



EDITORIAL  
SIRIO

Crecimiento  
Interior/Psicología

## DESPERTAR LA SABIDURÍA DEL CORAZÓN

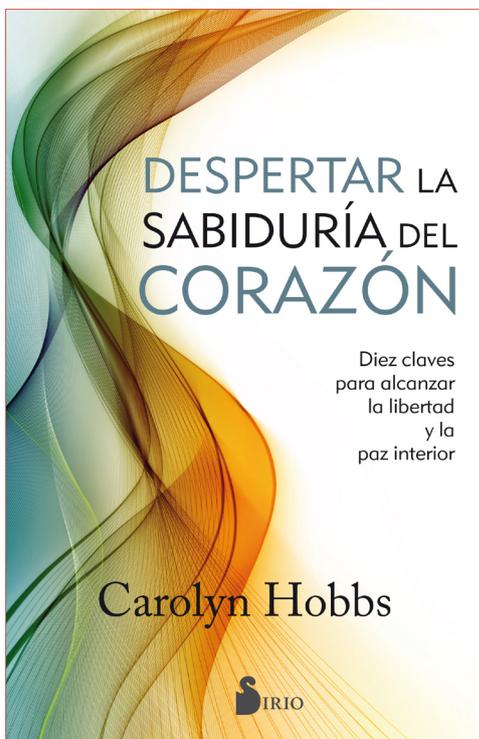


### La autora

Carolyn Hobbs es terapeuta matrimonial y de familias y tiene un máster en psicología humanista. Cuenta con 30 años de experiencia con pacientes. Su método, que se basa en sus estudios de bioenergética, en el trabajo y la respiración de Feldenkrais y en el budismo, combina sus dos pasiones (la sabiduría de la meditación budista y la terapia centrada en el cuerpo)

Más información:

[www.carolyn-hobbs.com](http://www.carolyn-hobbs.com)



TÍTULO: Despertar la sabiduría del Corazón  
AUTOR: Carolyn Hobbs  
PVP: .12,95 €  
P. SIN IVA: 12,45 €  
FECHA: Enero 2017

Nº PÁGS: 356  
RÚSTICA  
15 x 23 cm  
PESO: 530 g.  
MATERIA: JMS  
ISBN: 9788416579792



### Descripción

Nuestro corazón ya tiene todas las características de la persona que queremos ser en el mundo. Es confiado, curioso, consciente, ingenioso, compasivo, amable, agradecido, indulgente, veraz y pacífico. Solo tenemos que aprender a escucharlo profundamente por encima de los gritos de nuestro ego y los clamores de nuestras preocupaciones.

Carolyn Hobbs se inspira en sus 30 años de experiencia como terapeuta y en su práctica espiritual para presentar una verdad liberadora: cada uno de nosotros tiene el poder de liberarnos del miedo, de traumas pasados, de nuestros hábitos arraigados de desconfianza y actitud defensiva.

Cada capítulo de este libro pragmático se centra en un solo poder de nuestro corazón y contiene ejemplos ilustrativos de la vida real. Sea cual sea tu religión podrás usar las herramientas de este libro para encontrar la libertad y la paz interior.

CLAVES  
DE VENTA

- ✓ Combina la sabiduría de la meditación budista con la terapia corporal.
- ✓ Cada capítulo contiene herramientas para la liberación interior: Para autoabastecernos, para la compasión, el perdón, la bondad, la gratitud y el reconocimiento, la honestidad y la integridad, la paz interior...

### Libros relacionados

