

**PRESENTACIÓN LIBRO**

Presentación del libro "Un nuevo despertar", de Griselda Vidiella

Centre FAC, Barcelona

Gratis

Compartir

Categoría: Presentación libro**Tema:** Salud y calidad de vida**Dónde:** Centre FAC**Fechas:** 15/03/16 al 15/03/16**Horas:** 18:00 - 19:00**Dirección:** Plaza Pep Ventura, 1 - 08017 Vallvidrera - Barcelona**Localidad:** Barcelona**Datos de contacto**[Web](#)**Información facilitada por**

Albert Rossell

Descripción

Griselda Vidiella, psicóloga evolutiva y naturópata presentar su primer libro. "Un nuevo despertar" (Ediciones Luciémaga) es una llamada a la conciencia. El libro se puede utilizar como herramienta para el crecimiento personal. Permite hacer un diagnóstico del...

[Leer más](#) ▾

Catalunya Ràdio
L'ofici de viure
Participació de Griselda Vidiella (tall de veu)
19/03/2016

Enllaç: <http://www.ccma.cat/catradio/alcanta/lofici-de-viure/lofici-de-viure-evitar-situacions-o-persones/audio/914100/>



L'OFICI DE VIURE TOTS ELS ÀUDIOS WEB DEL PROGRAMA

L'ofici de viure: Evitar situacions o persones

19/03/2016       15 INSEREIX

És freqüent evitar aquelles situacions o persones que causen patiment, o per les quals es creu que no s'està preparat, i aquesta reacció obeeix a l'instint natural de protegir-se del dolor i de la frustració. Però cal saber què hi ha darrera la voluntat d'evitació i si ens protegeix o ens evita viure amb plenitud. En parlarem amb la Doctora en Belles Arts Míriam Subirana, autora entre d'altres de "Florecer juntos"; i amb el Doctor en Filosofia i Teologia Francesc Torralba, autor entre d'altres de "El coratge de ser un mateix". I escoltarem per començar a la psicoterapeuta Griselda Vidiella, experta en medicina hol·lística, i autora del llibre "Un nuevo despertar". Escoltarem també l'espai de creixement personal de Sergi Torres, i el bloc de notes de l'Àlex Rovira.



NOSOTRAS.COM

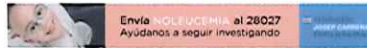
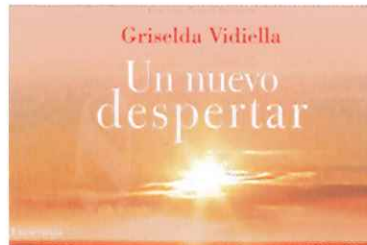
Menú navegación ▼

Libro de la semana: 'Un nuevo despertar' de Griselda Vidiella

SALUD

Like Share 17

G+1 0



Envía tu opinión al 28027
Ayúdanos a seguir investigando

Autor: Clara Martín | 20/03/2016

Cuando el libro **'Un nuevo despertar'** de **Griselda Vidiella** cae en tus manos, no es por casualidad. Significa que **en tu camino de evolución interior** necesitas un libro como éste para **seguir construyendo buenos cimientos**. ¿Y qué es la vida sino un escenario que construimos y tenemos que procurar lo más firme posible?

Para Griselda Vidiella vivimos en una **sociedad enferma**. En un sistema **'trampa'** que nos obliga a elegir entre el **Ser** o el **Estar** desde que nacemos. El que elige el **'Ser'** - hemisferio cerebral derecho- permanecerá **anclado en su eje y le permitirá actuar como realmente es**. El que elige el **'Estar'** - hemisferio cerebral izquierdo- vivirá

su vida como una consecuencia **de lo que pasa a su alrededor**: estará contento, estará agobiado, estará enfadado, **estará condicionado por el exterior**.

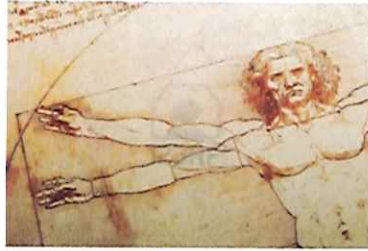


La 'trampa' del sistema es que **prácticamente no nos dejan elegir**. Desde muy pequeños nos educan para **desarrollar el hemisferio izquierdo del cerebro**, lo que paulatinamente **nos va alejando cada vez más del derecho y consecuentemente del centro**. **Tal como dice la autora**, "Estar es formar parte de una obra de teatro que tú no has escogido conscientemente e interpretar el guión que otros han creado para ti".

Según Griselda, 'Ser' es **detectar la trampas de la vida**, la aptitud de saber diferenciar si una **situación nos será favorable o desfavorable**, la facultad de sentir si una persona nos traerá problemas o no, **y vivir en el 'aquí y en el ahora'**. Pero para 'Ser' hay que desaprender todo lo aprendido, **deshacerte de bloqueos energéticos acumulados** por la experiencia y actuar en concordancia con tu centro. Algo nada fácil teniendo en cuenta que **ni siquiera somos conscientes de los bloqueos que arrastramos**.

Así pues, si nuestro objetivo es un estado óptimo de salud, el primer paso es **identificar los bloqueos energéticos**, ser conscientes de **su origen** y poner en marcha **la técnica más adecuada para liberarlos**. En el libro 'Un nuevo despertar' nos explica **qué tipos de bloqueos existen** y cómo puede ayudar la

medicina holística a curarnos de forma integral.



Griselda Vidiella es una experta en diagnósticos de este tipo. **Psicoterapeuta holística y naturópata**, es la creadora del **sistema terapéutico Keymac** y fundadora del **Centre Terapèutic Alternatiu de Catalunya -FAC-**. Hace más de 20 años que se dedica a la **medicina holística** tratando el cuerpo humano como un todo global y actuando en sus distintos cuerpos: **físico, mental, emocional y energético**.

Este libro es una puerta hacia una **nueva conciencia, una nueva forma de entender el cuerpo humano, el mundo** y en definitiva, **un buen recurso para empezar a 'despertar'**.

Imágenes: *Pinterest*

Noticias relacionadas en [nosotras.com](#)

- ['Cine a la carta' ¡Come de película!](#) (0)
- ['Barcelona Alta costura': Un homenaje a la moda del s. XX](#) (0)
- [¿Tu chico no lee? Alternativas para regalar en Sant Jordi](#) (0)
- [¿Todavía no tienes una fashion library?](#) (0)
- [¿Tienes un buen fondo de armario?, te damos las claves para conseguirlo](#) (0)

Más sobre: [libro de la semana](#) | [libros](#) | [libros recomendados](#) |

