



Esta Mente Al Desnudo: Controla al alcohol: libérate, halla la verdadera felicidad y cambia tu vida

Annie Grace

[Download now](#)

[Read Online ➔](#)

Esta Mente Al Desnudo: Controla al alcohol: libérate, halla la verdadera felicidad y cambia tu vida

Annie Grace

Esta Mente Al Desnudo: Controla al alcohol: libérate, halla la verdadera felicidad y cambia tu vida

Annie Grace

Millones de personas se preocupan porque el alcohol está afectando su salud, pero no son capaces de intentar realizar un cambio debido a toda la miseria y el estigma asociados con el alcoholismo y la recuperación de él. Temen que beber menos será aburrido, envolverá un montón de privaciones, dificultades y unos cambios significativos en su estilo de vida.

Esta mente al desnudo brinda una nueva solución. Está repleto de percepciones, que pueden resultar muy sorpresivas, sobre las razones por las que bebemos, sin duda abrirá tus ojos al rol alarmante que el alcohol ha tomado en nuestra cultura. Annie Grace entrelaza de manera brillante diversos factores psicológicos, neurológicos, culturales, sociales y comerciales con su propia travesía, todo expuesto con abundante franqueza, lo cual redonda en una lectura imprescindible para cualquiera que beba.

Sin necesidad de tácticas del miedo, sin sufrimiento ni reglas, este libro te da la llave para liberarte del alcohol. Al abordar las causas, más bien que los síntomas, se convierte en una solución permanente en vez de meterte en una lucha que dure toda la vida. Te quita la dependencia psicológica, permitiéndote beber menos (o parar de beber). La claridad y el humor de Annie, junto con su singular capacidad para combinar investigaciones auténticas con historias de vida atrapantes, son una garantía de que disfrutarás el proceso.

En un mundo definido por el “nunca es suficiente”, Annie nos lleva con ella en una travesía intelectual a través del mundo del alcohol y, en particular, la conexión entre el alcohol y el placer. En ella, disipa el mito tan arraigado en nuestra cultura de que el alcohol es una parte esencial de nuestra vida, y demuestra que recuperar el control sobre el alcohol no solamente es necesario para la felicidad y la plenitud personal sino también para poner un fin a la angustia sufrida por millones de personas como consecuencia de ser bebedores pasivos.

Por último, con una claridad perfecta, este libro abre las puertas hacia la vida que has estado deseando tener.

Lee este libro. Vas a sentir dicha de haberlo hecho.

“¡Qué libro tan increíble! Yo creía que podía decidir conscientemente dejar el alcohol, pero ahora entiendo que es necesario informar a mi mente inconsciente acerca de los males de la bebida y después de hacer eso... ¡el deseo intenso desaparece! También había leído la obra del doctor Sarno y sabía acerca del poder de la mente inconsciente, ¡pero no puedo creer cuán efectivos ha resultado ser este libro para mí!” Theresa G., NC

“Esta mente al desnudo trajo claridad y enfoque a mi bebida y a mi lucha de 10 años por la sobriedad, durante la cual nunca había hecho una pausa para realizar un examen. Annie invita metódicamente al lector a

que la acompañe a lo largo de una senda lógica de descubrimiento. Sentía que me hablaba directo a mí y que ella sabía exactamente dónde yo me encontraba tanto a nivel mental como físico. Sigo volviendo a leer ciertos pasajes para reafirmar los conceptos. Recomiendo este excelente libro a cualquiera que busque un abordaje innovador para poder ver al alcohol con los ojos bien abiertos". Sam G., Australia

"Leer Esta mente al desnudo no ha sido nada menos que un milagro.

Esta Mente Al Desnudo: Controla al alcohol: libérate, halla la verdadera felicidad y cambia tu vida Details

Date : Published January 28th 2016 by ASPN Publications

ISBN :

Author : Annie Grace

Format : Kindle Edition 264 pages

Genre :



[Download Esta Mente Al Desnudo: Controla al alcohol: libérate, ...pdf](#)



[Read Online Esta Mente Al Desnudo: Controla al alcohol: libérate ...pdf](#)

Download and Read Free Online Esta Mente Al Desnudo: Controla al alcohol: libérate, halla la verdadera felicidad y cambia tu vida Annie Grace

From Reader Review Esta Mente Al Desnudo: Controla al alcohol: libérate, halla la verdadera felicidad y cambia tu vida for online ebook

Esta Mente Al Desnudo: Controla al alcohol: libérate, halla la verdadera felicidad y cambia tu vida Free PDF d0wnl0ad, audio books, books to read, good books to read, cheap books, good books, online books, books online, book reviews epub, read books online, books to read online, online library, greatbooks to read, PDF best books to read, top books to read Esta Mente Al Desnudo: Controla al alcohol: libérate, halla la verdadera felicidad y cambia tu vida Annie Grace books to read online.