

Los recuerdos son tan fascinantes como misteriosos. Los tienen las personas de todas las edades, vienen y se van espontáneamente, se transforman sin cesar y nos traen el pasado al presente. Nos sorprenden en medio de la vida cotidiana y transforman el momento.

Los recuerdos no son en absoluto imágenes rígidas del pasado, sino más bien conocimiento vivo que palpita con nosotros en el aquí y el ahora. *Los siete regalos de la memoria* nos invita a encontrarnos de una manera nueva con los recuerdos de la vida para descubrir lo que quieren decir. El libro muestra cómo los recuerdos afloran a la superficie de la conciencia y nos enseña a comprenderlos y utilizarlos en nuestro propio beneficio. De esta manera, si comprendemos el lenguaje de nuestros recuerdos, descubriremos muchos aspectos desconocidos de nuestra vida actual.



¿Cuáles son los siete regalos de la memoria?

Alegría, porque un bello recuerdo enriquece o transforma el presente.

Sentido personal de vida, porque con ellos la vida adquiere más sentido y seguridad.

Autoconocimiento, porque sin recuerdos no hay identidad.

Estrategias de superación.

Acompañamiento en momentos de cambio.

Descubrimiento de nuestro potencial, porque los recuerdos nos dan pistas acerca de facetas que podemos desarrollar.

Orientación para el futuro.

Los siete regalos de la memoria, un libro que rompe mitos acerca de los recuerdos y que nos invita a una exploración consciente de nuestro camino en la vida.

ROBIN LOHMANN

La doctora **Robin Lohmann** nació en 1962 en Estados Unidos, donde estudió psicología y antropología social. Más tarde obtuvo su doctorado en la Universidad de Kiel. Ha ejercido la docencia en varias universidades, especializándose en el área de investigación de la biografía y la mirada retrospectiva a la vida. Es autora de varias publicaciones científicas sobre el tema. Actualmente trabaja como escritora, dirige seminarios sobre los recuerdos personales y la autobiografía, y enseña en la Escuela Superior de Pedagogía de Karlsruhe.

LOS SIETE REGALOS DE LA MEMORIA Robin Lohmann

Sello: Urano

Colección: Crecimiento Personal

P.V.P.: 12 € • 192 páginas

Lanzamiento: febrero de 2014



URANO