

¿SABES PENSAR? Claves para poner rumbo al viaje de tu vida

Autor: Manuel Álvarez Romero

Ed. Almuzara.

Córdoba, 2005

Para la vida feliz –la que se desenvuelve en el ámbito del amor- necesitamos pensar bien. Felicidad, amor y pensamiento, simultáneamente, hacen referencia a la verdad. No sólo como coherencia lógica, sino como enraizamiento vivo en la realidad, en el ser de las cosas, en la naturaleza misma.

Este libro es un análisis de la persona en cuanto ser unitario y sexuado, que, desde unas estructuras fisiológicas trascendidas por la libertad, se apropia de su identidad y, analizando sus circunstancias, elabora un proyecto vital que le exige elecciones continuas.

Determinar, corregir y asegurar el rumbo para el viaje de la propia vida requiere reflexión y entrenamiento. No es tarea fácil pero sí llena de consecuencias.

Hay conocimientos que favorecen extraordinariamente este SABER PENSAR. Por ejemplo, el proceso psiconeurológico del pensamiento y de la memoria, los fundamentos estructurales de la personalidad y de sus anomalías o la dimensión trascendente de la persona. Y en todos ellos caben las perspectivas fisiológica, psicológica y antropológica.

Este ensayo facilita algunos de estos conocimientos de modo sencillo y con suficiente rigor para el gran público. A la vez, la amplia experiencia clínica y humana del autor consigue presentarlos con la cercanía y el buen sentido común de quien sabe ayudar a vivir la vida misma.