

Armar con acierto nuestro puzle interno. Y entender la mente para vivir sin sufr



Enrique Martínez Lozano

SINOPSIS

¿Armonía o neurosis?, ¿unificación o fractura?, ¿amor o narcisismo?, ¿plenitud o vacío?, ¿libres o esclavos de la programación mental? Un resultado u otro dependerá del acierto o no con que logremos armar nuestro puzle interno. ¿Qué piezas nos constituyen?, ¿con qué referencias contamos?, ¿cómo hacer en lo concreto?

De una forma experiencial y pedagógica, el autor pone a nuestro alcance una guía práctica para llevar a cabo esa tarea fundamental, en la que nos jugamos poder vivir en la luz o perdernos en la confusión y el sufrimiento, experimentar la plenitud que somos o resignarnos a un cansino ir tirando. De entrada, se empieza construyendo el yo. Sin embargo, a medida que se nos regala la comprensión, se descubre que el puzle que somos solo se arma de manera adecuada cuando el yo se quita de en medio.



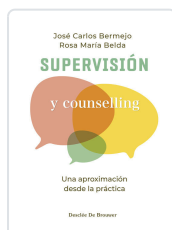
Editorial	DESCLEE DE BROUWER S.A., EDITORIAL
Materia	AUTOAYUDA
Colección	A LOS CUATRO VIENTOS
EAN	9788433040060
Status	Disponible
Páginas	222
Tamaño	210x150x13 mm.
Peso	317
Precio (Imp. inc.)	16,00€
Fecha de lanzamiento	13/10/2026

Enrique Martínez Lozano, (Guadalaviar, Teruel 1950) ha dedicado su vida al acompañamiento psicológico y espiritual de personas y grupos, por medio de sesiones individuales o cursos y talleres de conocimiento y crecimiento personal. Autor de más de veinte libros, todos ellos persiguen un mismo objetivo: crecer en comprensión para vivir lo que somos.
www.enriquemartinezlozano.com
www.facebook.com/boletinemi
 Youtube: Meditación y vida cotidiana...

Títulos relacionados



Duelo e inteligencia artificial
Bermejo Higuera, José Carlos



SUPERVISIÓN Y COUNSELLING
JOSE CARLOS BERMEJO; ROSA MARIA BELDA



VIVIR SIN CULPA
ENRIQUE MARTINEZ LOZANO



DINERO EMOCIONAL
MORALES BUENO, RUTH