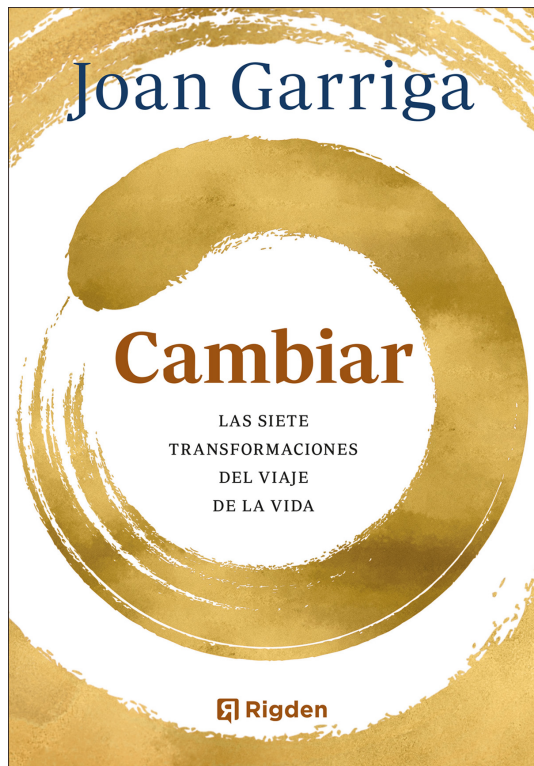


NOVEDAD**Cambiar**

Las siete transformaciones del viaje de la vida

Joan

Editorial: Rigden

ISBN: 9791388248023

Páginas: 192

Dimensiones: 14,5 x 21 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 16,00 €

SINOPSIS

Un mapa para recorrer las grandes metamorfosis de la existencia, atravesar las crisis del alma y recordar quién eres cuando todo se transforma

La vida cambia sin cesar: cambian las relaciones, los sueños y las creencias. Pero hay cambios que apenas nos rozan y otros que tocan lo más profundo del ser. En *Cambiar*, el psicólogo Joan Garriga nos invita a recorrer las siete grandes transformaciones del viaje humano: un itinerario que une psicología, filosofía y espiritualidad para ayudarnos a comprender qué ocurre cuando la vida nos llama a despertar. Quienes leyeron *¿Dónde están las monedas?* o *El buen amor en la pareja* reconocerán aquí una misma raíz: la confianza en la vida, la atención a los vínculos y una forma más amorosa y verdadera de estar en el mundo.

Cambiar amplía ese mapa y lo orienta hacia el movimiento profundo de la transformación mediante siete poderosos arquetipos, capaces de guiarnos en tiempos de crisis y búsqueda de sentido. Con la sabiduría de décadas de trabajo terapéutico y acompañamiento humano, Joan Garriga nos recuerda una verdad esencial: la transformación no consiste en convertirnos en alguien distinto a lo que ya somos, sino en regresar a aquello que siempre hemos sido. Un libro inspirador y práctico para quienes sienten que ha llegado el momento de vivir con más conciencia y libertad.