

Nuestra selección del mes



MUSICA

M de música

JOSEP M. ROMERO
Las melodías forman parte de nuestras vidas: el sonido al encender el ordenador, el grito de Tarzán o el legado de Richard Wagner son algunos de los fenómenos acústicos que Josep M. Romero, asesor y especialista en música, relaciona con nuestras emociones, mientras nos explica de qué forma actúan el cine, la radio y la televisión en nuestro archivo musical.

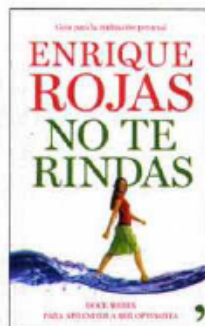
Alba.

251 págs. 18 €

RESILIENCIA

No te rindas

ENRIQUE ROJAS
Controlando los pensamientos negativos podemos modificar nuestras emociones. Ésta es la tesis del nuevo libro de Enrique Rojas, catedrático de Psiquiatría y



Psicología. A través de su guía para la realización personal podremos aprender a ser optimistas y encarar de manera positiva las adversidades, miedos y dudas que nos asaltan en el día a día.

Temas de Hoy.

256 págs. 17,50 €

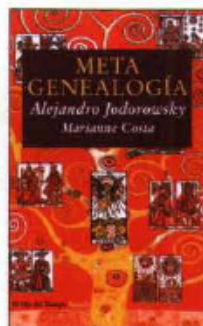
TERAPIAS

Metagenealogía

ALEJANDRO JODOROWSKY, M. COSTA
El polifacético Alejandro Jodorowsky (instructor de tarot, mimo, psicoterapeuta y psicomago, entre otras) coescribe un libro que nos ayuda a analizar nuestro árbol genealógico. La metagenealogía es, en sus palabras, "un trabajo de toma de conciencia" que nos permite entender nuestro pasado para sanar nuestro presente.

Siruela.

228 págs. 19,95 €



SALUD

Adelgazar haciendo el amor

PIERRE DURAND
El doctor francés Pierre Durand ha creado un método terapéutico y de adelgazamiento sin precedentes que le está dando fama internacional y que permite encontrar la felicidad gracias a una alimentación sana y una vida sexual activa. ¿Será posible perder 6 kilos en 10 semanas?

Martínez Roca

222 págs. 15,95 €

CRECIMIENTO

La revolución generosa

STEFAN KLEIN
¿Los egoístas tienen más éxito en la vida? El físico y filósofo alemán Stefan Klein desmiente esta teoría y nos explica por qué las personas altruistas son más sanas y felices que las egoístas. Para él,



JOHN GRAY

Venus al rojo vivo, Marte bajo cero

PIERRE DURAND
El autor del famoso libro *Los hombres son de Marte, las mujeres de Venus* vuelve con una novela que incluye consejos "para amar, vivir y superar las diferencias entre hombres y mujeres" a través de un enfoque divertido y sin prejuicios que nos ayudará a conocernos y respetarnos más.

Urano.

377 págs. 17 €

PAREJA

Venus al rojo vivo, Marte bajo cero

JOHN GRAY

El autor del famoso libro *Los hombres son de Marte, las mujeres de Venus* vuelve con una novela que incluye consejos "para amar, vivir y superar las diferencias entre hombres y mujeres" a través de un enfoque divertido y sin prejuicios que nos ayudará a conocernos y respetarnos más.



GENEEN ROTH

Cuando la comida es más que comida

STEFAN KLEIN
¿Crees que, si pierdes peso, tus problemas desaparecerán por completo? La experta en trastornos alimentarios, la norteamericana Geneen Roth, defiende en este libro que nuestra relación con la comida es "el reflejo de lo que realmente pensamos sobre nosotros mismos".

Urano.

256 págs. 16 €

SALUD

Cuando la comida es más que comida

GENEEN ROTH
¿Crees que, si pierdes peso, tus problemas desaparecerán por completo? La experta en trastornos alimentarios, la norteamericana Geneen Roth, defiende en este libro que nuestra relación con la comida es "el reflejo de lo que realmente pensamos sobre nosotros mismos".

Urano.

190 págs. 13 €