



Autor:
Enrique Rojas

"Todo lo que tienes que saber sobre la vida"

Sinopsis:

Una guía para conocerte a ti mismo y definir tu propio camino hacia la felicidad.

En una sociedad en la que se ha ido abandonando poco a poco la educación sentimental, tratar lo que es y lo que significa la madurez afectiva es más esencial que nunca, pues es el mayor impedimento en el camino hacia la felicidad.

El autor trata en profundidad la importancia de alcanzar la madurez psicológica para conseguir un desarrollo personal pleno, y cómo afecta a los diferentes aspectos de la vida, tanto a la hora de relacionarse con las personas que tenemos a nuestro alrededor, como para enfrentarse a las adversidades o superar los traumas. La claridad de las explicaciones del autor, su profundo conocimiento del tema, su larga experiencia y su tono divulgativo y práctico se ponen al servicio del lector para ayudarle en su proceso de autoconocimiento, pues no hay madurez psicológica sin conocimiento propio. Y no hay conocimiento propio sin reflexión.

Conoce más datos sobre el autor:

Catedrático de Psiquiatría de la Universidad Complutense de Madrid y director del Instituto Español de Investigaciones Psiquiátricas. Pertenece a la generación de médicos humanistas que tanta tradición ha tenido en España y en el resto de Europa. Premio Conde de Cartagena de la Real Academia de Medicina de Madrid por sus trabajos sobre la depresión, y Médico Humanista del Año en España (1995), su obra ha sido traducida al inglés, francés, italiano, ruso, portugués, polaco, alemán y turco. Sus trabajos de investigación se han centrado en tres temas: las depresiones, la ansiedad y los trastornos de la personalidad. En cuanto al ensayo, ha abordado sobre todo tres vertientes: el amor y el desamor, la sexualidad y la voluntad.

