

MORIR CON AMOR

TESTIMONIOS INSPIRADORES
DE PERSONAS QUE SE FUERON EN PAZ

Cristina Llagostera

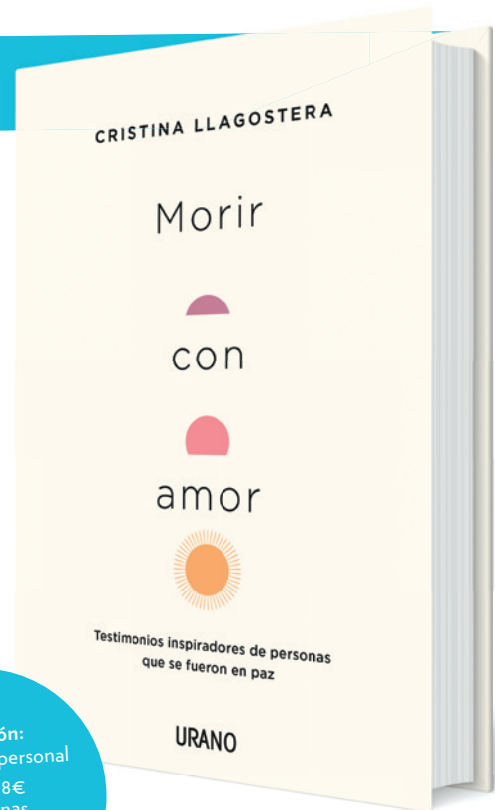
Cristina Llagostera, una figura de referencia en nuestro país en el acompañamiento psicológico y espiritual al morir, dedica su primer libro al reto vital que supone el trance de la muerte, tan ineludible como a menudo negado o ignorado.

La inminencia de la muerte va siempre acompañada de dolor pero, en ocasiones, cuando hay un tiempo de preparación para la persona y su entorno, esta situación ofrece también la oportunidad de completar de manera consciente la propia vida. ¿Cómo afrontar un proceso de enfermedad avanzada? ¿Es posible vivir con sentido la última etapa? ¿Qué ayuda a morir en paz?

Con el propósito de aportar luz, consuelo y comprensión, *Morir con amor* explora los grandes temas psicológicos y existenciales relacionados con el fin de la vida, incluida la dimensión trascendente y la importancia de realizar un trabajo emocional.

La psicóloga y terapeuta explora en la primera parte del libro diez temas esenciales que ofrecen una comprensión más abierta y global del morir desde el punto de vista de la psicología y los cuidados paliativos, así como aportaciones de algunas tradiciones espirituales. En la segunda parte describe cómo afrontaron la enfermedad y sus últimos días personas de edades y circunstancias muy diversas, cuyos ejemplos nos pueden servir de guía e inspiración. Descubriremos que cuando una persona muere en paz algo trascendente se desvela para ella y sus seres queridos. Estas enseñanzas serán útiles para quienes se encuentran en un proceso de ese tipo, sean enfermos o acompañantes, pero también para quienes busquen mayor conexión y autenticidad en sus vidas.

El misterio de la vida y la muerte es de tal magnitud que nos sobrepasa. Sin embargo, más allá de esa realidad, es posible encontrar algún tipo de luz y sentido al proceso final. En ocasiones el morir acontece sin que tengamos ningún tipo de control sobre las circunstancias, pero otras veces es posible crear condiciones favorecedoras con el propósito de que la persona muera, dentro de lo que le sea posible, en paz. Ofrecer comprensión y apoyo en ese momento crucial es un verdadero regalo de amor.



Colección:
Crecimiento personal
P.V.P.: 18€
312 páginas
Lanzamiento:
febrero de 2022

Cristina Llagostera



Es psicóloga y terapeuta familiar sistémica, especializada en Cuidados Paliativos, Psicooncología y atención a los procesos de pérdida y duelo. Es miembro de la SECPAL (Sociedad Española de Cuidados Paliativos) y tiene formación en psicología junguiana y terapias de tratamiento del trauma

psicológico. Considerada una figura de referencia en el acompañamiento al morir, ha trabajado diez años en equipos de Cuidados Paliativos de Atención Domiciliaria, siendo coordinadora de un EAPS (Equipo de Atención Psicosocial en enfermedad avanzada) durante ocho años. Actualmente atiende en consulta privada y es docente en diversos grados y posgrados universitarios relacionados con el acompañamiento emocional y espiritual a la muerte y el duelo. Ha escrito numerosos artículos de divulgación en la revista *Cuerpomenta*, *El País Semanal* y *La Vanguardia*, y colabora en programas de radio.