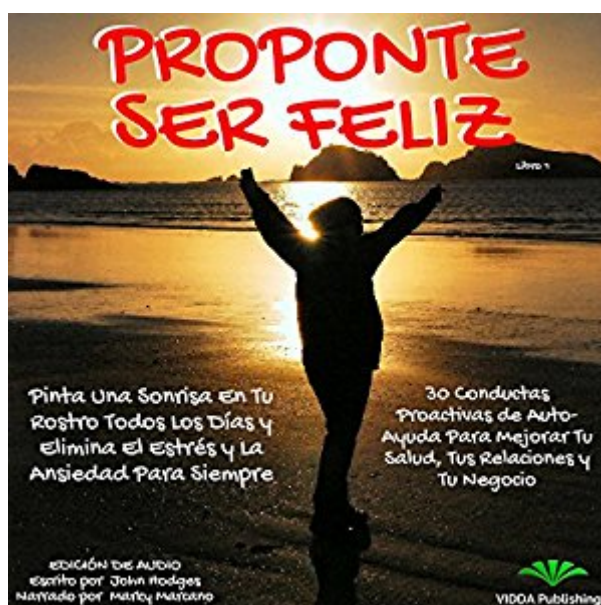


The book was found

Proponte Ser Feliz: Pinta Una Sonrisa En Tu Rostro Todos Los Días Y Elimina El Estrés Y La Ansiedad Para Siempre. 30 Conductas Proactivas De Autoayuda (Guía De Vida, N  o)



Synopsis

¿Te haces algunas de estas preguntas?: ¿Por qué no soy feliz? ¿Puedo hacer algo constructivo para cambiar cómo me siento? ¿Afecta mi estado de ánimo a mi familia y mis amigos? ¿Afecta mi estado de ánimo a mi relación y mi trabajo? ¿Qué puedo hacer al respecto si no quiero pastillas y medicamentos? Lo que descubrirás mediante la lectura de este libro: Nuestro estado de salud emocional puede verse afectado por las cosas más simples de nuestra vida. Esto puede conducir a una espiral de pensamientos negativos sobre nosotros mismos y nuestra relación con los demás. La depresión y la ansiedad son problemas muy comunes, diagnosticados con demasiada facilidad por un "profesional médico" y después tratado con medicamentos muy potentes y adictivos. ¿Y si hubiera otra manera más sencilla de resolver tu depresión? Este libro no sólo te dará algunas sugerencias sobre resolución de conflictos y relaciones, sino que también hablará de cómo la mente puede ser afectada por la nutrición, el medio ambiente y lo más importante TU manifestación de la realidad. En este libro encontrarás 30 ejercicios sencillos, tanto mentales como físicos que cambiarán dramáticamente cómo te percibes a ti mismo/a y a quienes te rodean. No desperdices más vida. Se lo mejor que puedes ser. Se la persona con quien todo el mundo quiere pasar un rato, el centro de la familia y amigos y un placer con quien trabajar. Disfruta de tu vida. Ten éxito en el amor, la familia y el trabajo. Tu tienes todas las respuestas dentro de ti. Proponte ser feliz a partir de hoy. Please note: This audiobook is in Spanish.

Book Information

Audible Audio Edition

Listening Length: 2 hours and 34 minutes

Program Type: Audiobook

Version: Unabridged

Publisher: VIDDA Publishing

Audible.com Release Date: August 4, 2016

Language: Spanish

ASIN: B01JMCNBEI

Best Sellers Rank: #111 in Books > Libros en español > Religión y espiritualidad > Espiritualidad > Transformación Personal #221 in Books > Libros en español > Salud, mente y cuerpo > Auto-Ayuda > Motivacional #270 in Books > Libros en español > Salud,

Customer Reviews

Te hara reflexionar sobre lo que es verdaderamente importante en tu vida. Este libro me ha recordado que adoptar una forma de ser mas feliz puede ser tan simple como cambiar nuestros habitos diarios y actitudes. Me siento motivado para empezar a implementar nuevas practicas en mi vida.

[Download to continue reading...](#)

Proponte Ser Feliz: Pinta Una Sonrisa En Tu Rostro Todos Los Días y Elimina El Estrés y La Ansiedad Para Siempre. 30 Conductas Proactivas de Autoayuda (Guía de Vida, nº 1)

Basta de Ansiedad - Controla, Reduce y Elimina para SIEMPRE la Ansiedad de tu Vida: (ataques de panico, salud mental y depresion) (Spanish Edition) Coaching para una vida feliz: Coaching para una vida feliz (Spanish Edition) Dios puso una sonrisa sobre su rostro (Spanish Edition) Los Imanes que Salvaron mi Vida: Una Guia Holistica para Una Vida Optima (Spanish Edition) Guia Metafisica para Ser Feliz (Coleccion Metafisica Saint Germain) (Spanish Edition) Historia Antigua De Los Egipcios, de Los Asirios, De Los Babilonios, De Los Medos Y De Los Persas, De Los Macedonios, De Los Griegos, De Los Cartagineses Y De Los Romanos... (Spanish Edition) Los 7 hábitos de los niños felices: ¿Visita a la pandilla de Los 7 Robles y descubre cómo cada niño puede ser un niño feliz! (Spanish Edition) Actividades de aprendizaje para los infantes y los niños hasta los tres años: Una guía para uso cotidiano (Creating Child-Centered Classrooms) (Spanish Edition) NATACION PARA TODOS. Una guía para nadar mejor de lo que nunca habías imaginado (Spanish Edition) Sé un adolescente feliz (Alamah Autoayuda) (Spanish Edition) Historia Antigua de Los Egipcios, de Los Asirios, de Los Babilonios, de Los Medos y de Los Persas, de Los Macedonios, de Los Griegos, de Los Cartagine (Spanish Edition) GUIA COMPLETA De FISICOCULTURISMO PARA ESCULPIR TU CUERPO: 60 DIAS PARA QUEMAR GRASAS y REDISENARTE COMPLETAMENTE (Spanish Edition) Los 7 pasos para ser más feliz: Cómo liberarte del estrés, las preocupaciones y las angustias del pasado (Spanish Edition) Por una sonrisa, un beso / For a smile, a kiss: El Clan De Los Naufragos / the Clan of the Shipwrecked (Spanish Edition) Dias Y Dias De Poesia (Cassette and Book) (Spanish Edition) Dias Y Dias De Poesia / Song Tapes Alivio De Parrocos O Pláticas Familiares Adecuadas Para Los Pueblos: Dos Para Cada Dominica, Y Ademas Para Todos Los Misterios Del Señor, Festividades ... De Guardarlas, Volume 1... (Spanish Edition) Alivio De Parrocos O Pláticas Familiares Adecuadas Para Los Pueblos: Dos Para Cada Dominica, Y Ademas Para Todos Los

Misterios Del SeÃfÂ or, Festividades ... De Guardarlas, Volume 2 (Spanish Edition)

AlimentaciÃfÂ n Ayurveda. Para una vida sana, plena y feliz (Spanish Edition)

[Contact Us](#)

[DMCA](#)

[Privacy](#)

[FAQ & Help](#)