

Scarica Gratis Non siamo nati per soffrire PDF - Raffaele Morelli



Il messaggio di Raffaele Morelli è tanto semplice quanto rivoluzionario: quando arriva il dolore, non bisogna evitarlo né combatterlo, ma cedergli, farsi vincere. Osservandolo senza volerlo spiegare, vivendolo senza volerlo scacciare, il disagio se ne andrà da solo, dopo averci portato il suo insegnamento profondo per farci rinascere e ridare senso alla nostra vita. «Quando il dolore mi chiama - spiega lo psicoterapeuta - cerco di non parlare con me stesso. Non faccio nessuna autocritica. Porto dolcemente l'attenzione sul dolore, senza oppormi, e me ne lascio sopraffare; cerco di sentire bene la sua presenza, di osservare in quale parte del mio corpo si irradia. So per certo che più cerco la causa del disagio, più cerco di spiegarla, di capirla, di correggerla, più soffrirò.» Con un'affascinante miscela di saggezza orientale e storie di vita reale, l'autore di.....

Titolo	:	Non siamo nati per soffrire
Autore	:	Raffaele Morelli
Categoria	:	Famiglia e relazioni
Pubblicato	:	07/10/2010
Editore	:	Mondadori
Pagine	:	140
Lingua	:	Italiano
File Size	:	461.30kB

[Scarica Gratis Non siamo nati per soffrire PDF - Raffaele Morelli](#)

