ARTE DE VER LO QUE TE RODEA, EL



WALKER, ROB

SINOPSIS

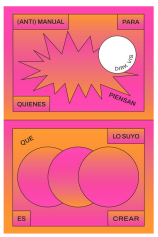
Vivimos rodeados de interrupciones: pantallas, notificaciones, mensajes, estímulos constantes… Frente al ruido y la dispersión, El arte de ver lo que te rodea propone recuperar la atención a través de 131 ejercicios sencillos. El objetivo es observar mejor, desacelerar y volver a conectar con lo esencial. No se trata de acumular experiencias extraordinarias, sino de descubrir lo que ya está ahí....

Editorial	MENGUANTES
Materia	PROSA: NO FICCION
Colección	MENGUANTES
EAN	9788412827798
Status	Disponible
Páginas	256
Peso	1
Precio (Imp. inc.)	17,00€
Fecha de lanzamiento	03/09/2026

Títulos relacionados



ESCONDITES. COMO DESAPARECER SIN DESAPARECER DEL TODO
MARTINEZ, FRANCISCO



(ANTI)MANUAL PARA QUIENES PIENSAN QUE LO SUYO ES CREAR
VIS, DIRK



BESTIARIO DEL ANTROPOCENO
AA.VV