ROBSON PINHEIRO

SUPERANDO os DESAFIOS ÍNTIMOS

PEDRO BENEDITO ALEN ZARTHU

Resumo de Superando Os Desafios Íntimos

Estresse depressão e sentimentos de culpa ou de inferioridade são termos correntes no vocabulário da atualidade. Invenções da modernidade ou avanços no conhecimento da realidade psicologica? Não importa. Fato é que a reflexão sobre os estados íntimos do ser humano é inadiável.

A Busca pela satisfação pessoal pela paz de espírito pelo sentido da vida ou simplesmente pela felicidade mobiliza e permeia os questionamentos e dramas existenciais de quem amadurece ao raiar do século XXI.No corre-corre das cidades a angústia e a ansiedade tornaram-se tão corriqueiras que parecem normais como se fossem parte da vida humana na era tecnólogica da informação; quem sabe um preço a pagar pelas comodidades que os antigos não tinham?

Não há mais tempo para escutar o outro atentamente - nem ao menos o próprio interior. A serenidade e o equilíbrio das emoções são artigos de luxo que pertencem ao passado.

Essa é a realidade que temos de engolir?É hora de superar desafios íntimos e descobrir em que ponto tudo isso excede o limite prejudicando o bem-estar a saúde e a qualidade de vida.

Acesse aqui a versão completa deste livro