

**NOVEDAD**



## Un nido de paz para la muerte

Prácticas compasivas del cuidado físico, emocional y espiritual de una doula de la muerte

Anne-Marie

Editorial: Inner Traditions Bear Company

ISBN: 9781644118276

Páginas: 176

Dimensiones: 15 x 22,7 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 17,00 €

### SINOPSIS

Comparte prácticas para calmar las emociones, técnicas de respiración para reducir la ansiedad y el dolor, formas de reducir el estrés durante el proceso de muerte activa y técnicas para cuidar físicamente a los moribundos. Explora ceremonias y pautas de límites energéticos, reiki y técnicas de apoyo ancestrales, además de cuidados a base de hierbas para nutrir y curar en el aspecto espiritual. Presenta métodos de autocuidado para sobrellevar el duelo, ideas de “cosas que hacer” cuando no hay nada que hacer, prácticas para contemplar su propia mortalidad y orientación para hablar con los niños sobre la muerte y el morir. Ganador del premio “IPPY” de editor independiente de 2020. Así como podemos preparar un nido para alguien que está a punto de dar a luz, también podemos preparar con amor un nido para alguien que está muriendo. En esta guía práctica y compasiva, la educadora de doulas de la muerte Anne-Marie Keppel incorpora técnicas antiguas y modernas, prácticas de atención plena y apoyo a base de hierbas para mostrar cómo cualquiera puede cuidar a los moribundos, ya sea en casa, en un hospicio o incluso en la UCI. Ella desmitifica el proceso de muerte mientras

...