

editorial Kairós

Nhat Hanh, Thich

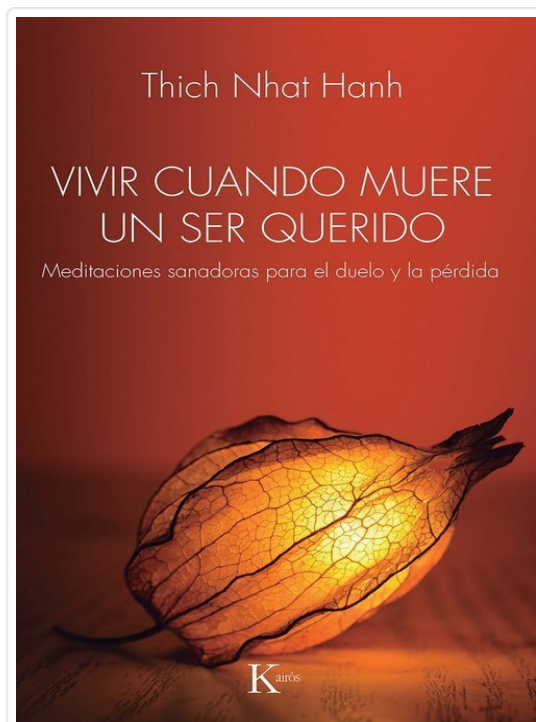
Vivir cuando muere un ser querido

Meditaciones sanadoras para el duelo y la pérdida

El maestro zen Thich Nhat Hanh nos guía a través de uno de los momentos más difíciles de la vida: la pérdida de un ser querido. Con su estilo compasivo, asequible y lleno de sabiduría, este libro ofrece herramientas prácticas para encontrar consuelo y sanación mediante la plena conciencia.

A través de meditaciones, ejercicios de autocuidado y reflexiones profundas, descubrirás cómo reconectar contigo mismo, abrazar tus emociones y transformar el dolor en comprensión y amor. Estas enseñanzas no solo alivian el duelo, sino que también revelan la interconexión con aquellos que amamos, ayudándonos a sentir su presencia en cada instante.

Ya sea que te enfrentes a una pérdida reciente o lleves años cargando el peso del duelo, Vivir cuando muere un ser querido te invita a encontrar paz, compasión y esperanza en medio de la tormenta.



Editorial	Kairós
Col·lecció	Sabiduría perenne
Enquadernació	Tapa blanda o rústica
Pàgines	152
Mida	200x130x10 mm.
Pes	185
Idioma	Español
Tema	Psicología, pedagogía, autoayuda
EAN	9788411213547
PVP	16,00 €
PVP sense IVA	15,38 €

**9788411213547**