis dimensiones esenciales del bienestar integral para ayudarnos a comprender y cultivar una felicidad auténtica y duradera. Con un enfoque claro, riguroso y profundamente humano, combina sabiduría ancestral y ciencia contemporánea para ofrecernos una visión completa y accesible de la felicidad. A través de experiencias personales, reflexiones y consejos prácticos, esta obra es, además de una herramienta valiosa para vivir con mayor equilibrio y alegría, una invitación a transformar la relación con nosotros mismos y con el mundo que nos rodea. «Casals nos recuerda que la felicidad es una práctica que dura toda la vida y que se desarrolla en múltiples dimensiones. Un libro para los que buscan un enfoque más sabio, amable y fundamentado para una buena vida». Tal Ben-Shahar, fundador de la Happiness Studies Academy...

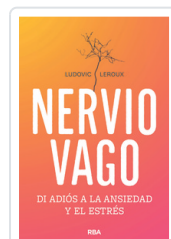


| | |
|----------------------|---------------------------------|
| Editorial | RBA |
| Materia | AUTOAYUDA Y DESARROLLO PERSONAL |
| Colección | RBA |
| EAN | 9788411326414 |
| Status | Disponible |
| Páginas | 352 |
| Tamaño | 213x140x20 mm. |
| Peso | 200 |
| Precio (Imp. inc.) | 20,90€ |
| Fecha de lanzamiento | 10/04/2026 |

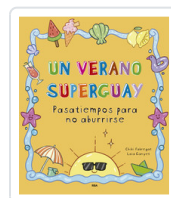
Títulos relacionados



500 PROBLEMAS DE AJEDREZ
ILLESCAS CORDOBA, MIGUEL



NERVIO VAGO. DI ADIÓS A LA ANSIEDAD Y AL ESTRES
LEROUX, LUDOVIC



UN VERANO SUPERGUAY. PASATIEMPOS PARA NO ABURRIRSE
FABREGAT, CHIKI



JULIE CHAN ESTA MUERTA O ESO QUIERE QUE PIENSES
ZHANG, LIANN