



Fecha de publicación:
16/06/2020

Sello Editorial:
Libros Cúpula

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

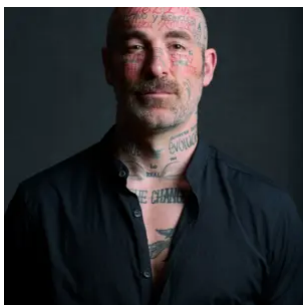
Teléfono: 934928633

Email: pcordon@planeta.es

Nombre: Ester Torras

Teléfono: 934928895

Email: etorras@planeta.es



Una psicología real

Dr. Sergi Rufi

El libro de autoayuda para los que lo han probado todo y no les ha funcionado nada.

SEGUNDA EDICIÓN

En un mundo artificial como el actual, donde el psicólogo lo sabe todo, el *coach* se muestra perfecto, el profesor de yoga sonríe a todas horas y el desarrollo personal es un negocio, el doctor Sergi Rufi disiente, se moja y comparte desde la crudeza de la imperfección su propio camino y vía de sanación. Con un verbo afilado y sin pelos en la lengua, narra primero su experiencia como bala perdida y eterno paciente, y como profesor universitario y terapeuta consolidado después.

Un texto de psicología alternativa para espíritus jóvenes, valientes e inconformistas. Un exabrupto atemporal contra la cultura oficial, la psicología convencional y la autoayuda comercial, contado en primera persona por un peculiar doctor en psicología.

Un ensayo autobiográfico sobre angustia, incompreensión, rebeldía y redención. Un manifiesto contundente sobre las causas del sufrimiento en el siglo XXI. Un alegato a favor de una nueva psicología más REAL y de una espiritualidad útil, más verdadera.

Es la era de la «nueva normalidad», la hora de una mayor coherencia y honestidad. Lo REAL no va de pensamiento positivo o negativo, ni de hacerlo mejor o lograr más cosas. Lo REAL no va de seguir modas, va de la pureza del sentimiento y la reflexión personal. Cada camino es único e intransferible y nadie nos puede decir cómo vivir nuestra vida.

Dr. Sergi Rufi

Sergi Rufi es doctor en Psicología y autor de cinco libros en los que defiende una psicología profunda, humana, sensible y realista. Con más de veintiséis años de trayectoria en los ámbitos de la psicología y la espiritualidad, durante varios años estuvo vinculado al mundo académico como docente e investigador en la Facultad de Psicología de la Universidad de Barcelona.

Los últimos catorce años los ha dedicado al acompañamiento terapéutico, acompañando a miles de personas a vivir una vida con menos culpa, vergüenza y frustración, y más conexión, sentido y autenticidad.