



## SI TIENES ALGÚN ELEFANTE EN TU VIDA: UNA ENFERMEDAD CRÓNICA U OTRO GRAN TEMOR ¡APRENDE A BAILAR CON ELLLO!

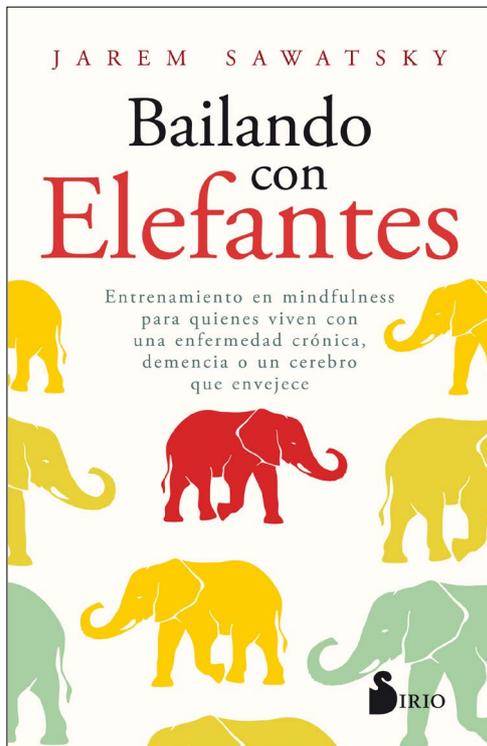


### El autor

**Jarem Sawatsky** es conocido internacionalmente por su obra como escritor, profesor y constructor de la paz. Es profesor emérito de *Peace and Conflict Transformation Studies* en la Universidad Menonita de Canadá, y autor de varios libros y artículos sobre justicia sanadora, construcción de la paz y justicia restaurativa. Desde que fue diagnosticado con la enfermedad de Huntington, se ha dedicado al blog *Dancing with Elephants*, explorando cómo la construcción de la paz y el mindfulness pueden ayudar a quienes padecen alguna enfermedad crónica, demencia o se hallan en proceso de envejecimiento. Vive en Winnipeg, Canadá,

Para más información:

[www.jaremsawatsky.com](http://www.jaremsawatsky.com)



Título: *Bailando con elefantes. Entrenamiento en mindfulness para quienes viven con una enfermedad crónica, demencia o un cerebro que envejece.*

Autor: Jarem Sawatsky PVP: 12,50 €  
P. sin IVA: 12,02€ N° págs: 232 páginas  
Tamaño: 13,5 x 21 cm BISAC: HEA039140  
IBIC (Materia): VSPM Categoría: A  
Encuadernación: Rústica  
ISBN: 9788417399993

### CLAVES DE VENTA

- ✓ Bestseller en EEUU, Ganador del premio *Nowtilus 2017*.
- ✓ Entre los más vendidos de Amazon: #29 en Libros sobre Espiritualidad de Budismo Zen y #30 en Rituales y Prácticas Budistas.
- ✓ Enfoque compasivo, conmovedor y humorístico de la enfermedad crónica.
- ✓ Fantástico testimonio en primera persona.

### TAGS

DEMENCIA // ENFERMEDAD CRÓNICA  
AUTOCOMPANSIÓN // MUERTE // MINDFULNESS  
ACEPTACIÓN // BESTSELLER



### Sinopsis

“Yo no sé nada acerca de elefantes, y tampoco sé sobre baile. Y a pesar de todo, este libro es un manual de entrenamiento y una carta de amor dirigida a los que, como tú, bailan con elefantes. Hacer frente a los elefantes es algo que generalmente evitamos. La mayoría de nosotros tenemos elefantes escondidos en nuestros armarios, ocultos a simple vista. Son nuestros grandes temores no reconocidos. ¿Cuáles son tus elefantes? ¿A qué tienes miedo? ¿Quién te dio esos elefantes? ¿Cómo puedes aprender a amar a tus elefantes y a bailar con ellos? En este libro, te guiaré en el arte de bailar con elefantes. Uno de mis grandes elefantes es la enfermedad de Huntington. Es una patología cerebral genética, incurable, progresiva, fatal. Una especie de combinación entre párkinson, alzhéimer y esquizofrenia. ¡Basta con que te imagines un elefante con esta combinación! Esa imagen hoy en día me hace reír. Pero no siempre ha sido así!”

- Jarem Sawatsky, autor de *Bailando con elefantes*.

Si te gustan las historias conmovedoras, la sabiduría consciente y un toque de humor irreverente, entonces te encantará este libro.

### Libros relacionados:

