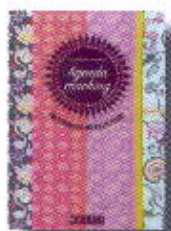




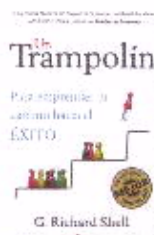
Antes yo que nosotros
Autora: Christine Arylo
Editorial: Urano

Olvidate del príncipe azul y descubre la fórmula mágica para disfrutar de unas relaciones fantásticas desde el respeto y la libertad: Yo primero. Si, tú también puedes disfrutar de ese amor que ansias y mereces. Pero no basta con mirar hacia fuera: en primer lugar debes dirigir la mirada hacia dentro para averiguar quién eres y qué quieres en realidad. Solo desde un amor incondicional a ti misma podrás construir esa relación que todas buscamos pero que nos cuesta encontrar. Advertencia: Este libro contiene grandes desafíos. Necesitarás coraje para ser sincera contigo misma y la voluntad de darte prioridad en las relaciones... tanto si duermes sola como acompañada.



Agenda coaching 280 gramos de Felicidad
Autora: Raphaëlle Giordano
Editorial: Oceano

La agenda de la felicidad, ya tienes por fin la felicidad al alcance de la mano. A partir de sus enseñanzas, cuidadosamente seleccionadas y clasificadas de la A a la Z, podrás conseguir el bienestar y la serenidad en tu día a día, ya sea en el trabajo, con la familia, con los amigos... Si anotas tus reflexiones y pequeñas decisiones, poco a poco irás viendo cómo se concretan y materializan sus sueños. Ten siempre a mano tu agenda-coaching (¡sólo pesa 280 gramos!), porque será tu mejor compañera en este viaje interior que acabas de emprender. Bon voyage!



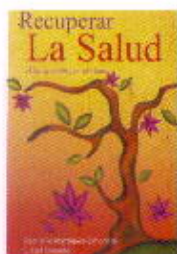
Un trampolín
Autor: G. Richard Shell
Editorial: Sirio

Para descubrir qué es para ti el éxito debes hacerte dos preguntas esenciales: ¿Quién soy yo? Y ¿Qué quiero hacer con el resto de mi vida? Las respuestas no podrán llegarle desde fuera. Para descubrir una respuesta que vaya más allá de las ideas convencionales de felicidad, fama y fortuna deberás buscar en tu corazón y encarar dichas preguntas con total sinceridad. No existe un sistema infalible que conduzca al éxito. Tu camino hacia él estará siempre basado en tu personalidad y en tus propias y particulares habilidades. Las materias primas para lograr el éxito están acumuladas en tu interior y probablemente tu siguiente gran objetivo está al alcance de tu mano, pero deberás tener la mente clara para verlo.



Secretos Familiares
Autora: Diana Paris
Editorial: Del Nuevo Extremo

¿Podía Edipo huir de su destino? ¿Era necesario que Napoleón Bonaparte por ser leal a su padre enfermara de cáncer de estómago? ¿Sabía el entonces príncipe Guillermo de Holanda que al elegir a Máxima repetía la historia de sus ancestros? ¿Cómo explicar las tragedias de la familia Kennedy? La psicología transgeneracional explora en los pactos ocultos que pasan de generación en generación, e indaga en la lealtad invisible entre padres e hijos, hermanos, abuelos y tíos: los árboles genealógicos son las herramientas para descubrir esos lazos secretos. Secretos familiares ¿secretos personales? El entramado inconsciente en la transmisión hereditaria y cómo superar la repetición.



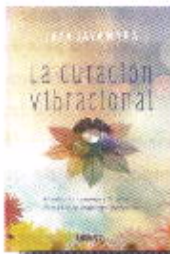
Recuperar la salud
Autores:
Stephaniemathews-Smorton,
O Carl Simonton,
James L. Creighton
Editorial: Sirio

Nuestras reacciones individuales de respuesta al estrés, así como otros factores emocionales, pueden contribuir al desencadenamiento y al progreso del cáncer y otras enfermedades, del mismo modo que una actitud positiva, un sistema positivo de creencias y una mayor autoestima contribuyen no solo a la supervivencia, sino que hacen que la vida gane en color y calidad. En *Recuperar la salud* se describen con detalle las técnicas de Carl y Stephanie Simonton, las cuales están siendo utilizadas con gran éxito desde hace ya más de cuarenta y cinco años, como un refuerzo psicológico de los tratamientos habituales.



4 Segundos
Autor: Peter Bregman
Editorial: Empresa Activa

Estrategias simples para ser más efectivo, sea cual sea el tiempo que tengas. El autor ha regresado y ahora con una forma aún más rápida de enfocarte y recuperar tus objetivos cuando la vida te descamila de ellos. Aprenderás cómo cuatro segundos es el tiempo necesario para activar una mejor forma de tomar decisiones, rompiendo nuestra forma habitual de responder ante lo que parecen problemas irresolubles. "Aprecio especialmente que él mismo no se presente como un guru con poderes sobrenaturales de auto control, sino que este método que propone surge justamente de sus propias deficiencias, lo que hace que 4 segundos sea una lectura refrescante." Daniel H Pink.



La curación vibracional
Autora: Jaya Jaya Myra
Editorial: Urano

No somos meras máquinas biológicas. Somos la expresión física de energías sutiles y multidimensionales que interactúan y se modifican entre sí. Cuando estas energías se estancan, sufrimos desequilibrios que acaban por expresarse en forma de malestar o enfermedad. Aprende a reequilibrar tus energías vibracionales en función de tus arquetipos físico y mental con un sólido sistema de curación, creado por una de las mayores expertas en lo que ya se conoce como la medicina del futuro.



Mandalas para liberarte del estrés
Editorial: Malinka libros

"El mandala te abre las puertas hacia el interior de ti mismo y tu sabiduría interna, te proporciona un refugio donde sentirte a salvo de ese mundo exterior lleno de estrés y confusión y te aporta una sensación de paz" Carl G. Jung. Más de 200 páginas para colorear y descubrir que el color también te ayuda a liberarte del estrés, la rutina y las preocupaciones cotidianas. Este libro pertenece a la colección *Arteterapia del Color*.