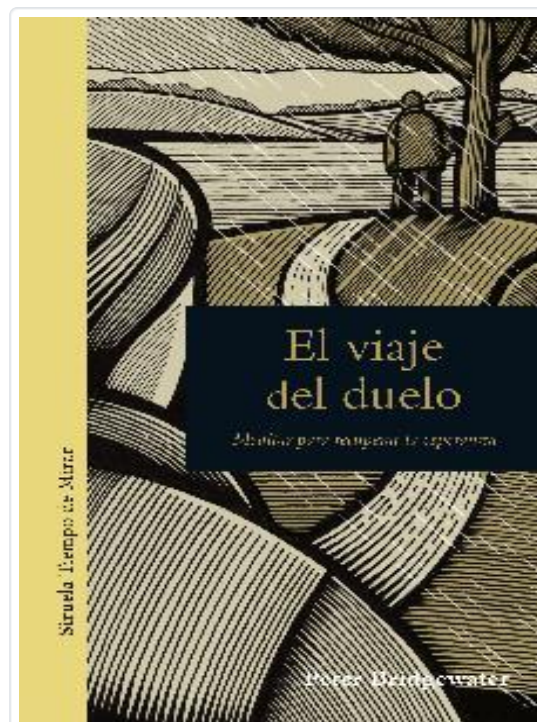


Siruela

bridgewater, peter

**El viaje del duelo****Meditar para recuperar la esperanza**

Este libro explora esa experiencia universal que es el duelo con las etapas naturales e ineludibles de tan difícil proceso: la negación, la ira, la negociación, la depresión y la aceptación. Bridgewater nos ofrece algunas ideas para comprender lo que sentimos, satisfacer nuestras necesidades y afrontar el futuro de forma positiva, mediante la conciencia plena.



Argitaletxea	Siruela
Bilduma	Tiempo de Mirar
Orrialdeak	172
Neurria	200x130x mm.
Pisua	276
Hizkuntza	Español
Gaia	Psicología, pedagogía, autoayuda
EAN	9788417151065
PVP	15,90 €
PVP,BEZik gabe	15,29 €

