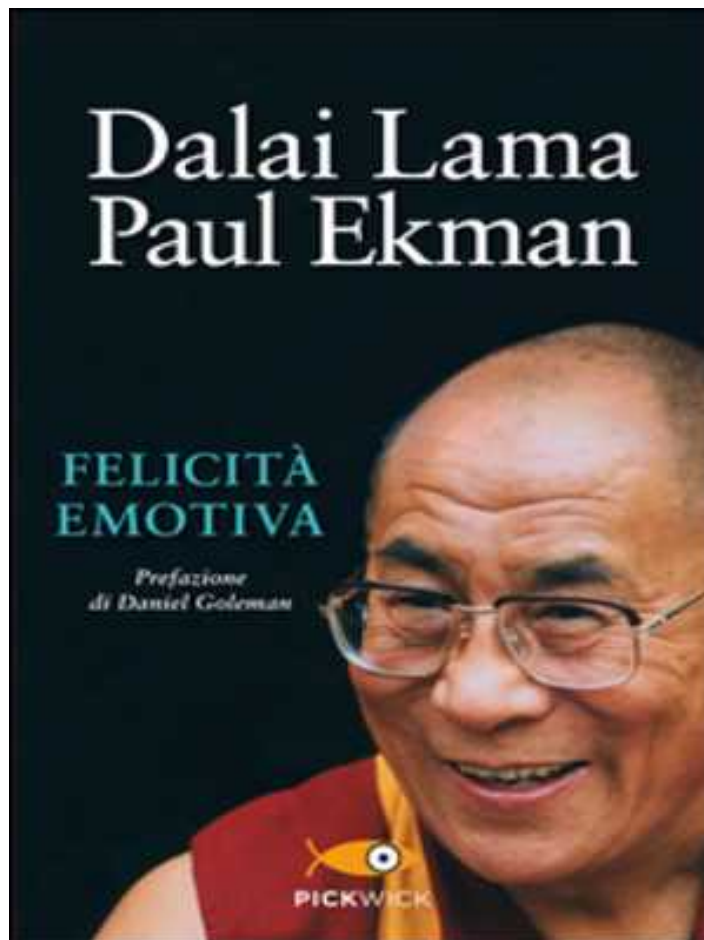


## Felicità emotiva PDF

**Dalai Lama**



*Questo è solo un estratto dal libro di Felicità emotiva. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.*



Autore: Dalai Lama  
ISBN-10: 9788868362027  
Lingua: Italiano  
Dimensione del file: 4258 KB

## **DESCRIZIONE**

Un leader spirituale erede di una cultura millenaria e lo psicologo che ha contribuito a definire la moderna scienza delle emozioni mettono a confronto il loro pensiero, tracciando un percorso per la costruzione della felicità. Un percorso che parte da un punto comune: le emozioni stanno alla base di tutte le nostre azioni, dalle più virtuose alle più malvagie. Possono salvarci la vita, o rovinarcela per sempre. Quali sono le fonti di odio e compassione? Cosa sono le emozioni distruttive e come vanno fronteggiate? Come si può trovare l'equilibrio e, in ultima analisi, la felicità? Unendo il meglio delle rispettive tradizioni in un piacevole dialogo che conserva intatta l'atmosfera dell'incontro e dello scambio di idee, il Dalai Lama e Paul Ekman ci offrono un "metodo" per costruire il nostro benessere interiore.

## **COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?**

Vorresti essere felice ogni giorno, anche se hai problemi o difficoltà? L'indipendenza emotiva è il segreto: la tua felicità è nelle tue mani. Cominciamo!

L'educazione emotiva (Fabbri editore) di Alberto Pellai, ... urla e vere e proprie montagne russe tra felicità senza freni e una tristezza ingestibile.

Scopri la trama e le recensioni presenti su Anobii di Felicità emotiva scritto da Dalai Lama, pubblicato da Sperling & Kupfer in formato Copertina rigida

## FELICITÀ EMOTIVA

[Leggi di più ...](#)