

editorial **K**airós

Monserrat Sanjuán, Laia

La revolución del Hara**Leibterapia y Técnicas de Centramiento**

La verdadera revolución es aquella que nos lleva a ser quienes somos y facilita que despleguemos todo nuestro potencial. Para ello, es imprescindible sobrepasar las escisiones entre mente y cuerpo, y entre cuerpo y espíritu, en las que estamos sumidos. La Leibterapia y las Técnicas de Centramiento acompañan a la persona en un camino hacia el sí mismo, un camino hacia su propio centro: el Hara.

Laia Monserrat sigue la línea trazada por el psicólogo y maestro K.G. Dürckheim, pero a la vez amplía sus propuestas y las hace más comprensibles para el mundo actual. El resultado es una psicoterapia zen que, con estas técnicas de centramiento, alcanza un grado de eficacia y rigor muy necesarios en la sociedad actual, tan falta de centramiento interior, autenticidad y sentido.



K

Argitaletxea	Kairós
Bilduma	Psicología
Azalak	Tapa blanda o rústica
Orrialdeak	232
Neurria	200x130x mm.
Pisua	280
Hizkuntza	Español
Gaia	Religiones y espiritualidad
EAN	9788499885520
PVP	15,00 €
PVP,BEZik gabe	14,42 €



9788499885520