

image not found or type unknown



Cuaderno práctico de ejercicios para meditar a diario

Fecha de publicación:

26/06/2018

Antonio Francisco Rodríguez Esteban

Sello Editorial:

Zenith

Un nuevo libro de la colección PsicoPrácticos con ejercicios muy sencillos para meditar en cualquier parte.

Contacto de prensa

Este nuevo título de la colección PsicoPrácticos nos propone una serie de ejercicios sencillos para meditar en cualquier parte: meditaciones para el autobús, para la oficina, para la playa... cualquier momento es bueno para dedicarle a esta práctica que te ayudará a equilibrar tu interior.

Nombre: Paloma
Cordón

¡Porque un pequeño cambio puede ser el primer paso hacia una vida mucho más placentera y feliz!

Teléfono: 93 492 86
33

Email:

pcordon@planeta.es

Antonio Francisco Rodríguez Esteban

Antonio F. Rodríguez es licenciado en Ciencias de la Información por la Universidad de Málaga y diplomado en Comunicación. Ha trabajado como coordinador y curador de textos para muchos libros sobre espiritualidad y mindfulness y se dedica a la traducción para editoriales como Paidós, Oniro, Kairós y Océano, entre otras..