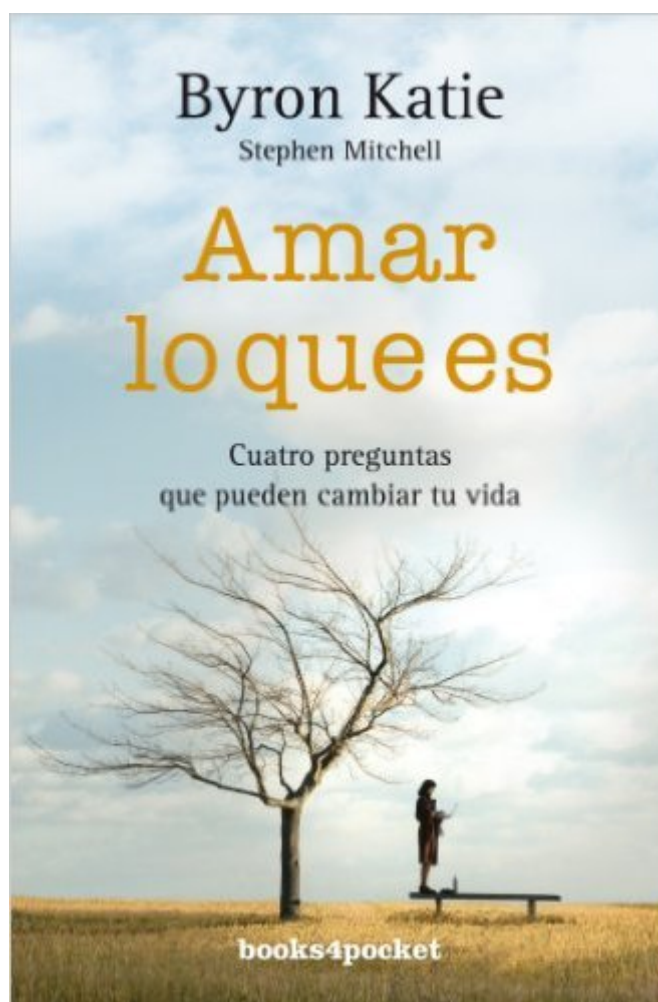


The book was found

# Amar Lo Que Es (Spanish Edition)



## Synopsis

Una mañana, tras años de estar sumida en una profunda depresión y de pensar obsesivamente en el suicidio, Byron Katie se sintió invadida por un estado de dicha absoluta. Lo que se despertó en Katie fue un proceso silencioso de interrogación personal que la condujo a acabar con su sufrimiento. La libertad que le proporcionó ese conocimiento nunca la ha abandonado y, ahora, en *Amar lo que es*, también tú puedes descubrirla mediante El Trabajo, el método creado por la autora que consta sencillamente de cuatro preguntas que, aplicadas a un problema específico, te permiten ver lo que te perturba desde una óptica nueva. Una vez que hemos hecho El Trabajo, alcanzamos el punto en el que somos capaces de amar verdaderamente lo que es, tal como es, y nos convertimos en amantes de la realidad. Como dice Katie: Lo que provoca nuestro sufrimiento no es el problema, sino lo que pensamos sobre el mismo. Paso a paso, y mediante ejemplos claros, *Amar lo que es* te enseñará a poner en práctica este proceso revolucionario. / This book will show you step-by-step, through clear and vivid examples, exactly how to use this revolutionary process for yourself. You'll see people do The Work with Katie on a broad range of human problems. Many people have discovered The Work's power to solve problems; experience a sense of lasting peace and find the clarity and energy to act, even in situations that had previously seemed impossible.

## Book Information

Paperback: 416 pages

Publisher: Urano; Tra edition (August 15, 2010)

Language: Spanish

ISBN-10: 8492516909

ISBN-13: 978-8492516902

Product Dimensions: 7.4 x 4.9 x 0.9 inches

Shipping Weight: 10.4 ounces (View shipping rates and policies)

Average Customer Review: 4.9 out of 5 stars [See all reviews](#) (22 customer reviews)

Best Sellers Rank: #290,951 in Books (See Top 100 in Books) #111 in [Books > Libros en español](#) > [Salud, mente y cuerpo](#) > [Auto-Ayuda](#) > [Motivacional](#) #141 in [Books > Libros en español](#) > [Salud, mente y cuerpo](#) > [Auto-Ayuda](#) > [Transformación Personal](#) #202 in [Books > Libros en español](#) > [Salud, mente y cuerpo](#) > [Psicología y Consejería](#)

## Customer Reviews

Tras haber leído el libro "Amar Lo Que Es" y después haber hecho "La Escuela" (un seminario intensivo que Byron Katie ofrece basado en "El Trabajo") no me puedo imaginar cómo es posible

que he "vivido" antes... De hecho, no habÃ­a vivido en absoluto, sino mÃ¡s bien AGUANTADO; aguantado el sufrimiento diario, no dÃ¡ndome cuenta que la causa de mi sufrimiento NO eran los demÃ¡s, o el mundo, o el gobierno, o mi pasado, o mis vecinos, o el hecho de que por "causa" de un accidente me encuentro en una silla de ruedas, Â¡SINO LOS PENSAMIENTOS QUE TOMO COMO VERDADES RESPECTO A ESAS SITUACIONES! Una vez investigados dichos pensamientos a travÃ©s del proceso llamado "El Trabajo", me doy cuenta no sÃ© lo que esos pensamientos NO representan la verdad, sino que SIN esos pensamientos, viviendo las mismas circunstancias, hay una paz..., una armonÃ­a..., una serenidad..., un "algo" nunca antes reconocidos y , que ese "algo", Â¡siempre estÃ¡ aquÃ­! Â¡Siempre ha estado aquÃ­! De hecho, Â¡ES LO QUE SOY! Â¡Es lo que todos somos! - ES -- ES - Es todo lo que es. Siempre lo ha sido, siempre lo es, y siempre lo serÃ¡. No posee ni tiempo ni espacio - ES -Si sufras; lÃ©alo. Si eres aventurera/o y lo suficientemente corajosa/o para des-cubrir lo que es verdadero para tÃ©, si tienes lo suficiente valor como para re-conocer tu propia verdad y estar "sola/o" por eso, este libro es para ti. Obviamente: lo que te das cuenta por ti misma/o es que no estÃ¡s sola/o en absoluto, que nunca lo has estado y que nunca lo serÃ¡s, sino ... (te vas a dar cuenta...)No te va cambiar la vida; lo que descubras es, Â¡que antes de leer el libro "Amar Lo Que Es" no tuviste vida! - a no ser que sÃ­-

