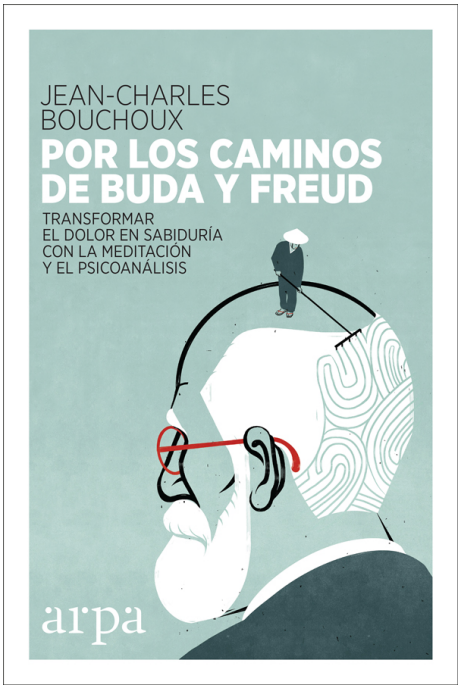

Jean-Charles, Bouchoux
Es psicoanalista, psicoterapeuta y escritor. Desde hace diez años forma a otros terapeutas, psicoanalistas y públicos confrontados con la relación de ayuda. También supervisa distintas organizaciones sin ánimo de lucro, como asociaciones de ayuda y de gestión de tutelas o parvularios. Es autor de varios libros e imparte conferencias en toda Europa. Su libro Los perversos narcisistas, superéxito de ventas en francés, lo ha consolidado como una de las voces más reconocidas y respetadas en el campo del tratamiento de la perversión narcisista.

Por los caminos de Buda y Freud

Autor: Jean-Charles, Bouchoux

Arpa
ISBN: 978-84-16601-61-5 / Rústica / 172pp | 140 x 213 cm
Precio: $ 26.500,00

Por los caminos de Buda y Freud analiza las herramientas que tenemos a nuestra disposición para convertir el dolor ?ya sea en forma de sufrimiento, rabia, cólera, frustración o cualquier otra? en un motor de crecimiento personal y espiritual. Para alcanzar este objetivo, Jean-Charles Bouchoux recurre a dos corrientes de pensamiento muy alejadas entre sí, pero sorprendentemente complementarias: la meditación y el psicoanálisis. En efecto, ambas comparten un mismo punto de partida ?el mundo es dolor? y una misma finalidad ?transformar el dolor en sabiduría. En la primera parte del libro se subrayan brevemente los momentos más relevantes de la vida de Buda y de Freud, «los dos mayores terapeutas de la historia». En la segunda parte se definen algunos conceptos y prácticas clave del psicoanálisis y de la meditación. La tercera parte, que constituye el corazón del libro, es una recopilación de saberes y lecciones que podemos poner en práctica para superar el dolor y alcanzar la sabiduría. Bouchoux enriquece el texto con testimonios de terapia y enseñanzas budistas que contribuyen a hacer la lectura amena y didáctica.

Por los caminos de Buda y Freud analiza las herramientas que tenemos a nuestra disposición para convertir el dolor ?ya sea en forma de sufrimiento, rabia, cólera, frustración o cualquier otra? en un motor de crecimiento personal y espiritual.