

## ENTRENAMIENTO MENTAL

LA TAREA CONSISTE EN HACER DE  
NUESTRA VIDA UNA OBRA DE ARTE

Tepperwein, Kurt

Editorial: Océano-Ambar

ISBN: 9788475562346

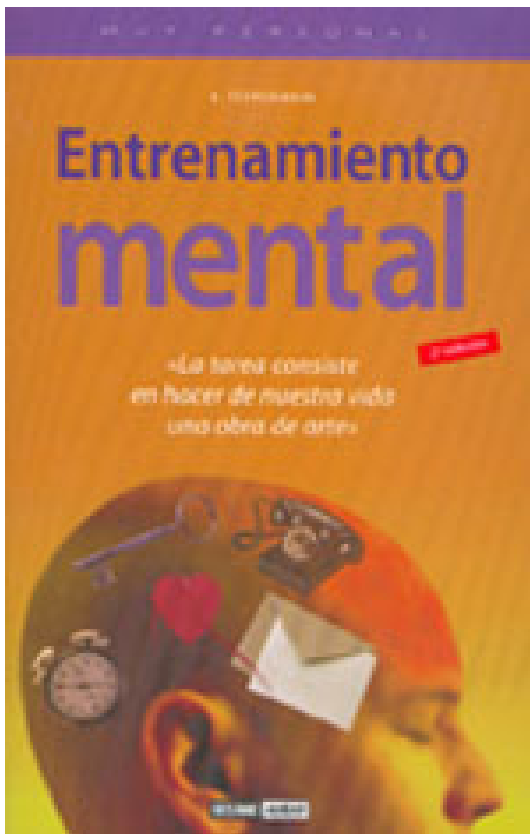
Páginas: 184

Dimensiones: 13,5 X 21

Encuadernación: Rústica

PVP.: 11,85 €

Coleccion: Muy personal / Relaciones



### SINOPSIS

Tener el destino en nuestras manos significa que todas nuestras aspiraciones, esperanzas y sueños se van haciendo realidad, uno a uno. Como se sabe, no somos conscientes del potencial que encierra nuestra mente y nos limitamos a utilizar una pequeña parte de las enormes posibilidades que nos ofrece.

Lo que podría considerarse una utopía, ver nuestros sueños convertidos en realidad, es más fácil de conseguir de lo que pensamos. Sólo se necesita practicar.

En vez de limitarnos a desear lo que no tenemos y anclarnos en frustraciones e infelicidad, podemos cambiar, colmando todas las aspiraciones personales, con la práctica del entrenamiento mental:

- Elimine sentimientos de culpa y corrija errores
- Estudie sus verdaderos deseos y determine el más importante
- Concentre toda su energía y controle su pensamiento con conciencia creativa
- Practique los ocho pasos del entrenamiento mental y cumpla sus sueños. En sus manos tiene el método para conseguir que, una tras otra, sus aspiraciones se hagan realidad.