BENDITA DEPRESIÓN



VÁZQUEZ, NOELIA

SINOPSIS

Hay momentos en los que la vida nos rompe, en los que dejamos de reconocernos, perdemos el rumbo y sentimos que ya no podemos más. Noelia Vázquez conoce bien ese lugar, pues atravesó una depresión que la llevó hasta el límite y que, paradójicamente, terminó convirtiéndose en una de las experiencias más transformadoras de su vida. Bendita depresión nace de ese viaje de ida y vuelta. Un recorrido valiente y profundamente humano que invita a comprender qué hay detrás del sufrimiento y descubrir que nuestras heridas, nuestros miedos y aquello que un día aprendimos para protegernos no tienen por qué determinar quiénes somos. Porque quizá no podamos cambiar lo que nos ocurrió, pero sí podemos transformar la manera en que seguimos viviendo con ello....

Editorial	KOLIMA BOOKS
Materia	Psicología popular
EAN	9791388155376
Status	Normal
Encuadernación	Tapa dura
Páginas	232
Tamaño	220x140x12 mm.
Peso	312
Precio (Imp. inc.)	22,00€