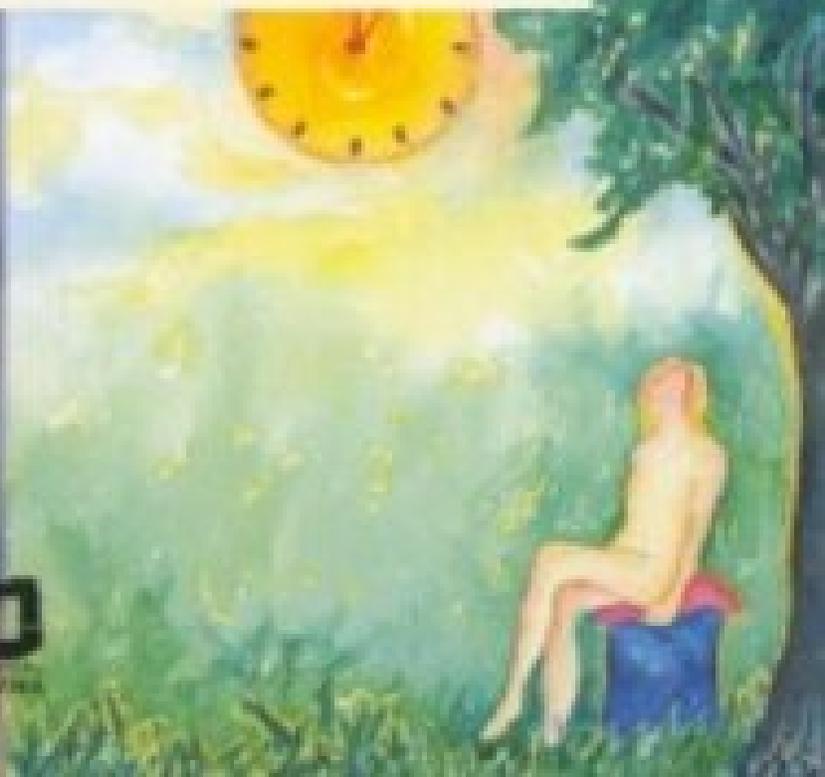




O LIVRO DAS TRANSFORMAÇÕES

Dez imagens que revelam suas emoções
Dez exercícios práticos para você educar a mente

IZABEL TELLES



Resumo de O Livro das Transformações

Este livro apresenta uma proposta de trabalho forte e inovadora para ajudar a identificar as emoções destrutivas e transformá-las a nosso favor. Sentimentos como culpa, medo, ansiedade, insegurança e decepção fazem parte da vida de todo ser humano.

Mas quando eles passam a ocupar um espaço maior do que podemos suportar, prejudicando nossas relações, nosso desempenho profissional e o simples prazer de viver, é hora de agir. Desenvolvido por Izabel Telles, uma pesquisadora da mente humana e autora do best-seller "Feche os olhos e veja", este livro vem acompanhado de vinte cartas com reproduções de belíssimas aquarelas especialmente criadas por Cassiano Pereira Nunes.

São 10 cartas com as imagens negativas mais comuns, e 10 cartas com imagens que educam a mente mostrando saídas, além de um manual de orientação. A obra oferece diversos exercícios de visualização e explicações sobre como usar as cartas.

Seguindo as orientações, o leitor aprende a realizar mudanças profundas na mente e na vida, despertando ao mesmo tempo sua percepção para as pessoas e o mundo que o cercam.

Com projeto gráfico moderno, este elegante conjunto de livro e cartas vem acondicionado em uma caixa com fecho de velcro para facilitar o manuseio e promete ser um grande companheiro nas horas difíceis.

É também uma excelente sugestão para presente.

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