



Fecha de publicación:

31/01/2025

Sello Editorial:

Ediciones Destino

Contacto de prensa

Nombre: Ficción Internacional

Email: prensaficcioninternacional@planeta.es

Nombre: NARRATIVA Y ENSAYO EN

CASTELLANO: Alba Fité

Teléfono: 93 492 80 27

Email: afite@edestino.es



Constelar la vida

Joan Garriga

Una mirada singular a las constelaciones familiares por su máximo referente en lengua española.

Una mirada singular a las constelaciones familiares por su máximo referente en lengua española.

Los vínculos, las raíces, las relaciones y el amor son las unidades básicas de la vida y nos convierten en lo que realmente somos. ¿Por qué son tan importantes? ¿Cómo nos sostienen, y cómo su ausencia, o su negación, nos causan sufrimiento e infelicidad? Cuando aparece, el dolor nos pide un enfoque inédito que nos permita superarlo. Esta es la función de las constelaciones familiares: una herramienta de autoconocimiento que nos insta a comprender el pasado, crear salud para el presente y auspiciar un buen futuro. Una llave maestra que logra abrir puertas cerradas durante generaciones y nos sirve para orientarnos en el laberinto de la existencia.

El psicólogo y gestaltista Joan Garriga, referente mundial de esta terapia sistémica, traslada las constelaciones familiares al campo de la filosofía, la ética y la espiritualidad. A través de anécdotas, cuentos de sabiduría, relatos mitológicos y casos reales, observaremos las tramas sutiles que las personas experimentan en su vida, llevándonos a una nueva comprensión de la condición humana.

Joan Garriga

Joan Garriga (Bellpuig, 1957) es licenciado en Psicología por la Universidad de Barcelona. En 1986 cofundó el Institut Gestalt de Barcelona. Es terapeuta y formador en Constelaciones familiares, terapia Gestalt, Eneagrama, PNL y *coaching* sistémico. En 1999 introdujo en España a Bert Hellinger, creador de las constelaciones familiares, y él mismo se ha convertido en uno de los principales exponentes de esta terapia en España y el mundo hispanohablante. Ha publicado artículos sobre psicoterapia en revistas especializadas y es autor de *¿Dónde están las monedas?* (2006), *Vivir en el alma* (2008), *El buen amor en la pareja* (Destino, 2013), *La llave de la buena vida* (Destino, 2014), *Bailando juntos* (Destino, 2020), *Decir sí a la vida* (Destino, 2021) y *Constelar la vida* (Destino, 2024), con un gran éxito de crítica y más de 200.000 lectores.

Instagram: [@joan.garriga.bacardi](https://www.instagram.com/joan.garriga.bacardi)

Facebook: Joan Garriga

Youtube: Joan Garriga Bacardi www.joangarriga.com