Date : 10/02/2021
Pages : 205
Format cm : 14 x 22
Prix : 18.9
EAN : 9782268104782

Les mémoires du corps

Se libérer de la répétition des traumatismes

Auteur: Myriam Brousse
Éditeur : Éditions du Rocher
Domaine : Livre pratique
Genres : Santé/bien-être/développement personnel
Mots-Clés : Psychologie - Affirmation de soi - Santé

Se libérer de la répétition des traumatismes familiaux.

Myriam Brousse, auteure du best-seller *Votre corps a une mémoire*, explore la mémoire corporelle, où les souffrances de l'enfance, du fœtus et les héritages ancestraux sont stockés. Ces souffrances réapparaissent cycliquement dans nos vies. Dans son ouvrage, elle dévoile le mécanisme de ces cycles persistants, même après des efforts d'introspection. Brousse enseigne une méthode permettant de remonter à la source de nos problèmes pour les résoudre, en abandonnant une approche purement intellectuelle au profit d'une compréhension profonde du parcours de vie. Ainsi, nous pouvons nous libérer des répétitions et des traumatismes, prendre conscience de notre destinée, et choisir notre propre chemin de vie.