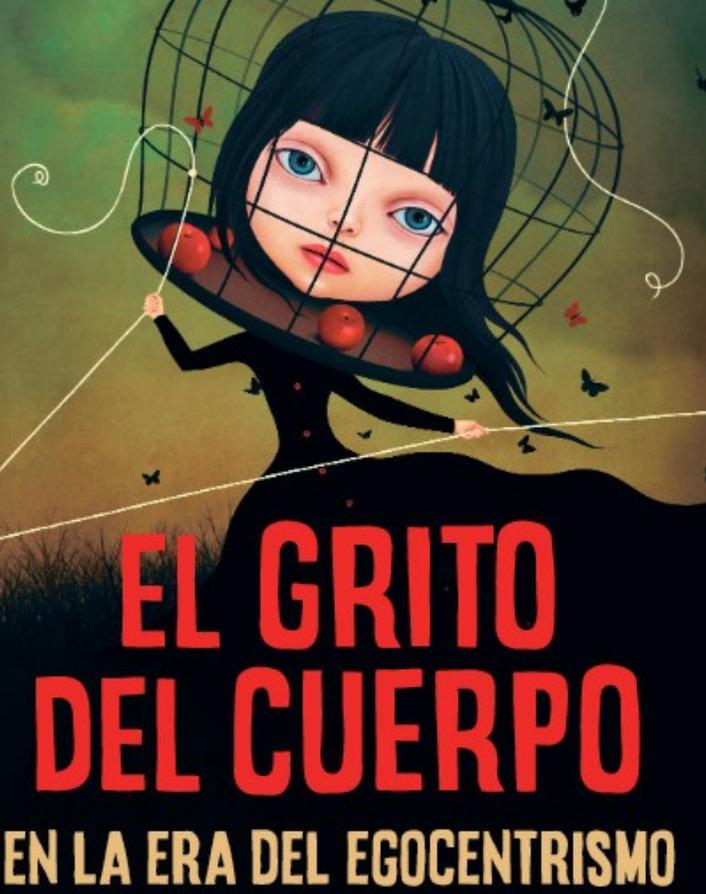


ALEJANDRA BRENER



EL GRITO DEL CUERPO EN LA ERA DEL EGOCENTRISMO

Lea

El grito del cuerpo en la era del egocentrismo

¿Estoy alejada/o de mi propio ser?

Alejandra Brener realiza un trabajo meticuloso desarrollando herramientas y reflexiones para reconocer uno de los trastornos más agudizados en la actualidad, que nos azota social e individualmente: el narcisismo. La autora comparte en este libro algunos testimonios reales que le fueron otorgados en su consultorio terapéutico Espacio a Tierra, en el que sus pacientes reconocen las relaciones tortuosas vividas y comparten su modo de sanar.

En estos tiempos donde el egocentrismo genera una atmósfera de emociones engañosas y el «marketing» crea ilusiones de un bienestar que no se acerca para nada a la realidad, es necesario quitar las máscaras y empezar a escuchar lo que el interior manifiesta a voz en grito, a través de un idioma corporal que debemos aprender a interpretar para alcanzar la plenitud.

» Alejandra Brener



Alejandra Brener es licenciada en Ciencias de la Educación, terapeuta corporal bioenergista y profesora de yoga. Durante más de treinta años se ha formado en técnicas corporales expresivas como expresión corporal, «contact» improvisación, danza teatro, eutonía, «feldenkrais», esferokinesis y psicodrama. Actualmente, coordina Espacio a Tierra, un centro de práctica de ejercicios bioenergéticos y sesiones terapéuticas —del que además es fundadora— y se desempeña como docente de Bioenergética en la Diplomatura Superior en Prácticas Corporales Motrices y Expresivas desde un Enfoque Interdisciplinario en el Instituto Superior de Educación Física n.º 1 Dr. Enrique Romero Brest. Es autora de «Bioenergética, una terapéutica del cuerpo. La experiencia emocional como fenómeno corporal» y coautora, junto con Patricia Arias, de «Sentir y Pensar la Educación Física. Profesoras y profesores como arte-sanos de lo corporal».

PSICOLOGÍA • Alternativa • LEA España



9788410520776

Thema: MJC; VFJ
978-84-10520-77-6
240 páginas
Rústica con solapas
15 x 23 x 1.3 cm · 367 g
PVP: 21 €