kevin leman

o que as lembranças de infância revelam sobre você

e o que você pode fazer em relação a isso

Resumo de O que as Lembranças de Infância Revelam Sobre Você

As lembranças de sua infância são essenciais para descobrir quem você realmente é, e não quem gostaria de ser. É no passado que estão trancafiados a sete chaves os momentos que formaram a pessoa em que você se tornou.

O problema é que você pode ter deixado lá não apenas suas lembranças, mas você mesmo. Por isso, a decisão de resgatar as lembranças, por mais dolorosas que sejam, lhe permitirá conhecer-se melhor e relacionar-se melhor com as pessoas ao seu redor.

Embora não se possa mudar o passado, compreendê-lo a partir das lembranças da infância, com as palavras e emoções que você usa ao descrevê-las, é a chave para descobrir quem você realmente é.

Não se trata, portanto, de remoer o passado, mas de aprender a relacionar-se com ele de maneira digna e restauradora, tornando-se uma pessoa mais serena e disposta a encarar com maturidade as decepções, os enigmas e as contradições da vida.

À medida que o processo de redescobrimento é posto em prática, além de poder reconciliar-se com você mesmo, saberá como melhor inserir-se no ambiente familiar, no trabalho e junto aos amigos.

A correta compreensão da infância também lhe permitirá identificar e avaliar as marcas que seus filhos estarão carregando para a vida adulta, podendo, se for o caso, provocar mudanças que os beneficiem já.

Acesse aqui a versão completa deste livro