

SEIS DIMENSIONES DE LA FELICIDAD, LAS

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	VARIOS RBA
Materia	[VSPM] AFIRMACIÓN PERSONAL, MOTIVACIÓN, AUTOESTIMA Y ACTITUD MENTAL POSITIVA
EAN	9788411326414
Status	Disponible
Páginas	352
Tamaño	213x140x20 mm.
Peso	200
Precio (Imp. inc.)	20,90€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	08/04/2026