

The book was found

Desapegarse Sin Anestesia: CÃ³mo Soltarse De Todo Aquello Que Nos Quita EnergÃ­a Y Bienestar (Biblioteca Walter Riso) (Spanish Edition)





Synopsis

One of the worst psychological ills that exist is emotional attachment. This type of dependency not only causes suffering and infidelity, but it also creates an obstacle to personal growth.Â Walter Riso demonstrates that attaching oneself to a person, object, activity, or sentiment in an obsessive or irrational way impedes obtaining a full and happy life. These pages invite us to leave behind what we do not need, that which imprisons and ties down our development, reducing the capacity we have to decide and act. Detaching oneself does not mean renouncing passions or goals, or demonstrating indifference to others. Contrarily, it deals with assuming a free existence,Â without encrypting individual wellbeing or the meaning of life in a specific aspect of reality.

Book Information

Series: Biblioteca Walter Riso

Paperback: 192 pages

Publisher: Editorial Oceano de Mexico (October 1, 2012)

Language: Spanish

ISBN-10: 6074008477

ISBN-13: 978-6074008470

Product Dimensions: 6 x 0.6 x 9 inches

Shipping Weight: 6.4 ounces (View shipping rates and policies)

Average Customer Review: 4.6 out of 5 stars 67 customer reviews

Best Sellers Rank: #99,870 in Books (See Top 100 in Books) #93 inÂ Books > Health, Fitness & Dieting > Mental Health > Compulsive Behavior #968 inÂ Books > Health, Fitness & Dieting > Mental Health > Happiness #1051 inÂ Books > Libros en espaÃfÂ ol

Customer Reviews

Walter Riso is a psychologist, specializing in cognitive therapy and bioethics. For over 28 years he has worked as a therapist, practicing alternately as a university chair while contributing with scientific publications and psychological disclosures. He is a professor of cognitive therapy in different psychological schools in Latin America and Spain, and is the honorary president of the Columbian Association of Cognitive Therapy. His previous works include El camino de los sabios, La afectividad masculina, and Amores altamente peligrosos.

EN CIERTA FORMA UNA MANERA BUENA DE FIOSOFIA DE VIDA. Y ES VERDAD VIVIMOS ATADOS A TANTAS COSAS QUE NOS CUESTA TANTO VIVIR SIN ELLAS,SIN EMBARGO

NADA ES IMPOSIBLE, CUESTA PERO, SE PUEDE LOGRAR CON MUCHA VOLUNTAD Y FE.
ESTE LIBRO ES UNA GUIA EXELENTE EN EL CAMINO AL DESARROLLO HUMANO Y
PERSONAL DE QUIEN QUIERA CAMBIAR SU VIDA =)

Excelente libro para entender diferentes aproximaciones para librarse de varios tipos de apego.
Solo hay que leerlo sabiendo que no hay recetas mágicas, hay que trabajar para tener resultados.

fue una experiencia agradable leer este libro donde explica en forma por mas amena y entendible
los factores que nos llevan a este mundo lleno de dependencias , la mayoría innecesarias, que
hacen pesada nuestra existencia si no las identificamos y sabemos manejar y en algunos caso
eliminar, recomiendo este libro ara todo aquel que sabiendolo o no esta dentro de algun proces
adictivo, es una lectura obligada para todos aquellos que quieran entender la naturaleza humana y
aplicar estos conocimientos el dia por dia.

muy bien libro la vida es muy sencilla desafortunadamente solo hemos aprendido a complicarla lo
recomiendo ampliamente

Excelente libro como todos los escritos de Walter Riso

Definitivamente al leer este libro he descubierto muchos apegos, en los cuales he comenzado a
trabajar para desapegarnos de ellos sin anestesia. Le agradeceré eternamente a una amiga que
me lo recomendó , pues Yo estaba al borde del colapso y sobre todo con un apego sentimental de
pareja. Muchas gracias!

Me gusto porque es una forma de entender que la felicidad depende primeramente de uno mismo y
no de otra persona o objeto.

ok

[Download to continue reading...](#)

Desapegarse sin anestesia: Cómo soltarse de todo aquello que nos quita energía y bienestar
(Biblioteca Walter Riso) (Spanish Edition) Ya te dije adiós, ahora cómo te olvido. Una guía para
sacarse al ex de la cabeza y el corazón (Biblioteca Walter Riso) (Spanish Edition) ¡Qué rico!
Todo lo que hay que saber sobre la comida (Las Tres Edades / Nos Gusta Saber) (Spanish Edition)

El Sistema de Energía Solar: Una completa guía práctica para el diseño de un sistema de energía solar para Smart Dummies (Spanish Edition) "¿Cómo son los Hombres Egipcios Musulmanes": ¿Es verdad todo lo que dicen de ellos? Realidad sobre los mitos acerca de esta cultura Guía para mujeres en amores con egipcios. (Spanish Edition) Todo lo que hay que saber sobre el vino: Cepajes, maridajes y degustaciones (Spanish Edition) Remedios naturales para aumentar la testosterona: Cómo mejorar la salud sexual y la energía masculina (Spanish Edition) Cómo hacer un generador de energía solar por menos de \$ 300 (Spanish Edition) Energía Solar FV Fuera de Red: Cómo Construir Sistemas de Energía Solar FV para Sistemas de Potencias Aislados de Iluminación LED, Cámaras, ... Viviendas en Sitios Remotos (Spanish Edition) "Salvo que me muera antes": El día en que murió Kirchner. La noche que nació el cristianismo (Spanish Edition) No quiero crecer. Cómo superar el miedo a ser grande (Biblioteca Pilar Sordo) (Spanish Edition) Todo Sobre Las Serpientes [All About Snakes]: Todo Sobre Animales nº 1 Diabetes de la A a la Z: Todo lo que necesita saber acerca de la diabetes, explicado con claridad y sencillez (Spanish Edition) Las claves para dominar el SEO: Todo lo que has de saber para posicionar una web en Google (Marketing Online nº 3) (Spanish Edition) Cómo Dibujar: Princesas: Libros de Dibujo (Cómo Dibujar Comics) (Volume 32) (Spanish Edition) Cómo vencer tus Miedos y tener Confianza en ti mismo [How to Overcome Your Fears and Have Confidence in Yourself]: El método para tener Autoconfianza total [The Method for Full Self-Reliance] El legado para la riqueza.: Dubai y Abu Dhabi, cómo alcanzaron la grandeza. Emergió en el Medio Oriente un lugar sin precedentes.(Spanish Edition) Cómo hablarles a los jóvenes sin dormirlos (Especialidades Juveniles) (Spanish Edition) Anestesia de bolsillo (Spanish Edition) Por una vuelta al socialismo: o cómo el capitalismo nos hace menos libres (Derecho y Política) (Spanish Edition)

[Contact Us](#)

[DMCA](#)

[Privacy](#)

[FAQ & Help](#)