SOLTAR EL DOLOR



LÓPEZ GALLEGO, ISABEL

SYNOPSIS

El dolor es una dura experiencia que todos atravesamos en algún momento de nuestras vidas, a veces no sabemos cómo soltarlo y abrirnos a sentir, nos resistimos a esa experiencia, nos da miedo afrontarlo, nos resulta muy incómodo y nos genera mucho malestar, llegando incluso a negarlo, lo que nos origina un gran sufrimiento interior. Mi experiencia con el dolor crónico fue abrumadora, a través de la artritis reumatoide, me hizo tocar fondo y descubrir muchas realidades que no podía ni lograba ver. El dolor además de todos esos malestares, con el tiempo a veces te da unos sabios mensajes. A través de estas páginas podrás aceptar ese dolor y soltarlo poco a poco, para no quedar anclado al sufrimiento, siempre habrá situaciones que nos causen dolor: enfermedades, perdidas, traumas, conflictos, experiencias devastadoras como el maltrato infantil… y tu actitud es primordial para salir fortalecido y mejorado de estas situaciones porque quizás ese dolor vino a ti para mostrarte tu poder ilimitado y ese anhelado camino hacia tu libertad....

Editorial	ISTHAR
Subject	Hacer frente a los problemas personales
Collection	Desarrollo personal
EAN	9788419619778
Status	Normal
Pages	335
Size	215x140x12 mm.
Price (Tax inc.)	15,95€

Related Titles



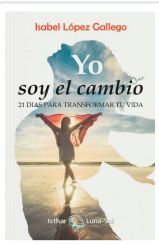
SANARSE A TRAVÉS DE IMÁGENES INTERIORES
LABONTÉ, MARIE LISE



MUJERES QUE BRILLAN
MEDINA, EILA



VIVIR MEJOR ES POSIBLE
COAUTORÍA DE 20 AUTORES



YO SOY EL CAMBIO
LÓPEZ GALLEGO, ISABEL