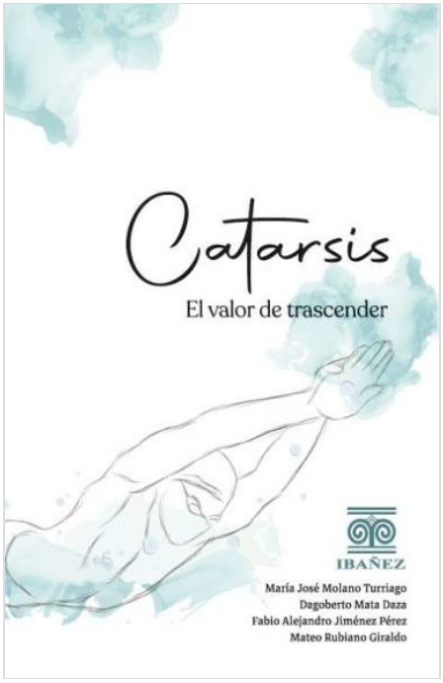
Catarsis, el valor de trascender



Autor

Maria Jose Molano Turriago

Sinopsis

Es un libro que invita a los lectores a explorar el proceso de transformación personal. A través de una mezcla de reflexión, autoayuda y filosofía, el autor nos lleva a atravesar momentos de crisis y dolor, planteando que estas experiencias pueden ser catalizadores para el crecimiento y la superación.La obra aborda temas como la resiliencia, la importancia de enfrentar nuestros miedos y cómo el sufrimiento puede servir como una oportunidad para descubrir nuestra verdadera esencia. Se enfatiza en la necesidad de aceptar y procesar nuestras emociones para alcanzar una catarsis, un purgante que permite liberar lo que nos pesa y nos limita.Con un enfoque inspirador, "Catarsis" busca motivar a los lectores a trascender sus dificultades y a encontrar un sentido renovado en la vida, promoviendo el desarrollo personal y el bienestar emocional. La narrativa está acompañada de ejercicios prácticos y reflexiones que invitan a la introspección y a la acción.

MM

Sobre el autor

Maria Jose Molano Turriago

Impreso

Año de publicación: 2021

Presentación: Tapa blanda o Bolsillo

Tamaño: 15 x 21 cm

Número de páginas del contenido principal: 200 Páginas

ISBN13: 9789587914818

$72.000 COP

E-Book

Año de publicación: 2021

Presentación: PDF (Digital: descarga y online)

Número absoluto de páginas: 200 Páginas

ISBN13: 4099995590401

$57.600 COP

2026 © Sistema Integrado de Metadata Estandarizada desarrollado por Hipertexto - Netizen

2026 © Sistema Integrado de Metadata Estandarizada desarrollado por Hipertexto - Netizen