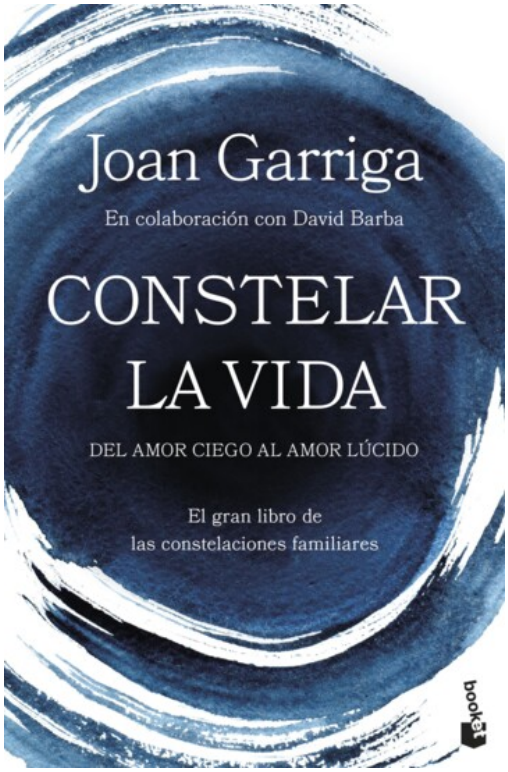

Constelar la vida

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.

Fecha de publicación:
25/11/2026

Sello Editorial:
Booket

Contacto de prensa



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
Facebook: Joan Garriga
Youtube: Joan Garriga Bacardi www.joangarriga.com