

Novedades Libros- CDs



Mis recetas anticáncer
Autora: Odile Fernández Martínez
Editorial: Urano

Existe una estrecha relación entre el cáncer y la alimentación. Odile Fernández nos explica por qué algunos alimentos favorecen la proliferación de células malignas y cuáles, en cambio, pueden prevenir e incluso revertir el proceso de la enfermedad. Y cómo afectan las emociones y el entorno. Es un libro muy documentado y entretenido, de valiosa utilidad en los tiempos que vivimos.



Cuadernos prácticos: “de la futura mamá” y “para tener éxito en la vida”
Autores: Varios
Editorial: Malinka

Un montón de pequeños secretos para que la futura mamá encuentre respuestas a preguntas esenciales y para que los que buscan tener éxito en la vida hallen en entre los ejercicios y actividades que sugiere este cuaderno una guía para realizar sus sueños.

Cuadernos que te tienden la mano cuando lo necesitas.



Resiliencia. Gestión del naufragio
Autores: Pilar Gómez-Acebo, Concepción Bravo Ibáñez y otros
Editorial: LID

Las personas entrevistadas en este libro constituyen la mejor demostración de cómo se puede gestionar el naufragio. Todos han pasado por difíciles tempestades que la vida les ha presentado pero ninguno ha naufragado. “Resiliencia” es una guía para sobreponernos a las dificultades, aprender de nuestros errores, superar obstáculos y salir fortalecidos de nuestras propias experiencias. El desarrollo de la resiliencia aporta una nueva mirada esperanzadora y positiva. Los tiempos que vivimos son para las personas resilientes.



Nadie me entiende
Autoras: Silvia Díaz y Mónica Cunill
Editorial: Luciérnaga

Sara acaba de perder a su hijo David en un accidente de coche, una pérdida que afronta con la ayuda de Laura, su terapeuta. Esta novela atraviesa con ella el dolor y el miedo que despierta la pérdida hasta abrazar la celebración de la vida. A lo largo de sus conferencias sobre el proceso de duelo, Sara nos enseña lo que ha aprendido y nos explica cómo se va transformando su vida y la forma de relacionarse con sus hijos, con su marido, con la sociedad y sobre todo con ella misma.



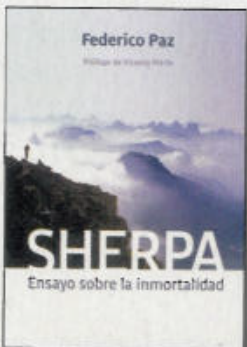
Donde meditan los árboles
Autores: Ramiro Calle y Víctor M. Flores
Editorial: Arcopress

Ramiro Calle junto a Víctor M. Flores, reputado experto en hatha-yoga, recoge las consecuencias en el plano personal y espiritual de su experiencia cercana a la muerte. Volver fue un milagro, según su neurólogo. Ambos autores meditan en voz alta sobre la esencia del yoga y de la vida, desgranando multitud de enseñanzas que revelan al lector aspectos trascendentales de nuestra existencia y, en especial, enuncian los valores y conductas que pueden conducirnos a la paz de ánimo y a la verdadera felicidad.



Volver al sexo
Autoras: Jill Blakeway y Colleen Kapklein
Editorial: Urano

El estrés, el cansancio, la falta de tiempo... En este mundo desenfrenado, las relaciones sexuales descienden puestos en nuestra lista de prioridades tan vertiginosamente como decae el deseo. Una de cada tres mujeres afirma haber perdido la libido por completo. No es irreversible. Seis semanas son suficientes para recuperar el deseo. Jill Blakeway, especialista en acupuntura y fitoterapia, propone un programa basado en el taoísmo para ayudar a los lectores a recuperar el contacto con su cuerpo.



Sherpa. Ensayo sobre la inmortalidad
Autor: Federico Paz
Editorial: Kairós

Federico Paz muestra que si incorporamos en nuestra vida la posibilidad de “no morir”, cambia drásticamente nuestra percepción de todos los ámbitos de la experiencia: la sexualidad, la mística, el uso de la tecnología, el compromiso social, etcétera. La inmortalidad interpenetra, entonces, las facetas de nuestra existencia. Este ágil ensayo nos conduce tras las huellas de los inmortales y de quienes superaron otros retos que, en su momento, también parecían “imposibles”.



El poder anticáncer de las emociones
Autor: Dr. Christian Boukaram
Editorial: Luciérnaga Nova

La palabra «cáncer» inspira miedo, ansiedad y desesperación, y también afecta a una de cada dos personas en algún momento de sus vidas. El Dr. Christian Boukaram sugiere maneras simples y al alcance de todos para protegerse de las consecuencias devastadoras de esta enfermedad. Sobre la base de varios años de investigación científica, y abriéndose a diversos campos como la física cuántica y la epigenética, este libro anima a que cambiemos la forma en que nos acercamos a la enfermedad.