

EQUILÍBRIO EMOCIONAL

Como Promover a Harmonia entre
Pensar, Sentir e Agir

L O U R D E S P O S S A T T O



Resumo de Equilíbrio Emocional

O objetivo deste livro, leitor amigo, não é fazer você brigar ainda mais consigo mesmo, mas sim trazer um pouco de luz para ajudá-lo a compreender sua história emocional e dar subsídios para encaminhá-lo a uma mudança efetiva, ou seja, ser menos ego e mais essência.

Ele será um verdadeiro manual de aprendizagem e uma ferramenta importante para o seu autoconhecimento, além de auxiliá-lo em seu caminho de transformação interior até uma vida emocional mais saudável e tranquila.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)