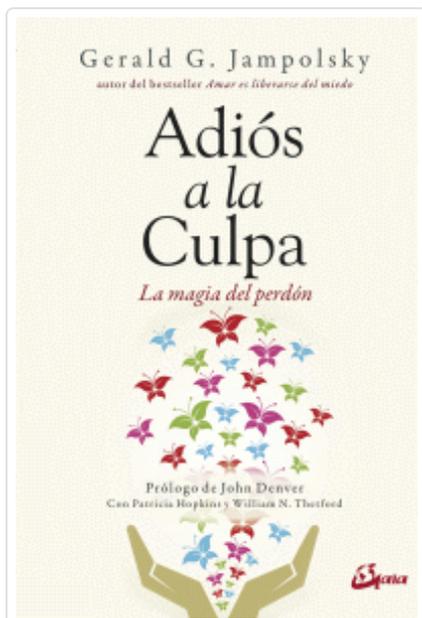


ADIOS A LA CULPA



JAMPOLSKY, GERALD G.

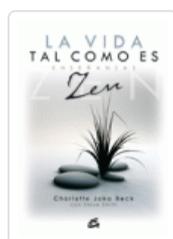
SINOPSIS

En este mundo tan lleno de ansiedad y estrés, casi todos actuamos a partir de complejas expectativas sobre lo que deberíamos lograr, la manera en que tendríamos que actuar y el trato que deberíamos recibir de los demás. Como resultado, acabamos convertidos en víctimas de la culpa y el miedo: la culpa de no haber alcanzado determinados objetivos en el pasado y el temor a no conseguirlos en el futuro. Inevitablemente, estas emociones negativas causan estragos en nuestras relaciones y dañan nuestra autoestima y paz mental. +Qué pasaría, entonces, si soltáramos el miedo y la culpa? La transformación podría resultar milagrosa. El secreto reside en mantener una percepción sana y veraz de nosotros mismos, y con ese objetivo Adiós a la culpa propone catorce lecciones que explican: ? Cómo acallar al ego, que genera miedo y culpa. ? Cómo recibir y dar amor verdadero. ? Cómo dejar de juzgar a los demás y, en consecuencia, dejar de juzgarnos a nosotros mismos. ? Cómo escuchar nuestra voz interior para recibir apoyo y guía. ? Cómo perdonar a otras personas de modo que la soledad y la separación se transformen en meras ilusiones del pasado. ...

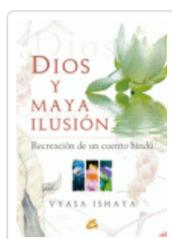


Editorial	GAIA
Materia	AUTOAYUDA Y SUPERACION
Colección	SIN COLECCION
EAN	9788484457398
Status	Disponible
Páginas	288
Tamaño	145x15 mm.
Peso	375
Precio (Imp. inc.)	14,00€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	22/11/2018

Títulos relacionados



VIDA TAL COMO ES, LA



DIOS Y MAYA ILUSION



KARUNA REIKI : HACIA EL PROCESO DE REALIZACION DEL SER
JIMENEZ SOLANA



MEDITACION AUTENTICA