

SEXO REAL

Mike Lousada y Louise Mazanti

Mike Lousada y Louise Mazanti, los sexólogos que están transformando la forma de entender el erotismo, presentan su revolucionario método para aprender a aceptar y amar nuestro cuerpo, vencer cualquier bloqueo y ser capaces de explorar los deseos y la sexualidad sin sentimiento de culpa, miedo ni inseguridad.

A nuestra cultura le falta una cosa, un elemento fundamental para nuestra felicidad como seres humanos. Sin ello, nuestras vidas jamás serán plenas y no conseguiremos esa sensación de equilibrio que tanto deseamos. Se trata de una relación saludable con nuestra sexualidad, porque aunque la sociedad se empeñe en mostrarnos sexo continuamente, seguimos sintiéndonos desconectados de él.

En este libro el lector aprenderá por qué es tan importante mantener una relación saludable con su sexualidad para vivir bien. Sus autores ofrecen una visión nueva e integrada de la sexualidad que acepta la presencia de avances tecnológicos modernos y la pornografía, que nos guste o no forma parte de nuestra realidad. Para ello, nos cuentan por qué casi todo lo que la sociedad ha intentado enseñarnos sobre sexualidad es inexacto, confuso o directamente incorrecto, hasta tal punto que muchas de las cosas que pensábamos que estaban hechas para disfrutar más del sexo en realidad nos han supuesto más barreras que ventajas. Exponen cómo la pornografía y la sociedad han creado una visión distorsionada de la sexualidad, forjando expectativas poco realistas y falsas promesas y explican de qué forma entorpecen la capacidad de practicar sexo real, y, cómo en algunos casos, incluso llegan a crear nuevos problemas psicológicos en hombres y mujeres.

Mike Lousada

Es psicoterapeuta, profesor y sexólogo clínico, pionero de un revolucionario enfoque de terapia sexual que lleva desarrollando con éxito desde hace más de 25 años: la Terapia Psicosexual[®] Somática (PST, por sus siglas en inglés). Este enfoque, que adquirió la categoría de postgrado en 2016, se imparte actualmente en la Universidad de Middlesex. Mike forma parte también del claustro del Instituto Esalen en California. Junto con su esposa, Louise, dirige la primera clínica de bienestar sexual del Reino Unido en el hospital Spire Southampton.

Louise Mazanti

Abandonó su profesión como profesora de arte y diseño para trabajar como psicoterapeuta especializada en sexualidad. Ha cursado un postgrado en terapia psicointéctica y es profesora del Instituto Esalen.

Juntos firman el superventas *Sexo real*, un libro que no solo ha transformado la vida de miles de pacientes, sino que está cambiando el enfoque de la clínica sexual en todo el mundo.



Colección:
Crecimiento personal

P.V.P.: 17€
264 páginas

Lanzamiento:
septiembre de 2018

A lo largo de sus capítulos se desgranar las Siete Claves esenciales que conducirán al sexo real: una intimidad profunda, satisfactoria y significativa, tanto física como emocional; una intimidad en la que podamos mostrarnos tal y como somos, con todas nuestras necesidades, inseguridades y deseos, en lugar de seguir apoyándonos en los mensajes distorsionados que hemos ido recibiendo. Además se incluyen una serie de ejercicios que nos ayudarán a disfrutar de nuestra sexualidad de una forma nueva.

“Este libro no solo mejorará lo que pasa en tu cama, sino también lo que pasa en tu cabeza.”

Alix Fox, educadora sexual y periodista.