

VIVENCIA, EXPERIENCIA Y RECUERDO



AGUADO ROMO, ROBERTO

SINOPSIS

Vivencia, experiencia y recuerdo es una especie de cuaderno de ruta para que podamos viajar a lo más profundo de nuestra esencia, allí donde están grabados esos recuerdos de los que no somos conscientes, entre otras cosas porque en los primeros años de vida el cerebro que alberga las memorias de la consciencia no está aún mielinizado. El libro tiene tres partes: la primera versa sobre la memoria, sus tipos, diferencias y lugares donde residen. En la segunda parte se profundiza en la emoción como motor de decisión primaria y su papel en el aprendizaje y por ello en la memoria, ya que es la banda sonora de la vida mental: sin emoción no hay memoria, aprendizaje ni, como es natural, recuerdo. Y, por último, en la tercera parte se expresa todo lo que hoy sabemos sobre la memoria emocional traumática, su función como adaptador y capacitador de la supervivencia, pero a la vez como parte principal del sufrimiento humano y su repercusión en la manera como vivimos y convivimos, dándonos habilidades y herramientas de última generación para que podamos sentir en cada momento lo que sentimos y podamos salir de la memoria emocional traumática y disfrutar nuestro presente. ...



Editorial	PIRAMIDE
Materia	AUTOAYUDA Y DESARROLLO PERSONAL
Colección	PIRAMIDE
EAN	9788436845853
Status	Disponible
Páginas	472
Tamaño	155x230x mm.
Peso	702
Precio (Imp. inc.)	27,50€
Fecha de lanzamiento	13/05/2022

Títulos relacionados

