

The book was found

# Sabiduría Emocional: Un Reencuentro Con Las Fuentes Naturales Del Bienestar Y La Salud Emocional (Biblioteca Walter Riso) (Spanish Edition)



## Synopsis

Un llamado a rescatar las emociones benéficas e integrarlas a la vida cotidiana para vivir con más plenitud. Walter Riso hace un llamado a restaurar el equilibrio mente-cuerpo mediante el rescate de uno de nuestros recursos más valiosos y también más desprestigiado: la emoción biológica. Aun cuando la inteligencia racional es una de las herramientas más poderosas del ser humano, la cual le ha permitido sobrevivir, ésta no basta para garantizar el equilibrio, la armonía interna ni la salud física y psicológica de las personas. Es necesario complementar nuestra parte racional con el poder y la sabiduría innata que habita en las emociones. Este libro muestra cómo equilibrar dichos componentes y aprovecharlos para nuestro beneficio. Walter Riso es psicólogo, especialista en terapia cognitiva y magister en bioética. Desde hace veintiocho años trabaja como terapeuta, labor que alterna con el ejercicio de la cátedra universitaria, la realización de investigaciones en la práctica clínica y publicaciones científicas y de divulgación psicológica. Actualmente es profesor de terapia cognitiva en diferentes facultades de psicología en Latinoamérica y España y es presidente honorario de la Asociación Colombiana de Terapia Cognitiva.

## Book Information

File Size: 443 KB

Print Length: 128 pages

Publisher: Océano expres; 1 edition (February 1, 2015)

Publication Date: February 1, 2015

Sold by: Digital Services LLC

Language: Spanish

ASIN: B0112VSJWQ

Word Wise: Not Enabled

Lending: Not Enabled

Enhanced Typesetting: Enabled

Best Sellers Rank: #171,487 Paid in Kindle Store (See Top 100 Paid in Kindle Store) #26

in Books > Libros en español > Salud, mente y cuerpo > Salud Mental #39 in Books >

Libros en español > Religión y espiritualidad > Espiritualidad > Transformación Personal

#90 in Books > Libros en español > Salud, mente y cuerpo > Auto-Ayuda >

Transformación Personal

## Customer Reviews

Este libro ha impactado y cambiado mi vida de una manera extraordinaria. Sinceramente creo que contiene material que debería ser tomado como base en la educación de nuestros hijos muy especialmente de los pre-adolescentes. Si de adolescente alguien me hubiese orientado como lo hace el Dr Riso, mi vida hubiese seguido un rumbo menos tormentoso sin duda alguna. Leanlo, les va a encantar, aplicarlo es un poco complicado por que estamos demasiado adaptados y acostumbrados a un mundo y a unas circunstancias que no nos permiten ver la realidad, pero una vez que lo hayan leído, muchos cambios positivos llegarán solos a su vida y esta ya no será la misma. Lo único que tienen que hacer es leerlo, entenderlo, abrir bien los ojos y aceptarlo, no intenten cambiar de la noche a la mañana, si les gusta el contenido, vuelvanlo a leer y sabrán de que hablo.

I can read, read and read this book without getting tired. It teaches how to turn our emotions into the engine of our life.

Te ayuda en el auto conocimiento de lo que sientes emocionalmente. Te orienta para la conciencia y el cambio que te puedan conducir a un mejor estilo de vida: más equilibrado y satisfactorio.

Love Walter Riso...excellent book, very helpful!

very good and very clear standard language.

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

Sabiduría Emocional: Un reencuentro con las fuentes naturales del bienestar y la salud emocional (Biblioteca Walter Riso) (Spanish Edition) Aromaterapia y Terapias Naturales para Cuerpo y Mente La Guía Holística para Bienestar, Equilibrio y Belleza: Crea Tu Propio Spa de Bienestar Holístico ... Terapias Naturales) (Spanish Edition) Desapegarse sin anestesia: Cómo soltarse de todo aquello que nos quita energía y bienestar (Biblioteca Walter Riso) (Spanish Edition) El poder del pensamiento flexible: De una mente rígida, a una mente libre y abierta al cambio (Biblioteca Walter Riso) (Spanish Edition) Los límites del amor: Hasta dónde amarte sin renunciar a lo que soy (Biblioteca Walter Riso) (Spanish Edition) Medicina Alternativa: Salud de la Naturaleza: Introducción a los diferentes sistemas de salud naturales - Encuentra el correcto para tu salud y felicidad (Spanish Edition) Inteligencia Emocional ¡Ya! Cómo aprender Inteligencia Emocional con técnicas y aplicaciones: Manual práctico de Inteligencia Emocional (PNL YANAG 3) (Spanish Edition) Maravillosamente imperfecto, escandalosamente feliz: Diez premisas

liberadoras que transformarÃ¡n tu vida de manera radical (Biblioteca Walter Riso) (Spanish Edition)  
La fidelidad es mucho mÃ¡s que amor: CÃmo prevenir y afrontar los problemas de la infidelidad  
(Biblioteca Walter Riso) (Spanish Edition) EnamÃorate de ti: El valor imprescindible de la autoestima  
(aprendiendo a quererse a sÃ mismo) (Biblioteca Walter Riso) (Spanish Edition) Las 7 Llaves de la  
Felicidad [The 7 Keys to Happiness]: Las Fuentes de Bienestar y su Orden Natural [Sources of  
Wellness and the Natural Order] Las sabidurÃa del Hold'em poker para todos (Biblioteca Pensar  
Poker nÂº 5) (Spanish Edition) Los Cuatro Acuerdos (Un libro de la sabidurÃa tolteca) (Una libro  
de la sabidurÃa tolteca) (Spanish Edition) Mejora tu salud de poquito a poco &#150; Una guÃa  
completa de bienestar para ti y tu familia (Serie: Consulta con Doctor Juan) / Improve your Health:  
Little By Little (Spanish Edition) Regreso a casa: Un reencuentro con el destino (Spanish Edition)  
SabidurÃa emocional (Spanish Edition) El Libro del fracaso: La sabidurÃa del fracaso desde el  
movimiento de emprendedores mÃs activo del mundo (Fuckup Nights nÂº 1) (Spanish Edition) Las  
raÃces y las ramas. Fuentes y derivaciones de la CÃbala hispanohebrea (Seccion de Obras de  
Lengua y Estudios Literarios) (Spanish Edition) Medicina con plantas sagradas: La sabidurÃa del  
herbalismo de los aborÃgenes norteamericanos (Spanish Edition) Walter Lagasse presents The  
World's Greatest Cajun Cookbook (Walter Lagasse's Cookbook Series)

[Dmca](#)