# SOLTAR EL DOLOR




## LÓPEZ GALLEGO, ISABEL

### SINOPSIS

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 |
| **Materia** | Hacer frente a los problemas personales |
| **Colección** | Desarrollo personal |
| **EAN** | 9788419619778 |
| **Status** | Normal |
| **Páginas** | 335 |
| **Tamaño** | 215x140x12 mm. |
| **Precio (Imp. inc.)** | 15,95€ |

## Títulos relacionados



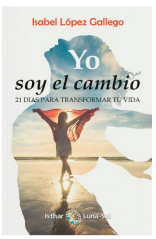

SANARSE A TRAVÉS DE IMÁGENES INTERIORES
LABONTÉ, MARIE LISE




MUJERES QUE BRILLAN
MEDINA, EILA




VIVIR MEJOR ES POSIBLE
COAUTORÍA DE 20 AUTORES




YO SOY EL CAMBIO
LÓPEZ GALLEGO, ISABEL