



Diez minutos para sentirse zen : más de 300 consejos y ejercicios para alcanzar la serenidad /

Berger, Sioux

Paidós,
2010

Monografía

<https://rebiunoda.pro.baratznet.cloud:38443/OpacDiscovery/public/catalog/detail/b2FpOmNlbGVicmF0aW9uOmVzLmJhcmF0ei5yZW4vNjU4MjEwOQ>

Título: Diez minutos para sentirse zen más de 300 consejos y ejercicios para alcanzar la serenidad Sioux Berger ; ilustraciones de Frédérique Thyss ; [traducción de Núria Viver Barri]

Editorial: Barcelona[etc.] Paidós 2010

Descripción física: 279 p. il., 22 cm

Mención de serie: Divulgación/Autoayuda 259

Nota general: Tít. orig.: 10 minutes pour être zen. Plus de 300 conseils et exercices pour retrouver la sérénité

Bibliografía: Bibliografía p. 272-274

Copyright/Depósito Legal: B 44153-2009 Biblioteca de Catalunya

ISBN: 9788449323270 rúst.)

Materia: Budisme Zen- Aspectes psicològics. lemac Budisme Zen- Ús terapèutic. lemac Psicoterapia. lemac

Autores: Thyss, Frédérique, il

Punto acceso adicional serie-Título: Divulgación/Autoayuda 259

Baratz Innovación Documental

- Gran Vía, 59 28013 Madrid
- (+34) 91 456 03 60
- informa@baratz.es

