

## Pequeño libro de las crisis, El

Cómo afrontar los cambios en la vida

Cómo afrontar los cambios en la vida  
Lipson, Sally-Ann

Editorial: Gaia Ediciones

ISBN: 9788484453161

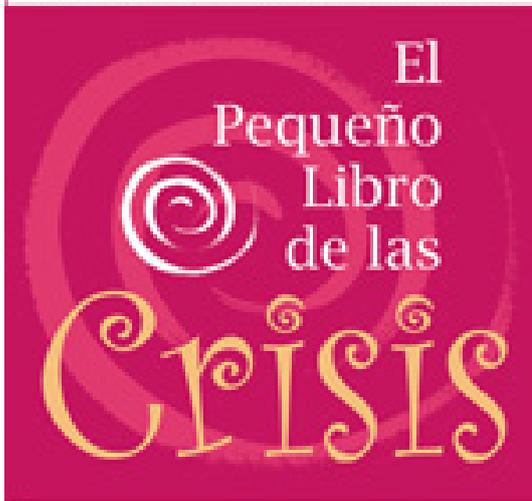
Páginas: 128

Dimensiones: 13 x 19 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 8,00 €

Coleccion: Salud Natural - Psicoemoción



SALLY-ANN LIPSON



### SINOPSIS

¿Qué es una crisis?

Es despertar en un mundo que no reconoces.

Es una voz que grita «¡Todo cambia!» cuando lo que menos deseas es el cambio. Es tener miedo, estar irascible y sentirse muy solo.

Pero una crisis también puede ser algo más.

Puede ser la oportunidad de recibir un regalo, si es que estás dispuesto a aceptarlo.

¿Cuál es el regalo que tu crisis quiere ofrecerte?

Antes o después llega un momento en la vida en que nos encontramos en un cruce de caminos, sin mapas ni señales que nos indiquen adónde ir. En esos momentos nos sentimos perdidos, llenos de incertidumbre y ansiedad ante la pérdida de control. La vida ha cambiado, hay crisis, y eso nos atemoriza.

Sin embargo, este libro te ayudará a comprender que las crisis pueden ser los sucesos más importantes de tu vida. Cada crisis tiene un regalo que ofrecer si estás dispuesto a aceptarlo.

Cada crisis nos ofrece un don único. Nadie puede predecir de qué va a tratarse ni es posible forzar que sea una cosa en lugar de otra. Quizá el don podría ser una comprensión más profunda de ti mismo y de los demás, o más independencia, o nuevas amistades.

Mantén la mente abierta y aguarda hasta ...