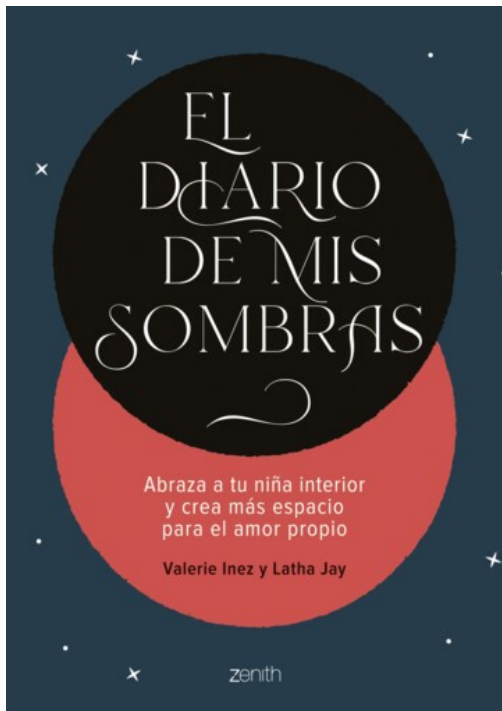




El diario de mis sombras

Latha Jay y Valerie Inez

¡Un diario extraordinario que parte del fenómeno internacional del trabajo con tu yo-sombra! Descubre en sus páginas cómo conectar con tu inconsciente, conocer las partes ocultas de ti misma, sanar tus viejas heridas, romper ciclos repetitivos y crear más espacio para el amor propio.

¡Un diario extraordinario que parte del fenómeno internacional del trabajo con tu yo-sombra! Descubre en sus páginas cómo conectar con tu inconsciente, conocer las partes ocultas de ti misma, sanar tus viejas heridas, romper ciclos repetitivos y crear más espacio para el amor propio.

Inspirado en la teoría de la sombra del psicoanalista Carl Jung, este diario te permitirá trabajar la parte inconsciente de tu mente para enfrentarte a tus miedos y así lograr lucir todo tu potencial. Porque si conoces tus sombras, harás que brille la luz que hay en ti.

Contiene más de 70 consejos, actividades y rituales para cuidar tu mente, cuerpo y espíritu mientras exploras los territorios ocultos de tu mente. A través de sus páginas, aprenderás a:

- Entender tus emociones y reacciones
- Superar miedos y resistencias internas ocultas
- Cuidar y proteger las partes más vulnerables que hay en ti

Con este diario revelador, conectarás con tu niña interior, liberarás la vergüenza, la culpa y el miedo, y podrás enfrentarte al mundo de nuevo: explora los territorios inexplorados de tu mente... y descubre el poder de tu verdadero yo.

Fecha de publicación:

10/04/2024

Sello Editorial:

Zenith

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Teléfono: 93 492 86 33

Email: pcordon@planeta.es

Latha Jay y Valerie Inez

VALERIE INEZ vive en Houston y es escritora, sanadora y guía del trabajo de sombras. Como buena escorpio, se siente cómoda sumergiéndose en las profundidades de las sombras para llevar la oscuridad a la luz. Ayuda a sus clientes a renacer de sus cenizas, descubrir su magia interior y adentrarse en su poder divino.

LATHA JAY combina los conocimientos modernos con la sabiduría tradicional en su actividad como coach de manifestación espiritual. Integra lo que ha aprendido a través de sus experiencias vitales en diversas modalidades de sanación para enseñar a las personas a cambiar percepciones, manifestarse y vivir más felices.