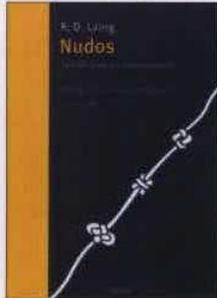




VIVIR MEJOR

Nudos
R.D. Laing



Antes de hablar del contenido de esta obra es preciso detenerse y conocer al autor. R. D. Laing, psiquiatra escocés fallecido en 1989, fue célebre por sus personalísimas teorías acerca del origen de las enfermedades mentales –y, por lo tanto, acerca del mejor modo para tratarlas–, lo que hizo que se le situara en la corriente de la “antipsiquiatría”. Esta obra que ahora reedita Marbot fue publicada por primera vez en los años 70 y pronto se convirtió en un éxito de ventas. En ella, Laing presenta breves poemas que cuentan historias, reflejos de sensaciones, experiencias, muchas de ellas a modo de atoladeros emocionales que podría firmar cualquier persona que haya amado, que haya tenido una sana ambición o que, en definitiva, haya vivido

intensamente. En esta edición bilingüe se puede disfrutar, además, de la escritura original (en inglés). Marbot Ediciones. 206 páginas. 16,50 €.

El regreso al amor

Eva-María Zurhorst



Bajo el lema “Sé que puede funcionar”, la autora de este gran éxito editorial (el libro ya se ha traducido a 15 idiomas) trabaja sobre el concepto de felicidad desde la recuperación del amor perdido. Esta es una obra dirigida a todas aquellas parejas que desean salvar su relación sentimental, a quienes viven una pareja estable pero poco satisfactoria, a aquellos, finalmente, que están a punto de divorciarse. Eva-María Zurhorst, experta psicoterapeuta alemana, piensa que el 70 por ciento de los divorcios son innecesarios, que se puede luchar por el amor perdido y que existe solución a los

conflictos de pareja. Esta, además, no se halla demasiado lejos: está en uno mismo. En ocasiones no hay que abandonar la pareja, sino trabajar para mejorar con el fin de que el amor encuentre en nuestro interior el camino de regreso. Destino. 312 págs. 19 €.

Nadie es perfecto

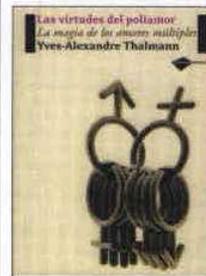
Alice D. Domar
La doctora Domar, experta en ginecología y biología reproductiva, es, además, psicóloga especializada en salud femenina. Fruto de su experiencia médica y psicológica ha llegado a la conclusión de que el verdadero enemigo de la salud de las mujeres es su propia necesidad de ser perfectas. Este libro lo muestra y se plantea el reto de desmontar el mito de la perfección con el fin de liberar a las mujeres –y esta sí sería la verdadera liberación femenina– de la urgencia por hacerlo todo y hacerlo bien. Hasta aquí, esta podría parecer una obra de autoayuda, pero la formación científica de la doctora Domar ofrece a las lectoras mucho más que pensamientos positivos y testimonios exitosos. Ante cada uno de los casos, la autora realiza un

análisis sencillo de entender pero de profundo calado, plantea alternativas y preguntas para la reflexión y, a partir del “diagnóstico”, propone ejercicios de reconocimiento y auto-superación. Urano. 314 págs. 13 €.

PAREJA

Las virtudes del poliamor

Yves-Alexandre Thalmann

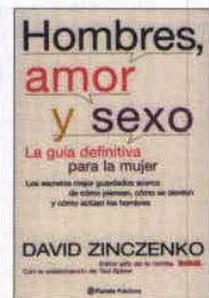


Es complicado admitir que el ser humano puede ser polígamo, como señala Thalmann, y que cultivar sentimientos amorosos hacia diversas personas tiene más posibilidades de final feliz que la pareja tradicional porque se basa en el respeto, la comunicación franca y la ausencia del sentimiento de posesividad. No hay celos en el poliamor ni exclusividad, supone una nueva visión del amor y, según el autor, psicólogo, puede ser una alternativa a la crisis sentimental que acompaña a este nuevo siglo. Plataforma. 122 págs. 15 €.

SEXUALIDAD

Hombres, amor y sexo

David Zinczenko
El editor de “Men’s Health” y su colaborador Ted Spiker, profesor de periodismo y redactor de la revista, escriben una guía para la mujer curiosa que quiere saber qué piensan, cómo sienten y cómo se comunican los hombres. Sin caer en la guerra de los sexos, huyendo de tópicos y basándose en una encuesta de la revista (en la que participaron más de 5.000 hombres y mujeres), se adentran en la mente masculina con el fin de traducírsela a las mujeres y ofrecen consejos para



fortalecer las relaciones. En tono ameno y divertido, los autores muestran cómo “el problema no es lo que queremos, sino cómo comunicamos lo que queremos”, ya que hombres y mujeres expresan sus deseos de forma diferente. Planeta. 180 págs. 17 €.