



ISTHAR

Libros, cursos y eventos con Estrella

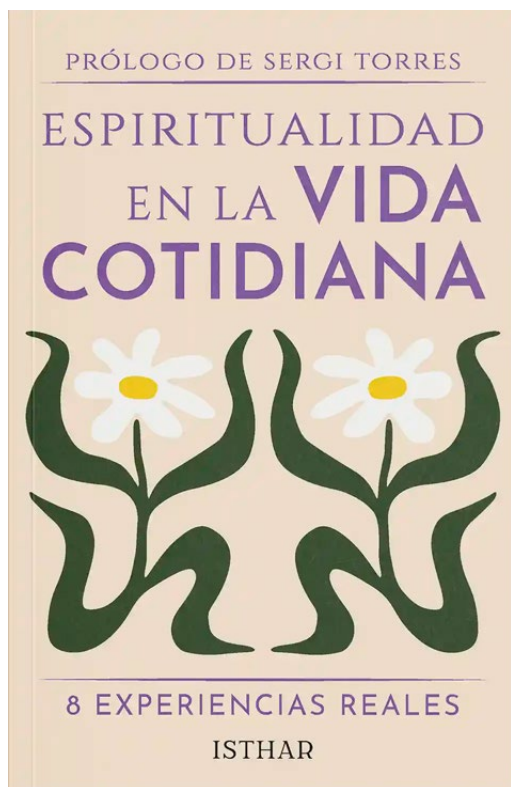
AUTOAYUDA, CRECIMIENTO PERSONAL
SEPTIEMBRE 2024

“Un libro para encontrar el sentido a lo que te pasa. A través de 8 experiencias reales, este libro te guía hacia una mente más abierta, arrojando luz y ofreciendo una mirada espiritual al quehacer cotidiano”.

COAUTORÍA 9 AUTORES

Mar Perales, Irene López Peña, Gastón Insua, Ana Sánchez Rincón, Álex Maroto, Leslye Rendón, Angélica Vargas León, Mercedes Sendra Fornés, Sergio Asensio Martínez de San Vicente.

El libro está compuesto por un prólogo y 8 capítulos. El primero nos muestra que vivimos entre milagros y nos habla de ellos, el segundo introduce al lector en el mundo de la espiritualidad en una manera atractiva, sugerente y con un toque de humor, el tercero comparte la experiencia de llegar a la espiritualidad desde la enfermedad y la complementa desde la visión de la psicología al mostrar cómo la fuente para encontrar el sentido a lo que vivimos está en el interior de cada uno de nosotros. Luego, el cuarto nos hace reflexionar conscientemente sobre la importancia del cuerpo, y en el quinto aprenderemos a abrazar el mal. El sexto nos hará viajar y a crecer espiritualmente desde una cultura diferente. En el séptimo seremos guiados hacia la importancia de la aceptación y el perdón. En el último capítulo volvemos a la esencia de lo que somos.



Título libro: Espiritualidad en la vida cotidiana
Subtítulo: 8 experiencias reales
Autores: Coautoría de 9 autores
ISBN: 978-84-19619-71-6
Encuadernación: Rústica

Nº de páginas: 220 aprox.
Tamaño: 14x21,5cm
PVP: 15,95 €
P. sin IVA: 15,34€
Categoría: B
IBIC: VS; VX: VSPM

CLAVES DE VENTA

1 — Según un estudio realizado por la OMS, el estrés laboral y la falta de equilibrio entre trabajo y vida personal cuestan a la economía global alrededor de **300 mil millones de dólares** al año en pérdida de productividad. **Desacelerar el ritmo de vida** cotidiano se ha convertido en un imperativo para toda persona.

2 — *Espiritualidad en la vida cotidiana* nace de esta necesidad de cada uno de los autores, que como el resto de miles de personas, buscan hoy día también encontrar ese sentido y ese ritmo más humano, más acorde con su realidad interior, y menos condicionado por las exigencias de la economía y la sociedad.

3 — Este libro provee las **herramientas necesarias** para que el lector reconozca los posibles caminos de búsqueda espiritual, las opciones que tiene en su propio interior para tener una vida más integral, con un mayor equilibrio entre las exigencias de lo externo y el propósito que le inspira desde el alma. Cada capítulo viene acompañado con un “A propósito de...” que facilitará al lector el recorrido, ayudándole a experimentar la lectura como una vivencia y aportándole valor en su vida y en su propia búsqueda espiritual.

TAGS

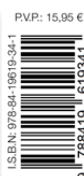
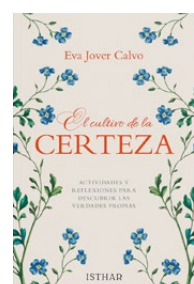
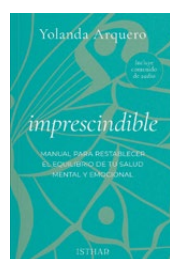
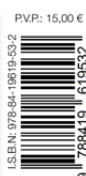
ESPIRITUALIDAD, AUTOAYUDA, DESARROLLO PERSONAL, SUPERACIÓN PERSONAL, MENTE, CUERPO, ESPÍRITU, DESARROLLO ESPIRITUAL



SINOPSIS

¿Estamos viviendo actualmente un resurgir espiritual, el despertar de una consciencia colectiva? ¿Percibimos una incesante llamada a lo más profundo y auténtico de cada uno de nosotros? Precisamente de su escucha nace esta obra coral. Espiritualidad en la vida cotidiana, tal como lo indica su título, es una obra dirigida a un público amplio que aborda la presencia de la espiritualidad en las rutinas cotidianas. Este libro no se enfoca en aspectos intelectuales sobre temas espirituales, sino que a través del pulso de nueve corazones y ocho experiencias reales busca expandir la mente, iluminar y brindar una perspectiva espiritual a las actividades diarias. Es una lectura que te ayudará a encontrar significado en tus vivencias.

LIBROS SIMILARES



www.isthar.org