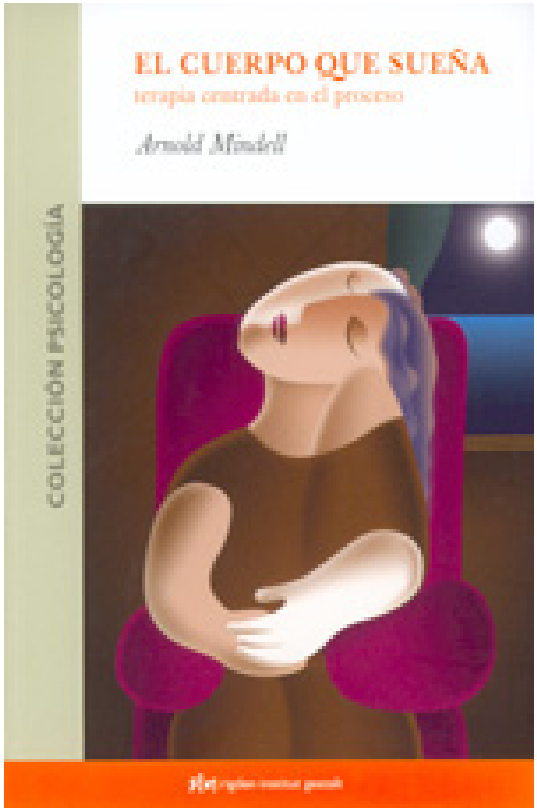



# El cuerpo que sueña

## Terapia centrada en el proceso

Autor: Mindell, Arnold

Editorial: Rigden Institut Gestalt

ISBN: 9788493509507

Páginas: 168

Dimensiones: 14,5 x 21 cm

Encuadernación: Rústica

PVP: 15,00 €

En este libro innovador, Arnold Mindell muestra cómo explorar y desvelar sus mensajes con el fin de aumentar nuestra capacidad de darnos cuenta, recuperar la salud y mejorar nuestra vida. En su primer libro, Dreambody, Arnold Mindell expuso que los mensajes del inconsciente se manifiestan a través de los síntomas, las sensaciones y otros fenómenos corporales, de modo muy similar a como se revelan en los sueños. En "El cuerpo que sueña" va un paso más allá y describe las aplicaciones prácticas de esta teoría.
Basándose en un gran número de estudios de caso, Mindell muestra cómo profundizar en los síntomas y otros fenómenos somáticos para desvelar las experiencias similares a los sueños y míticas que habitualmente pasamos por alto en la vida cotidiana. Según Mindell, nuestros síntomas pueden ser algo más que una mera enfermedad que requiere un tratamiento, pueden guiarnos hacia la vía regia del sentido y de la realización.
En este libro, Mindell presenta aplicaciones prácticas de su enfoque al trabajar con clientes, al tiempo que afirma: "No creo en la terapia [...] Permito que el proceso del cuerposueño me diga qué es lo que quiere suceder y qué hacer a continuación. [...] No presiono a la gente. Sus cuerpos y sus almas saben más de lo que yo sé".