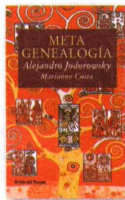




ALEJANDRO JODOROWSKY

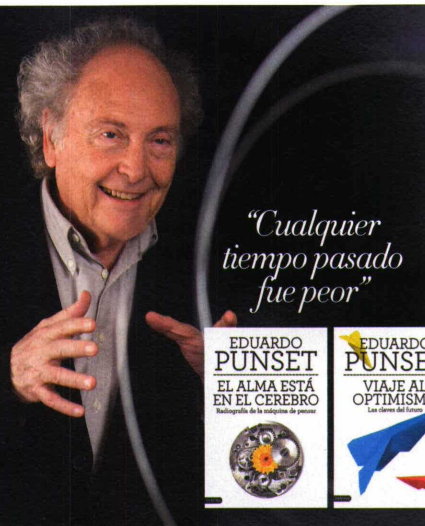
“Nuestra familia es un tesoro o una trampa”

- **Polifacético:** Este chileno –tarólogo, terapeuta, novelista, actor, director de teatro y de cine– ha creado dos técnicas terapéuticas: la psicogenealogía y la psicomagia. En su libro ‘Metagenealogía’, escrito con Marianne Costa (Siruela, 19,95 €), da otro paso y enseña cómo analizar el árbol genealógico.
- **En qué ayuda:** La vida de nuestros antepasados, cómo se relacionaron y sus ideas y tabús influyen en nuestro Yo esencial. Saber de qué forma nos obstaculiza nuestra familia hará que tengamos un nivel de conciencia más elevado y nos entreguemos sin miedo al futuro.

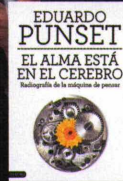


EDUARDO PUNSET

- **Mediático:** Estudió Derecho y Económicas, fue periodista y ministro, pero su popularidad va ligada a la autoría de libros de divulgación científica. Lleva más de un millón vendidos aquí.
- **Optimista:** En ‘Viaje al optimismo’ (Destino, 20,50 €) da razones para ser positivo ante la crisis, «que no es planetaria»: las emociones, «para disfrutar de salud» y los cambios, «porque la intuición no es menos válida que la razón».
- **Cerebral:** El 21 de febrero publica ‘El alma está en el cerebro’, donde afirma que la felicidad es la ausencia de miedo, una emoción, y por tanto, un estado transitorio que encontramos en el camino para buscarla. «Tome distancia y disfrute de las pequeñas cosas.»



“Cualquier tiempo pasado fue peor”



BERNARDO STAMATEAS

“Nadie puede juzgar tus capacidades”

- **Religioso:** Este argentino de 42 años, pastor evangélico (ha erigido el templo Ministerio Presencia de Dios), psicólogo, teólogo y sexólogo, es un bestseller en su país y, ahora, en España, donde lleva semanas en el top ten de ventas de no ficción con ‘Gente Tóxica’ (Ediciones B, 15 €).
- **Sus ideas:** Si eres de las que dicen «Mi jefe –o tal persona– me saca de quicio», depositas el poder de tus emociones en los demás. Toma el control y libérate de la gente tóxica, los ‘heridores profesionales’. Aprende de ellos lo que no debes hacer.



ANTONIO JORGE LARRUY

“El secreto de la plenitud es vivir a fondo lo que hay”

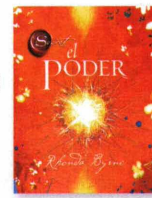
- **Divulgador:** Discípulo de Antonio Blay, el interés de este empresario por el autoconocimiento y la meditación le llevó a fundar el centro Espacio Interior en Barcelona. Su reto: potenciar la autenticidad del ser, más allá de religiones y tradiciones.
- **Su filosofía:** En ‘Centramientos. Invitaciones a la autenticidad’ (Luciernaga, 20 €) nos anima a ser nosotros mismos, desde la esencia y sin prejuicios. Una clave: «Un niño vive conforme a sí mismo. Así se acepta plenamente como es, sin dejar de crecer. Si queremos ser más, generamos conflicto interior y no crecemos.»



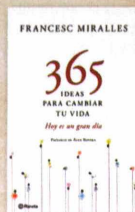
RHONDA BYRNE

“El poder para tener las cosas está dentro de ti”

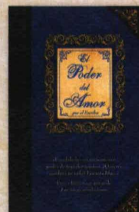
- **La conoces...** Por ser la creadora del documental y el libro ‘El secreto’, el bestseller que establece que para conseguir la felicidad, el amor, el dinero... debes creer en la Ley de la Atracción: si enfocamos los pensamientos en lo que deseamos, lo atraemos.
- **Su nuevo libro:** ‘El poder’ (Urano, 22 €) establece que «has nacido para tener todo lo que te guste y desees (...) El poder para conseguir todas las cosas buenas y positivas en la vida es el amor». La mayor dicha de la vida es dar tu amor y lo mejor de ti.



OTROS TÍTULOS INSPIRADORES PARA CRECER



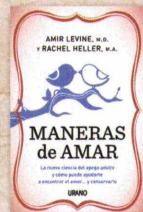
365 ideas para cambiar tu vida
Francesc Miralles (Planeta, 17,95 €). Cápsulas reflexivas.



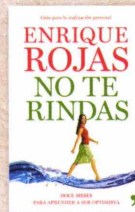
El poder del amor
Joann Davis (Oniro, 14 €). «Una fábula conmovedora», en boca de Paulo Coelho.



Manual para no morir de amor
Walter Riso (Zenith, 15 €). Amar no es sufrir, antes retírate.



Maneras de amar
A. Levine y R. Heller (Urano, 16 €). Los tres estilos afectivos: seguro, ansioso y evasivo.



No te rindas
Enrique Rojas (Temas de Hoy, 17,50 €). Cómo afrontar los miedos y las dudas.



Reiníciate
Antonio Fornés (Diéresis, 15 €). 12 gigantes del pensamiento que ‘volvieron a empezar’.

POR ISABEL LOSCERTALES. FOTOGRAFÍA GETTY IMAGES.