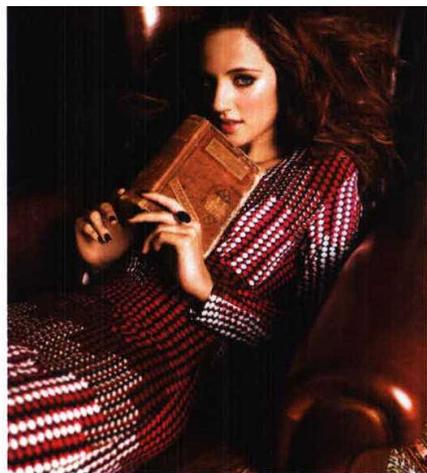


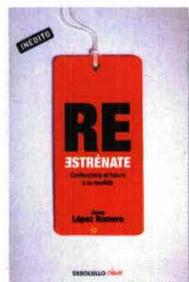
LECTURAS PARA TENER UN AÑO 10

Hay libros que son estupendos compañeros de aventuras y otros, como estos, que te ayudan en la aventura de la vida. Sírvelte de ellos para comenzar 2013 mejorando en aquellas áreas en que lo necesites y... *happy new year!*



1.

RELACIONES



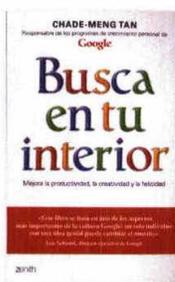
Los recientes cambios sociales y económicos pueden afectar (para mal) a cómo nos relacionamos con nosotros y el entorno. ¿Un consejo? *Re Estrénate*, de J. L. Romero (De Bolsillo).

Te gustarán

- *Heridas emocionales*, de B. Stamateas (EdicionesB)
- *La viajera de la felicidad*, de Mar Cantero (De Profundis)

2.

CRECIMIENTO



El autor de *Busca en tu interior* (Zenith), Chade-Meng Tan, lo tiene claro: entrenando puedes mejorar tu creatividad ¡y tu felicidad! ¿Qué te cuesta intentarlo?

Te gustarán

- *Deja de ser tú*, de Joe Dispenza (Urano)
- *Los 5 pasos para cambiar tu vida de forma efectiva*, de J. Alpert (Zenith)

3.

SEXO



Miedos, bloqueos, inseguridades, aburrimiento... Quien tenga un sexo 100% maravilloso, que levante la mano. Si no es tu caso, lee al doctor Marty Klein, y su libro *Sexo Inteligente* (Urano).

Te gustarán

- *Practicar sexo es fácil*, (varios autores) (Planeta)
- *No molestar*, de Marian Frías (Espasa)

4.

COACHING



Que el coaching—el buen coaching—es un arte, no se puede poner en duda. Y dejarse ayudar por gente experta, un lujo. Es el caso de Edurne Pasabán y *Objetivo: confianza* (Conecta).

Te gustarán

- *Entrénate para la vida*, de Patricia Ramírez (Espasa)
- *Parece difícil, ¡pero no lo es!*, de Àngel Llàcer (Alienta)

5.

TRABAJO



Hay una palabra hoy en día que activa todos nuestros sentidos: "trabajo". Cualquier ayuda para poder encontrarlo, mantenerlo y mejorarlo (*Dirige tu carrera*, de J. Medina, Alienta) es poca.

Te gustarán

- *El plan de negocio*, de Vaughan Evans (Pearson)
- *El juego interior del trabajo*, de W. T. Gallwey (Sirio)

TEXTO: RAQUEL ROCA. FOTO: SIMON LIPTON / ACP

Cosmo Loves

CUADERNO PRÁCTICO

Para dar sentido a la vida, Para tener confianza en sí mismo, Para no dejarse manipular... Malinka Libros edita una serie super-práctica de cuadernillos con los que mejorar diversas áreas de tu vida. Solo necesitas un lápiz.

YO. EL LIBRO DE TU VIDA

Literalmente. Y es que, como si de un diario (pero más divertido) se tratara, está casi en blanco. La idea es que seas tú misma quien escribas los capítulos de tu vida (yo-ellibrodetuvida.com).

