

image not found or type unknown



# Quiero paz

## Paz Calap

### Fecha de publicación:

09/04/2019

¿Te sobra estrés y te falta paz?

### Sello Editorial:

Alienta Editorial

## Contacto de prensa

**Nombre:** María José Bertrán

Cuando tu mente está en calma tu energía interna despierta y te guía en tu camino hacia el bienestar y la felicidad. Es desde esa calma mental cuando puedes vivir en paz contigo mismo y con los demás, y así, alcanzar tus deseos y tus sueños. *Quiero paz* es un sencillo método con claves y ejercicios que, en tan sólo ocho semanas, te ayudará a conocer y a entrenar tu mente para calmarla y despertar su poder.

Además de los consejos y herramientas propuestos por la autora, este libro incorpora vídeos con las claves de cada capítulo, audios con meditaciones y visualizaciones. Estos vídeos te acompañarán a lo largo de todo el proceso, ayudándote a reprogramar tu mente y a elevar tu consciencia.

**Teléfono:** 93 492 82 03

Embárcate en una experiencia maravillosa que cambiará tu vida para siempre: tienes en tus manos una guía para alcanzar la felicidad.

### Email:

mjbertran@planeta.es

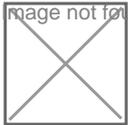
**Nombre:** Alba Ríos

**Teléfono:** 93 492 86 58

### Email:

arioss@planeta.es

image not found or type unknown



## Paz Calap

**Paz Calap** es experta en *mindfulness*, máster en PNL e hipnoterapeuta.

Creadora de una de las primeras escuelas online de desarrollo personal en España, cuenta con miles de alumnos hispanoparlantes de todo el mundo, a quienes acompaña hacia su bienestar mental, emocional y físico, y su conexión espiritual.

Guía de retiros y talleres presenciales desde hace más de diez años, es también conferenciante y profesora universitaria. Es asimismo creadora del podcast «Medita con Paz», líder de audiencia en su categoría en España y varios países latinoamericanos.

Madre de dos hijos, solidaria y deportista polifacética, ha practicado triatlón y ha realizado una Ironman, una de las pruebas atléticas más exigentes del mundo. Siente que la vida es un viaje espiritual y un camino de milagros y que despertar la consciencia es la clave para hacer que los milagros se manifiesten.

También es autora de tres libros de autoconocimiento y desarrollo personal, entre los que destaca *Quiero paz* (Alienta, 2019).