

El arte de desaprender

La esencia de la Bioneuroemoción

Enric

Editorial: El Grano de Mostaza

ISBN: 9788494354915

Páginas: 392

Dimensiones: 15 x 23 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 20,00 €



SINOPSIS

En esta obra singular y sintética Enric Corbera expone las teorías de la ciencia de vanguardia —un saber consolidado, sólidamente expuesto y bien argumentado— en las que basa y fundamenta el método de la bioneuroemoción, una terapia que integra múltiples disciplinas y que ha consolidado a partir del tratamiento de las emociones. Sus propuestas son tan sensatas como evidentes: favorecer la coherencia emocional entre lo que sentimos y lo que hacemos, y aprender a tomar nuestro poder saliendo de la posición de víctimas en general y de los programas heredados de nuestros ancestros en particular.

Ahora bien, Enric llega muy lejos en su objetivo de mostrarnos este camino: «Hemos de tomar conciencia de que, de alguna manera, somos los hacedores y no meros observadores de los acontecimientos externos.» Lo que nos está indicando, no metafórica sino literalmente, supone un salto tan grande en nuestra manera de ver el mundo y a nosotros mismos que podemos asomarnos a ello sabiendo intuitivamente que es verdad, y, aún así, reaccionar con resistencia porque nos resulta más cómodo volver a la seguridad de nuestra pequeñez que seguir asomándonos al abismo de nuestra grandeza. Sin duda, esta es una verdad que puede resultar incómoda porque apunta a una responsabilidad completa de nuestras vidas, pero al mismo tiempo abre horizontes de curación y esperanza prácticamente ilimitados.

Y si bien muchos autores contemporáneos apuntan y explican que el pensamiento crea el mundo, aquí Enric da los primeros pasos hacia una descripción ordenada y científica del «cómo» de este proceso, una comprensión capaz de demoler algunas de nuestras creencias más arraigadas y de cambiar de raíz el mundo tal como lo conocemos, depositándonos de lleno en el verdadero cambio de paradigma.