SUMARI

Introducció	5
Somiar	15
Criticar	29
Emancipar-se	51
Resistir	71
Nodrir	93
Plorar	109
Curar	123
Ballar	139
Tornar	153
Conclusió	171
Agraïments	181
Bibliografia	185
Altres fonts consultades	199
Per saber-ne més	211

26XX_LLUM_DEL_DESPERTAR_Tripa.indd 229 26/10/2026 13:07:55