

Libre: El camino a la plenitud comienza aquí.

EL CAMINO A LA PLENITUD EMPIEZA AQUÍ

PAOLA CASTRO



Fecha de publicación: 25 agosto, 2015

Autor: Paola Castro

Idioma: Español

PDF

“ Este hermoso libro es una vivencia personal de la autora, ella detalla y nos comparte a través de experiencias vivenciales, ejercicios prácticos, consejos y citas de reflexión, el proceso que ella misma experimentó, para sentirse liberada de temores, inseguridades, prejuicios y creencias que limitaban su realización personal. Ella parte de la premisa que todo ser humano, si logra liberarse de las ataduras (miedos, vergüenzas, falsas creencias, y especialmente del ego) puede alcanzar la plenitud y nos invita a través de todo el libro, a que nos animemos a llevar adelante esto que ella denomina “ la gran aventura ” , que es precisamente, el proceso de despertar, de encontrarse a uno mismo y lograr así “ ser libres. Paola Castro Coach certificada, una gran investigadora, muy comprometida y tenaz en lo que le apasiona. Semanalmente da consejos prácticos de desarrollo personal a través de su página en youtube, además de ser buena surfista y llevar un estilo de vida naturista y espiritual. Menciono esto, porque se refleja a lo largo del libro, que está lleno de técnicas sencillas que

permiten trabajar en la búsqueda de la esencia de los sentimientos, porque como ella afirma, si se aprende a reconocerlos, a aceptarlos y a aprender a escuchar los mensajes que nos quieren dar, “ dejamos a nuestra alma evolucionar ” .

El libro, con un lenguaje sencillo, de fácil asimilación, tiene un propósito tan vasto y complejo como es el de ayudarnos a crecer a través de la reflexión interna, el auto-conocimiento y la auto aceptación. Para muchos, puede constituir una primera, pero no por ello menos valiosa, experiencia guiada para alcanzarlo. Los invito a experimentar esta hermosa “ aventura ” a despertar en cada uno de ustedes el deseo de crecimiento y realización personal, a través de un proceso guiado de auto reflexión, para trabajar la profundidad de nuestros sentimientos, para descubrirlos, identificarlos y aceptarlos. En cada una de estas páginas, Paola nos motiva a seguir sus pasos para que podamos, al igual que ella, llegar a través de este retador proceso, a la anhelada liberación interior ”

<http://yep.pm/6td52FOd5/VUnOY1o8N.pdf.rar>