



Reflexiones para vivir

Por Jorge
Abascal Aravena

Oportuna la decisión del Grupo Editorial NOKMA al lanzar al mercado un libro salutífero, de esos que nos incita a vivir con mayor intensidad la vida (a los optimistas), y los devuelve las ganas de vivir a aquellos cuyo estado de ánimo oscila entre la desesperanza y la melancolía.

Claro, no es fácil mantener una mirada optimista en estos apaciguados tiempos que vivimos, donde el que no anda estresado, angustiado o bajoneado es porque se ganó el LUTO o un paciente fallecido le dejó una herencia de éas como para espantar la más dentífrica de las sonrisas.

Y no crean que se trata de un libro de Auto-Ayuda. No, no, no. Es lo personal, a esos libros los enlaza con la cultura recibida con qué percibo a un nazi entrando a una sinagoga, al diablo vendiendo cruces o a Anita Alvarado (la pelota chileña) pontificando sobre la bondad de la virginidad.

Aquí hablaremos de algo serio.

"Reflexiones para vivir" es un libro escrito por Walter Riso, un experto siéndolo con títulos suficientes como para tapizar una muralla.

Desde hace veinticinco años que Riso trabaja como siéndolo clínico, práctica que alterna con la realización de investigaciones en el área cognitiva.

"Reflexiones para vivir mejor" son 197 páginas que se leen con fruición, porque cada concepto es una oda a la sabiduría.

Y así, cuando se refiere a la Autoestima y al valor personal, Riso señala que "aceptarse a uno mismo, de manera total y definitiva, es el principal requisito para la salud mental".

Juventud sabiduría está compilada en este

Reflexiones para vivir [artículo]Jorge Abasolo Aravena.

Libros y documentos

AUTORÍA

Abasolo Aravena, Jorge

FECHA DE PUBLICACIÓN

2006

FORMATO

Artículo

DATOS DE PUBLICACIÓN

Reflexiones para vivir [artículo]Jorge Abasolo Aravena.

FUENTE DE INFORMACIÓN

[Biblioteca Nacional Digital](#)

INSTITUCIÓN

[Biblioteca Nacional](#)

UBICACIÓN

[Avenida Libertador Bernardo O'Higgins 651, Santiago, Región Metropolitana, Chile](#)