



¿QUIERES UNA VIDA PLENA?

Según la cultura japonesa, todo el mundo tiene un *ikigai*, es decir una razón de vivir o una razón de ser, pero ¿sabes cuál es la tuya? Descúbrela con esta guía práctica: 'Encuentra tu ikigai', de Bettina Lemke (Ed. Urano, 12 €), y amplía tu nivel de felicidad.