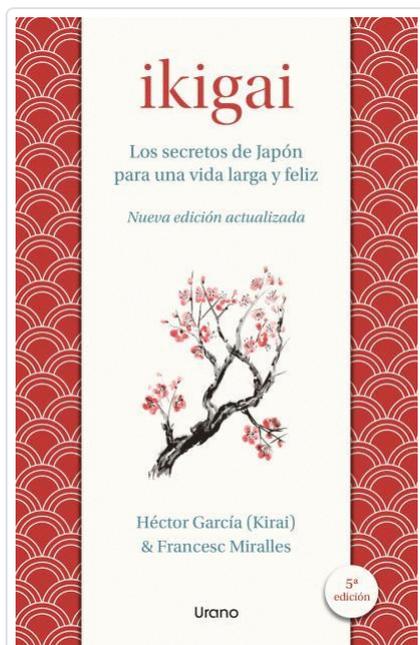


IKIGAI



Miralles, Francesc ; García, Héctor

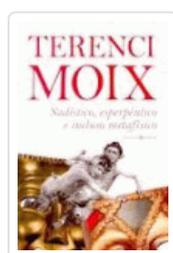
SINOPSIS

Según los japoneses, todo el mundo tiene un ikigai, un motivo para existir. Algunos lo han encontrado y son conscientes de su ikigai, otros lo llevan dentro, pero todavía lo están buscando. Este es uno de los secretos para una vida larga, joven y feliz como la que llevan los habitantes de Okinawa, la isla más longeva del mundo. El proyecto de este libro surgió uniendo la experiencia en cultura japonesa de Héctor García (autor de Un Geek en Japón), que lleva doce años viviendo en Japón, con el arte escribiendo de Francesc Miralles (autor de decenas de libros y novelas y especialista en psicología). Para escribir la obra, los dos autores fueron recibidos por el alcalde de Ogimi (Okinawa), una localidad del norte de Japón con el mayor índice de longevidad del mundo, y tuvieron acceso a entrevistar a más de un centenar de sus habitantes. En esta nueva edición de este ya clásico del crecimiento personal, los autores nos regalan un prólogo en el que reflexionan sobre todas las experiencias que han vivido desde la publicación de la primera edición de Ikigai en 2016. Tener un ikigai claro y definido, una gran pasión, es algo que da satisfacción, felicidad y significado a la vida. La misión de este libro es ayudarte a encontrarlo, además de descubrir muchas claves de la filosofía japonesa para una larga salud del cuerpo, la mente y el espíritu.. Una obra que nos acerca los secretos de los centenarios japoneses para una vida saludable y feliz.. Ofrece herramientas prácticas para que el lector descubra su particular ikigai, su razón de ser. ...



Editorial	URANO
Materia	<Genérica>
Colección	SIN COLECCION
EAN	9788418714078
Status	Disponible
Páginas	208
Tamaño	213x135x mm.
Peso	268
Precio (Imp. inc.)	11,00€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	28/04/2025

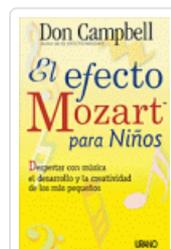
Títulos relacionados



SADISTICO, ESPERPENTICO E INCLUSO METAFISICO
MOIX, TERENCI



SECRETO DE CHANEL Nº5, EL MAZZEO, TILAR J



EFECTO MOZART PARA NIÑOS, EL DON CAMPBELL



COACHING. HERRAMIENTAS PARA EL CAMBIO
DILTS, ROBERT