

editorial **K**airós

Masters, Robert Augustus

Descubrir la sombra

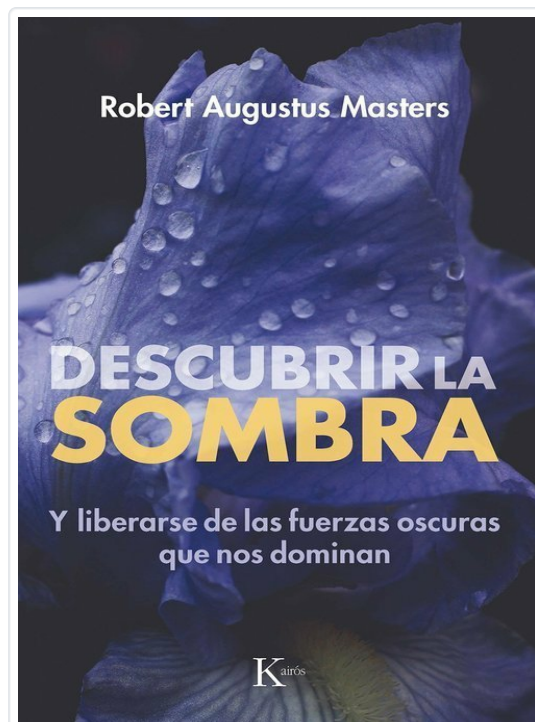
Y liberarse de las fuerzas oscuras que nos dominan

«En esta sucinta y sabia guía de autoexploración, Masters nos enseña cómo salir de la sombra (individual, generacional y cultural) hacia la luz de la consciencia y la libertad.»

DR. GABOR MATÉ, autor de El mito de la normalidad

Nuestra sombra es el almacén interno de todo aquello que hemos repudiado o rechazado, o que de alguna manera relegamos a la oscuridad. Cuanto más inconscientes somos de ella, más nos influye y controla.

Fundamentado en una dilatada carrera como terapeuta y orientador psicoespiritual, Robert Masters nos ayuda a comprender y trabajar hábilmente con el rico pero descuidado mundo de la sombra en nosotros mismos, tanto en el ámbito individual como el colectivo. Con profundidad y claridad, ilumina el proceso de dar la bienvenida a los elementos de nuestra sombra de forma segura, para recuperar una experiencia más integrada y sana de lo que somos.



Editorial	Kairós
Col·lecció	Psicología
Enquadernació	Tapa blanda o rústica
Pàgines	328
Mida	200x150x18 mm.
Pes	370
Idioma	Español
Tema	Psicología, pedagogía, autoayuda
EAN	9788411213905
PVP	22,00 €
PVP sense IVA	21,15 €

**9788411213905**