





Reflexiones para vivir

Por: Jorge
Abasolo Aravena

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

Claro, no es fácil mantener una mirada optimista en estos azarados tiempos que vivimos, donde el que no anda estresado, angustiado o bajonado es porque se ganó el LOTO... o un pariente fallecido le dejó una herencia de esas como para esbozar la más dentífica de las sonrisas.

Y no creen que se trata de un libro de Auto-Ayuda. No, no, no. En lo personal, a esos libros los miro con la misma renuencia con que percibo a un nazi entrando a una sinagoga, al diablo vendiendo cruces o a Anita Alvarado (la gelata chilena) pontificando acerca de las bondades de la virginidad.

Aquí hablamos de algo serio.

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

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

"Reflexiones para vivir mejor" son 192 páginas que se leen con fruición, porque cada concepto es una oda a la sapiencia.

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".

¡Cuánta sabiduría está compilada en esta

LA PENSATA AUSTRAL, PUERTA ARIENAS 3 Julio 2006 pag.

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