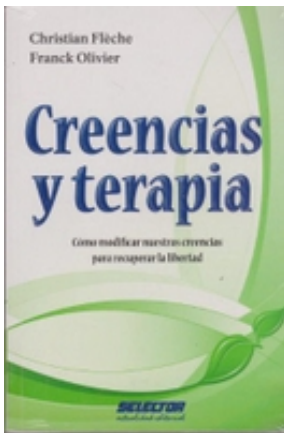


Creencias y terapia

publicado a la(s) hace 7 minutos por Jorge López [actualizado el hace un minuto]



Creencia y terapia

Cómo modificar nuestras creencias para recuperar la libertad

Christian Flèche, Franck Olivier

¿Qué es una creencia? ¿Cuándo, cómo y por qué se establece esa creencia? ¿Decide uno creer en todo lo que uno cree? Y, sobre todo, ¿cómo desenmascarar las creencias y liberarse de ellas? Éstas son las preguntas a las que Christian Flèche y Frank Olivier responden con precisión en esta obra consagrada a esas evidencias que nos gobiernan con nuestro conocimiento. La primera

parte, teórica, se dedica a la definición del concepto de creencias, presenta ejemplos explícitos de aquello que no identificamos de manera espontánea, como las creencias, pero, sobre todo, cómo son las verdades sobre nosotros mismo, sobre los demás y sobre el mundo. La segunda parte se orienta hacia la práctica y el cambio: cómo modificar nuestras creencias limitantes para recuperar la libertad del ser y la unidad del Yo. Los autores nos presentan diversas técnicas inspiradas en terapias breves. Fruto de la reflexión y producto de sus prácticas terapéuticas, este libro le brindará, por primera vez, las llaves para actualizar sus creencias y para rebasarlas. Una obra didáctica, ilustrada con numerosos ejemplos, dedicada a los terapeutas y a todas las personas que se encuentran en la búsqueda del cambio y de su evolución. ¡Afronte sus creencias con valor y no volverá a ver las cosas de la misma manera!

[Comprar Creencia y terapia](#)