



**La vida en 5 minutos: Enseñanzas para vivir mejor**

Bevoine, Julio

**KAILAS**

**Materia:** PSICOLOGIA

**Colección:** NO FICCION

**Encuadernación:** LIBRO EN OTRO FORMATO

**PVP:** 16.90 €

**EAN:** 9788417248109

**Páginas:** 176

**Tamaño:** 150x230 mm.



**Sinopsis**

Una invitación a dedicar cinco minutos para volver a nosotros, a detenernos y reflexionar sobre nuestra vida de otra manera, a conectarnos con lo que sucede en el plano invisible de las emociones. Nos lleva, poco a poco, de la mente al corazón. Desde el origen de los tiempos, los seres humanos hemos mirado hacia fuera. Sabemos bastante del mundo que nos rodea, pero muy poco de nosotros, nuestra personalidad, nuestro propósito en el mundo y nuestra esencia. La vida en 5 minutos posee un formato breve, con artículos cortos pero precisos que permiten volver al mundo de la lectura sin alterar el resto de tu día. La estructura del libro está diseñada para reconocer tu presencia como ser reflexivo en situaciones comunes diarias y, por tanto, de tu vida. Una nueva manera de construir y transformar las relaciones con tu entorno (pareja, familia, amigos) y, sobre todo, contigo mismo. «Imaginarlo para sentirlo, sentirlo para vivirlo. Y vivirlo para disfrutarlo».

**Julio Bevione**



Julio Bevione (Argentina, 1972) es comunicador y autor de once libros de temáticas espirituales. Aunque nunca hubo un episodio que marcara su búsqueda, asegura que desde siempre tuvo un deseo de respuestas del comportamiento humano, la búsqueda de la felicidad y la paz interior. Desde 1997 reside en Estados Unidos, actualmente en la ciudad de Nueva York.