NO HAGAS MONTAÑAS DE GRANOS DE ARENA (Y TODO SON GRANOS DE ARENA)

Editorial	GRIJALBO
Materia	AUTOAYUDA Y SUPERACION
EAN	9788425367250
Status	Disponible
Páginas	336
Tamaño	214x141x23 mm.
Peso	382
Precio (Imp. inc.)	20,90€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	13/03/2024

Santandreu, Rafael

SINOPSIS

Por el autor del best seller El arte de no amargarse la vida. La terapia que ha transformado a millones de personas. Una nueva mentalidad que hará que te sientas cada día más contento, que no te enfades por pequeñeces y que goces de una gran autoestima. Este libro incluye capítulos especiales para:- Combatir el sobrepeso con facilidad.
- Conquistar el éxito en lo que te propongas.
- Resolver los conflictos de pareja.
- Superar la muerte de un ser querido.Reseñas:
«Un libro eficaz y profundo, basado en evidencia científica».
Dr. Luis Miguel Martín, psiquiatra, Hospital del Mar (Barcelona) «Si lo lees, quizá sientas que hay más caminos que los que tú creías».
Manolo García, músico y excomponente de El Último de la Fila...