RecibÃ­ el Libro "Amar lo que es", y es realmente Maravilloso! Aunque lo tengo en Ingles en Kindle y veo que por lo general la traducciÃ³n es muy buena, observÃ© tambiÃ©n que existen algunas pequeÃ±as imperfecciones, por ejemplo en la pÃ¡gina 19, cuando se menciona un dicho de William Butler Yeats, existe un pequeÃ±o aunque imperceptible error en el segundo y tercer pÃ¡rrafo de la mencionada pÃ¡gina 19. No revise todo el libro aÃ±, pero el Trabajo de Byron Katie, es extraordinario, simple, profundo y ciertamente muy eficaz, lo llevo haciendo hace como un aÃ±o y descubro cosas cada vez mÃ¡s grandiosas. Realmente vale la pena. Encuentro mucha similitud en el trabajo con El Zen, Krishnamurti, el Tao, y el Advaismo. Sin embargo Byron Katie es mucho mÃ¡s efectiva, realista y directa en cuanto a la disoluciÃ³n de la identificaciÃ³n de la mente con el pensamiento, creer la mentira que la mente nos dice.

DespuÃ©s de aÃ±os de terapias diversas, Amar lo que es y THE WORK (EL TRABAJO) me liberaron definitivamente para vivir una vida en paz y serenidad. Ahora me dedico a ayudar a otras personas a encontrar y usar el maravilloso instrumento de las 4 preguntas, y "Amar lo que es" es el libro de texto que recomiendo. Si estÃ¡s buscando liberarte y vivir feliz, no te pierdas este camino.

Es muy interesante, pero creo que sin la participación de un catalizador no funciona. El catalizador sería ella o quizás alguien lo suficientemente despierto para canalizar las energías adecuadas. Por tanto, a título ilustrativo está bien, pero para que sea realmente transformante hace falta algo más. Now, in english: it is interesting but for me, it lacks power of transformation. I think this power must be related to the person who is conducting the session- Of course, if she is BK the four questions work. Otherwise...

La lectura de este libro trajo un cambio radical en mi vida al comprender todo sobre mis experiencias sin necesidad de cambiar nada externo. El cambio interno es liberador y hay paz. También llegó una claridad asombrosa para tomar decisiones.

Ojalá muchos lectores en todo el mundo pudiesen leer y poner en práctica este método de investigación exhaustiva de pensamientos que nos impiden ver la realidad como es amable e infinita.

Excelente libro, permite hacer una transformación en la vida. Después de conocer esta información es difícil no aplicar lo aprendido en la vida diaria. De vuelve casi algo natural.

This book was ever inspiring to live a life fully present in the now and without complications and the best way to deal with reality. I love Byron Katie's work

[Download to continue reading...](#)

Amar lo que es (Spanish Edition) #Chupa el perro - Y uno que otro consejo para que no te pase lo que a un amigo (Spanish Edition) *Sé el papá que ella necesita que seas: La huella indeleble que un padre deja en la vida de su hija* (Spanish Edition) El libro de Oro de *Sé neca*. Consejos para la vida personal y profesional: LO QUE TÚ PIENSAS DE TI MISMO ES MUCHO MAS IMPORTANTE DE LO QUE LOS OTROS OPINEN ... QUE *NECA GUÁE TU VIDA* (Spanish Edition) El mito del emprendedor/ The E. Myth Revisited: Por Que No Funcionan Las Pequeñas Empresas Y Que Hacer Para Que Funcionen/ Why Most Small Businesses ... Edition) (Paidos Empresa/ Paidos Business) Saber amar con el cuerpo (Mundo y Cristianismo) (Spanish Edition) Miedo a amar (HQ) (Spanish Edition) *Cómo amar a un cowboy en tres pasos* (Spanish Edition) El universo de lo sencillo: 50 reflexiones para crecer y amar como valientes (Spanish Edition) Primero lo Primero: Vivir, amar, aprender, dejar un legado (First Things First Spanish Edition) *Mamá, enséame a amar* (Edu.com) (Spanish Edition) *Papá,*

ensÃfÂ©ÃfÂ ame a amar (Edu.com) (Spanish Edition) Aprendiendo a amar.: Cuando tu cambias, todo cambia. (Spanish Edition) La emociÃfÂ n de amar (Harlequin Internacional) (Spanish Edition) Amar o depender (Spanish Edition) VIDA AMAR Y YA: Inhala amor, exhala milagros (Spanish Edition) Amar Traicionar: Casi Una Apologia de La Traicion (Paidos Junguiana / Paidos Jungian) (Spanish Edition) Los 5 Lenguajes del Amar/The 5 Languages of Love (Spanish Edition) Aprender a amar: Enamorarse conscientemente y relacionarse sin miedos (Spanish Edition) El Arte de Amar (Spanish Edition)

[Dmca](#)