

Todos estamos programados para vivir la vida en todo su esplendor. Sin embargo, la mayoría arrastramos una sensación difusa de malestar, que se expresa en forma de nerviosismo, miedo, inquietud, fracaso laboral o sentimental... ¿Por qué no conseguimos ser felices? Es lo que los doctores **George Pratt** y **Peter Lambrou** denominan «la niebla del sufrimiento». Se trata de sentimientos e ideas, en parte subconscientes y en parte bioeléctricos, que empañan diversos aspectos de nuestra vida desde un dominio ajeno al pensamiento consciente, lógico y verbal.

Ahora por primera vez, los lectores poseen la llave para acceder a ese dominio. Se llama **psicología de la energía**, un enfoque que utiliza técnicas innovadoras para desbloquear los centros energéticos del cuerpo que retienen la rabia, la culpa, el miedo y otros sentimientos negativos.

Para conseguir que «la niebla» se evapore el libro nos presenta un sencillo programa en cuatro pasos, avalado por deportistas de élite, actores, actrices, altos ejecutivos y miles de ciudadanos que ya lo han llevado a la práctica:

1. **Identificar.** Detectar las experiencias negativas que nos impiden disfrutar al máximo de nuestra vida.
2. **Limpiar.** Purificar los sistemas energéticos del cuerpo.
3. **Reprogramar.** Incorporar un nuevo sistema de creencias positivas que sustituya a las antiguas ansiedades.
4. **Anclar.** Crear una base sólida para que los efectos de los pasos anteriores duren de por vida.

El código de la felicidad, con prólogo del famoso periodista estadounidense **Larry King**, es un libro fascinante con casos prácticos y ejemplos que cambiará nuestra vida para siempre.



Los autores



© Barry Smith



© Lauren Taylor Photography

Peter Lambrou y **George Pratt** son doctores en psicología, especializados en psicología clínica. Ambos investigan y pasan consulta en el Hospital Scripps Memorial de La Jolla, California. Poseen también sus propias consultas privadas en La Jolla, especializadas en técnicas de psicoterapia, hipnoterapia y excelencia personal.

Han ayudado a deportistas de élite, estrellas del cine y altos ejecutivos, así como a infinidad de personas de a pie, a alcanzar su máximo potencial.

EL CÓDIGO DE LA FELICIDAD
Peter Lambrou y George Pratt

Sello: **Urano**

Colección: **Crecimiento Personal**

P.V.P.: **16 € – 288 páginas**

Lanzamiento: **noviembre de 2012**



URANO

