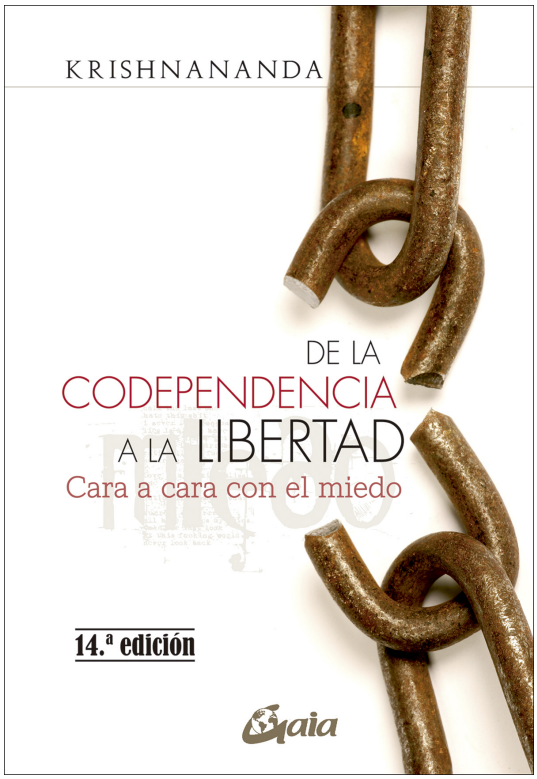

De la codependencia a la libertad

Cara a cara con el miedo

Krishnananda

Editorial: Gaia Ediciones
ISBN: 9788484456575
Páginas: 320
Dimensiones: 13,5 x 21 cm
Encuadernación: Rústica
PVP.: 15,00 €
Coleccion: Psicoemoción

SINOPSIS

De la Codependencia a la Libertad (Cara a cara con el miedo) nos proporciona una especie de «mapa de carreteras» con una guía y herramientas específicas para viajar desde la codependencia al amor y a la meditación.

Krishnananda (Dr. Thomas Trobe), al compartir abiertamente con nosotros su propia vida, las experiencias de su trabajo como psiquiatra y conferenciante, y muchos años de su aprendizaje como discípulo de un maestro espiritual iluminado, nos guía en un viaje hacia el amor y el autodescubrimiento.

Es éste un libro para todos aquellos que desean investigar los aspectos más profundos de su vida. El enfoque y el mensaje son sencillos: a través de la aceptación, la comprensión y la amplitud podemos descubrir y sanar las heridas más profundas de nuestra alma.

¿Nos preguntamos alguna vez qué es lo que nos provoca tanta ansiedad; por qué nos quejamos cuando no conseguimos el amor que deseamos y necesitamos; qué es lo que sucede dentro de nosotros cuando sufrimos una pérdida importante, cuando un amor nos deja o uno de nuestros padres muere?

Escondido detrás de nuestras protecciones, negaciones y un estilo de vida adictivo, llevamos un niño interior profundamente atemorizado y herido. ¿Cuántos de nosotros nos hemos ...