



## **E de emociones**

Castillejo Barrera, Antonio

**LOS LIBROS DE LOLA**

**Materia:** NARRATIVA

**Colección:** SIN COLECCION

**Encuadernación:** RUSTICA

**PVP:** 15.00 €

**EAN:** 9788494814006

**Páginas:** 146

**Tamaño:** 150x230 mm.




---

*No es recomendable devorar este libro ya que se trata de un recopilatorio de simples experiencias vividas que te acercaran a entender la complejidad emocional que deriva de un pensamiento profundo.*

- Pensamiento positivo / técnicas de motivación
- Desarrollo personal a partir de vivencias reales

## **Sinopsis**

---

e de emociones es un recopilatorio de experiencias que nos introducen en el pensamiento profundo. A través de la percepción emocional de situaciones cotidianas, facilita el descubrimiento de nuestro «yo» más esencial, al tiempo que nos anima a descubrir nuestra verdadera pasión. A través de historias cotidianas, el autor te muestra que la creatividad no es únicamente innovación y complejidad, la mejora personal también se consigue tras aplicar sencillez, observando, reflexionando y conociendo a fondo tus emociones, hasta descubrir lo realmente importante, lo esencial.

### **Toni Castillejo**



Profesional del sector financiero, dentro del área de RRHH, inició sus estudios en la Universidad de Barcelona en el área de Biología al tiempo que se iniciaba en el área laboral como contable, lo que derivó a su entrada y posterior formación en la Facultad de Ciencias Económicas de la UB y consolidación en el sector financiero como Director de Oficina.