

Lecturas escogidas



La inteligencia estética

Del mismo modo que hace unos años descubrimos la importancia de la inteligencia emocional, el filósofo y psicoterapeuta Piero Ferrucci nos invita a desarrollar nuestra inteligencia estética, y es que las nuevas técnicas de visualización del cerebro demuestran que determinadas partes de la mente reaccionan ante la presencia de lo bello. Se trata, así pues, de aprender a percibir lo hermoso, por-

que la belleza no es una mercancía ni está solo en el arte sino que es gratuita y nos rodea en nuestro día a día. Ferrucci nos explica cómo, a través del desarrollo de nuestra inteligencia estética, aumentan nuestro amor hacia la vida y nuestro bienestar, tanto físico como psíquico.

Piero Ferrucci. *Belleza para sanar el alma.* Urano. 320 págs. 13 €



Criaturas de otro planeta

Elisabet Pedrosa
RBA Integral. 208 págs. 17 €

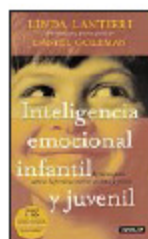
Cuando a la hija de Elisabet Pedrosa le diagnosticaron el síndrome de Rett, una grave enfermedad neurológica, ella inició este dietario en el que relata su particular y tenaz lucha contra esta dolencia. Con la compra del libro se contribuye a la investigación del síndrome de Rett.



Ya mí ¿quién me cuida?

Mª C. Ramajo y Mª J. Mateo DeBolsillo e ISEP. 160 pág. 7,95 €

Con un enfoque eminentemente práctico y explicaciones claras, este libro da a conocer los recursos que la psicología cognitiva nos ofrece para mejorar la calidad de vida de las personas enfermas y sus cuidadores.



Inteligencia emocional infantil y juvenil

Linda Lantieri
Aguilar. 184 pág y 2 cd. 19,50 €

De la mano de la experta Linda Lantieri y junto a Daniel Goleman, aprendemos diferentes técnicas y ejercicios para que niños y jóvenes desarrollen las competencias básicas que construyen la inteligencia emocional.



En ausencia de sentimientos

Cristina Hernández Amar
Bohodón. 292 págs. 20 €

Hubo un momento en el que la autora de este dietario no quiso tener sentimientos para no tener que sufrir. Este es el testimonio de su camino de crecimiento personal y de superación que un accidente de tráfico desencadenó.



La suerte de envejecer bien

Marie de Hennezel
Plataforma. 248 pág. 19 €

Marie de Hennezel es una reconocida psicóloga francesa por sus trabajos sobre el acompañamiento en el final de la vida. En este libro apuesta por la necesidad de asumir la madurez como una etapa llena de vitalidad.