

NOVEDAD

VIVIR CON SERENIDAD

GUÍA SUGERIDA PARA ALCANZAR LA PAZ INTERIOR

GRACIA MENDOZA BOLIO



Vivir con serenidad

Guía sugerida para alcanzar la paz interior
Gracia

Editorial: Alas

ISBN: 9788420307039

Páginas: 158

Dimensiones: 15 x 21 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 16,00 €

SINOPSIS

GUÍA SUGERIDA PARA ALCANZAR LA PAZ INTERIOR Si quieres mejorar tus relaciones, manejar tus emociones de forma saludable, asumir tus responsabilidades y liberarte de las que no te corresponden, dejar atrás resentimientos, lograr tus metas y sueños, esta guía te proporciona las herramientas.

En estas páginas, la autora nos sugiere vivir en un estado permanente de serenidad y nos comparte lo que ella llama sus “frutos”; su aprendizaje de vida, conocimientos, reflexiones y testimonios de personas que a lo largo de su carrera como docente, investigadora y conferenciante han sido claves para su despertar a la conciencia.

Inspirada por las emotivas reflexiones de los internos de un Centro Penitenciario, quienes participaron en el Diplomado en Desarrollo Humano que ella impartió de manera voluntaria y cuyas palabras sobre esta experiencia espiritual aparecen en el capítulo final, aportando una perspectiva diferente de la vida. Un libro que te impulsa a vivir desde el amor y la gratitud para alcanzar una vida plena. Esta guía sugerida para alcanzar la paz interior te ayudará a cambiar tu vida para siempre