

image not found or type unknown



Cuaderno práctico de ejercicios para vivir con verdadera calma interior

Fecha de publicación:

15/11/2018

Antonio Francisco Rodríguez Esteban

Sello Editorial:

Zenith

Una edición DE LUJO que reúne lo mejor de los tres PsicoPrácticos más zen de la colección, además de incorporar ejercicios y conceptos nuevos.

Contacto de prensa

Este *Cuaderno de ejercicios para vivir con verdadera calma interior* te propone una serie de ejercicios sencillos que te permitirán aprender las mejores técnicas para conseguir equilibrar tu interior, tomarte la vida con calma y vivir de manera mucho más armoniosa.

Nombre: Paloma

Cordón

¡Porque a veces un pequeño cambio conlleva a 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..