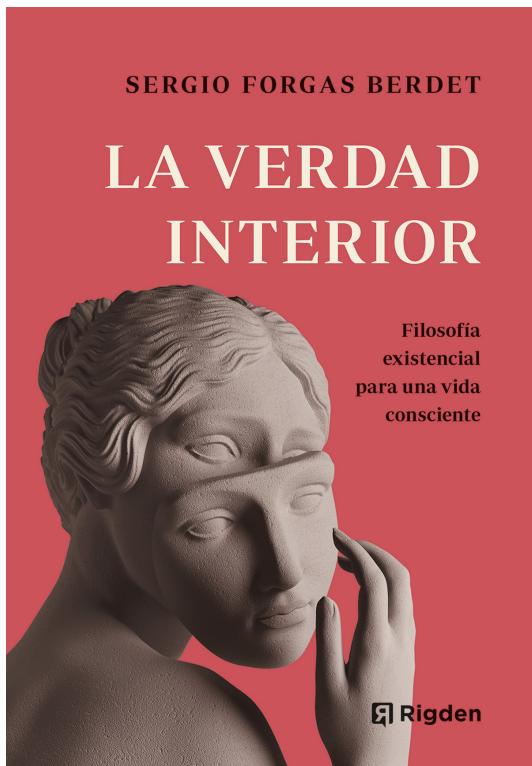


NOVEDAD



La verdad interior

Filosofía existencial para una vida consciente
Sergio

Editorial: Rigden
ISBN: 9788494998492
Páginas: 224
Dimensiones: 14,5 x 21
Encuadernación: Rústica
PVP.: 16,00 €

SINOPSIS

Un viaje al corazón de lo que somos: filosofía y terapia se unen para guiarnos en el arte de vivir con presencia, libertad y autenticidad *La verdad interior* nos invita a una búsqueda profundamente personal en torno a las grandes preguntas que atraviesan la existencia: la impermanencia, el miedo, el sentido, la soledad, la culpa y el anhelo de transformación. Nacido del encuentro entre la filosofía y la terapia humanista, este libro actúa como una brújula simbólica para el cuidado de uno mismo. Lejos de ofrecer respuestas cerradas, entrelaza las enseñanzas de Heráclito, Platón, Nietzsche o Heidegger con los desafíos de la vida contemporánea.

Desde su experiencia como profesor de filosofía y acompañante terapéutico, Sergio Forgas explora cómo el pensamiento puede ayudarnos a desvelar nuestras propias verdades, soltar las máscaras que nos protegen y reconciliarnos con el fluir de la existencia. Inspirado en el sentido griego de *aletheia*, la verdad entendida como desvelamiento, el autor nos invita a salir de la caverna de nuestras creencias y a danzar con la vida: una guía luminosa para quienes buscan vivir con más presencia, autenticidad y coraje.