



PSYCHOLOGIES <small>España</small>	Tirada: 300.000	Sección: -	
	Difusión: 300.000	Espacio (Cm_2): 38	
Nacional	Femenina	Audiencia: 1.050.000	Ocupación (%): 6%
Mensual		01/08/2008	Valor (€): 552,70
			Valor Pág. (€): 9.000,00
			Página: 156
			Imagen: No

Saber pensar

R. A. Rivas Lacayo

El método Silva es un sistema de desarrollo mental basado en la relajación que ayuda tanto a incrementar el rendimiento intelectual como a mejorar el control y la calidad de vida. Rosa A. Rivas, psicóloga mexicana experta en el método, explica en esta completa obra en qué consiste y cómo aplicarlo para diferentes aspectos de la vida de cualquier persona. Sus claras explicaciones se complementan con un disco de iniciación. Urano. 410 páginas y un CD. 17,50 €.