

## Darse cuenta

El desarrollo de la conciencia y la percepción con PNL

Wrycza, Peter

Editorial: Gaia Ediciones

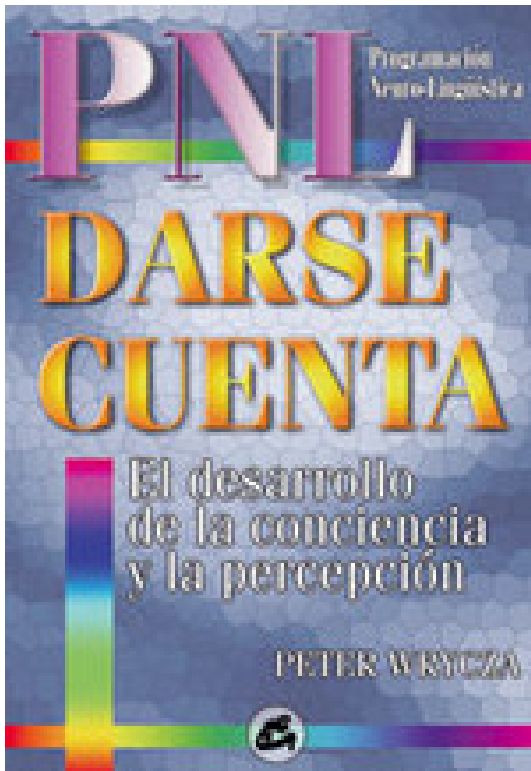
ISBN: 9788488242167

Páginas: 348

Dimensiones: 14,5 X 21

Encuadernación: Rústica

PVP.: 15,00 €



### SINOPSIS

"Un libro esencial para todos los interesados en la percepción y los estados de conciencia, lleno de sabiduría y con numerosos ejercicios prácticos y claves para expandir la conciencia en la vida cotidiana".

Peter Russell, autor de LA TIERRA INTELIGENTE y EL AGUJERO BLANCO EN EL TIEMPO.

La conciencia, o "darse cuenta", es lo que da sentido a la existencia. Es también la clave para la supervivencia, la realización y el bienestar personal y colectivo.

El psicólogo Peter Wrycza, instructor de PNL y guía de meditación con más de diez años de experiencia impartiendo cursos de crecimiento personal, ha creado un manual muy práctico y comprensible para el desarrollo y la integración de la conciencia, el hecho de estar "conscientes de ser" y el darse cuenta.

Algunos de los temas que abarca Darse Cuenta son:

- Niveles y estados de la conciencia.
- El desarrollo de la atención y el intento.
- El lenguaje y la conciencia: la sintaxis del ser y el diálogo interno.
- Las creencias y la imagen de sí.
- La relación del corazón y la mente con el ser interno.
- La integración de esta relación a través de la quietud de la meditación y el dinamismo de la acción.
- La realización espiritual mediante la conciencia acrecentada.