

PON MAGIA EN TU VIDA

BENVENUTI, ELENA/ CIGOLINI, LAURA

EIFIS

Materia: AUTOAYUDA
Colección: SIN COLECCION
Encuadernación: RUSTICA
PVP: 19.00 €
EAN: 9788875173845
Páginas: 256
Tamaño: 160x220 mm.

Una herramienta fácil y útil para organizar tu día a día de la mejor manera posible y dar siempre lo mejor de ti, gracias a la energía diferente de cada jornada.

- Nuevo y original, un planificador diario lleno de consejos, técnicas y e inspiraciones.
- Inspirado en un curso que ha ayudado a muchas personas a elegir y mantener una dirección en sus vidas, esta herramienta ha sido la compañera diaria para controlar el progreso, comprender la resistencia y los puntos fuertes de cada alumno.
- Cada día podrás comprender cómo aprovechar al máximo las energías particulares y influencias astrales gracias a los símbolos mostrados y a la leyenda sencilla y fácil de consultar.
- Un recurso ideal para crear nuevos buenos hábitos y mantenerlos en el tiempo.

Sinopsis

Planifica tus días de la mejor forma posible con esta herramienta imprescindible para organizar tu vida en armonía con tus deseos, valores y propósitos. Si haces tus ejercicios de respiración, meditas, aplicas algunos principios del Feng Shui, desarrollas buenos hábitos, practicas el perdón? y todavía sientes que tu vida no ha cambiado, entonces esta agenda es para ti. Purificar, recargar y actuar serán los tres pilares que generarán verdaderos cambios en tu vida. ¡Cambios reales y positivos! Cada camino, cada transformación, necesita tiempo y perseverancia. En este planificador diario podrás hacer un seguimiento de los cambios que vas introduciendo en tu vida, así como introducir y mantener nuevos hábitos positivos y organizar sabiamente tu día a día para que tus jornadas se llenen de energía. Además, aprenderás muchas técnicas que facilitarán tu camino hacia aquellos objetivos que te has propuesto.

Elena Benvenuti



Es psicóloga, periodista, directora editorial de EIFIS Ediciones, coordinadora de la revista Energie y escritora. Discípula directa de Master Choa Kok Sui, es apasionada y gran conocedora de las filosofías orientales y la meditación. Especializada en desarrollo personal y de pareja con un acercamiento holístico que integra siempre el bienestar entre cuerpo, mente y espíritu, es también profesora de la Escuela de Formación PHYL® - Loretta Zanuccoli Yoga System. Es autora de varios libros sobre superación personal y meditación, entre ellos cabe destacar 3 Minutos al día, Yo también Medito y Yo también hago yoga, estos últimos dos dirigidos a los más pequeños de la casa para que aprendan el buen hábito de la meditación y del yoga desde la infancia.