



Masters, Robert Augustus

Descubrir la sombra

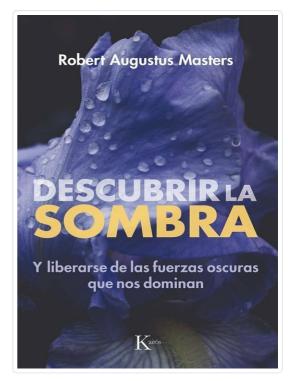
Y liberarse de las fuerzas oscuras que nos dominan

«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 |
|----------------|----------------------------------|
| Colección | Psicología |
| Encuadernación | Tapa blanda o rústica |
| Páginas | 328 |
| Tamaño | 200x150x18 mm. |
| Peso | 370 |
| Idioma | Español |
| Tema | Psicología, pedagogía, autoayuda |
| EAN | 9788411213905 |
| PVP | 22,00€ |
| PVP sin IVA | 21,15€ |

