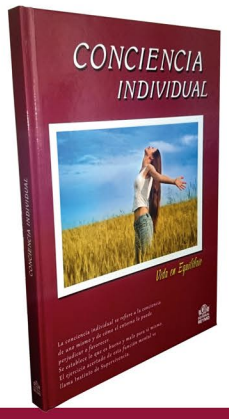
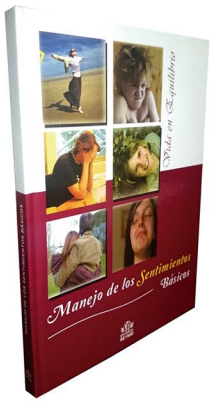
# Una fabulosa obra

## Donde vamos a encontrar ayuda para el desarrollo humano y mejorar la armonía

# Vida en Equilibrio




**Ficha Técnica**

2 volúmenes
Medidas 27 x 19.5 cm
128 páginas (Conciencia Individual)
120 páginas (Manejo de los sentimientos básicos)
Impreso a todo color
Encuadernado en tapa dura cosido y pegado.

**ARMANDO REY SÁNCHEZ**

Es humanista de origen colombiano y nacionalizado Mexicano. Director de Grupo Internacional Humanista y del programa de conferencias y desarrollo humano del Grupo Editorial Reymo en la República Mexicana.
También es destacado y reconocido conferencista en el área de las humanidades a nivel internacional.

Autor de: *Vida en Equilibrio*

## Manejo de los Sentimientos Básicos

## CONCIENCIA INDIVIDUAL


EDITORIAL REYMO, S.A. DE C.V.
12 de Febrero #5 Col. Coacalco Centro, Coacalco de Berriozábal
Estado de México C.P. 55700
Tels: 01 (55) 2159 4141 y 01 800 55 73966 lada sin costo
E-mail: ventas@reymo.com.mx * www.reymo.com.mx

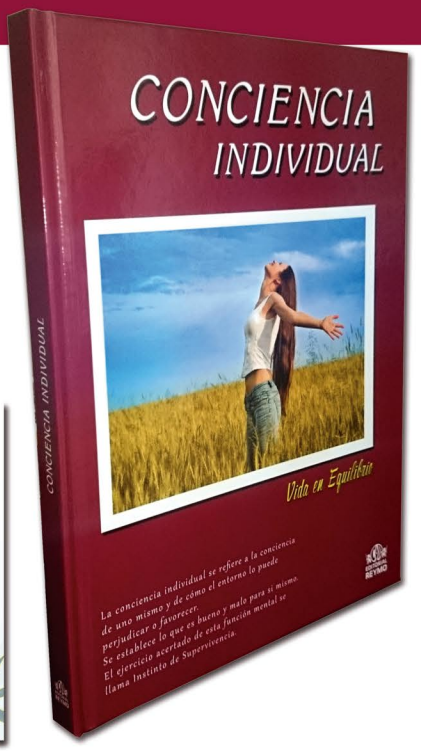

EDITORIAL REYMO


EDITORIAL REYMO



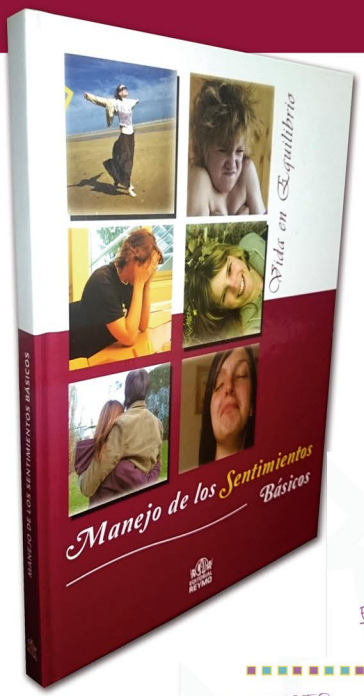
## CONCIENCIA INDIVIDUAL


El ser humano necesita convencerse de cambiar hábitos y comportamientos para mejorar su calidad de vida.



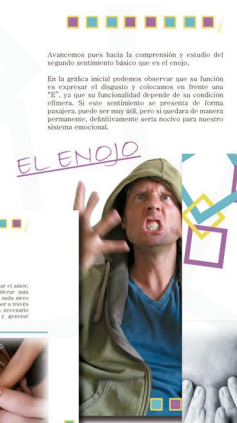


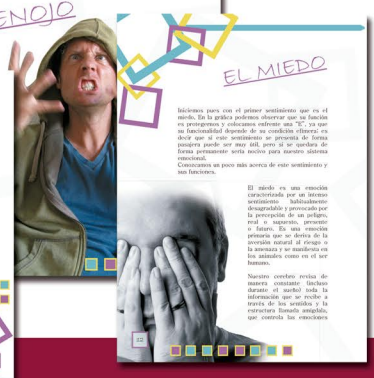
## Manejo de los Sentimientos Básicos


Los sentimientos son experiencias muy complejas y para expresarlos utilizamos una gran variedad de términos, gestos y actitudes. De hecho, podemos utilizar todas las palabras del diccionario para expresar sentimientos distintos y por lo tanto, es imposible hacer una descripción y clasificación de todo lo que podemos experimentar.

La complejidad con la que podemos expresar nuestros sentimientos nos hace pensar que estos son consecuencia de un proceso multifactorial o multidimensional. Casi siempre la persona tiene la impresión de que le faltan palabras para describir con precisión sus sentimientos.





La conciencia individual se refiere a la conciencia de uno mismo y de cómo el entorno lo puede perjudicar o favorecer.

Se establece lo que es bueno y malo para si mismo. El ejercicio acertado de esta función mental se llama Instinto de Supervivencia.

*Vida en Equilibrio*