



La concentrazione non è soltanto una facoltà utile per migliorare le proprie prestazioni. In realtà è un potere latente che, se correttamente compreso e sviluppato, ti apre le porte di ogni possibilità.

La concentrazione ti guida all'esercizio dell'autocontrollo e della volontà, grazie ai quali potrai raggiungere ogni tuo obiettivo. In questo eccezionale libro, unico nel suo genere, William Atkinson ti guida, in 20 lezioni e con esercizi pratici e progressivi, alla scoperta, allo sviluppo e alla realizzazione del tuo magnifico potere.

*"Hai idea di quanto i pensieri positivi, quelli generati da un'adeguata concentrazione, possono essere utili nella tua vita? Questo libro ti mostra i loro effetti benefici. È strutturato in lezioni molto pratiche, gli esercizi sono collaudati e distribuiti in un ordine strategico che ti darà un costante miglioramento a partire dalle prime pagine. Il loro scopo è aiutarti ad aiutare te stesso."* (Dall'introduzione dell'autore)

#### DATI BIBLIOGRAFICI

Autore: William Atkinson

Editore: Ledizioni

Pubblicato in: 2019

Collana: Crescita personale

Formato: broccura, 279 p.

ISBN cartaceo: 9788867059164

Prezzo: 14.90€