



El lenguaje oculto de los Pies
 Autora: Lina Rodríguez Conde
 Editorial: Sumatra

Nuestros pies sienten y comunican y, lo que es realmente sorprendente, nos advierten constantemente de cuanto está sucediendo en todo nuestro organismo. Son zonas sensibles en las que es relativamente fácil detectar cualquier alteración funcional, y son especialmente sensibles a la estimulación, para que la vida se desarrolle de forma intensa y armoniosa. Mediante la reflexología podemos mejorar la circulación sanguínea localmente y a distancia, disolver sedimentos de residuos que bloquean la circulación de la energía, liberar ésta en todo el organismo para que los procesos vitales se desarrollen en forma eficaz.



Be real not perfect
 Autora: Miriam Albero
 Editorial: Planeta

La autora comparte en su primer libro todos los secretos de su estilo de vida y su visión del mundo que le permiten disfrutar de las pequeñas cosas, aquellas que realmente importan. Una joven triatleta que nos descubre su pasión por el deporte, los trucos para llevar una alimentación energética, extraordinariamente sana y equilibrada, y cómo ha logrado convertir el positivismo en una actitud vital para superar las adversidades. Sin ayuda alguna, una fórmula imbatible con la que ha conquistado ya los corazones de miles de seguidores en las redes, siempre incondicional a su estilo de vida: *Be real not perfect*



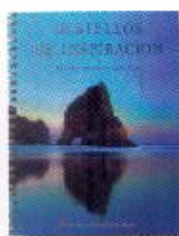
Las montañas siguen allí
 Autor: Pedro Algorta
 Editorial: LID

El 22 de Diciembre de 1972 el mundo descubrió que 16 de los 45 pasajeros del avión de la Fuerza Aérea Uruguaya, que se había estrellado en los Andes diez semanas antes, permanecían con vida. Nadie sabía de su asombro. Sin comida, soportando temperaturas extremas, enfrentándose a todo tipo de adversidades y sin apenas esperanza de un rescate, hicieron lo inimaginable por sobrevivir. Pedro Algorta nunca habló de su experiencia, ya que lo que sucedió en la montaña era un asunto privado para él. Ahora en este libro rompe su silencio más de 40 años después y cuenta las increíbles historias de supervivencia humana y de espíritu de equipo.



Cuentos para sentir. Relatos desde el Psicoanálisis
 Autor: Sergio Alonso Ramírez
 Editorial: Sumatra

No se trata sólo de cuentos, sino de historias, las que reflejan al sujeto, simbólicas, representativas y alegóricas de lo que vivimos en nuestras vidas. Alegrias, tristezas, momentos, situaciones, cadenas y libertades aparecen aquí. Historias que nos dejan sintiendo y pensando, que nos movilizarán y plantarán la semilla del pensamiento en cada uno. Estos cuentos nos dan perspectivas sobre lo profundo que no vemos de nosotros mismos y nos ofrecen posibles salidas. Podemos decir que son espejos, unas veces de nosotros, otras de nuestros seres queridos, pero que nos permiten reflexionar.



Agenda Fotográfica Deseños de Inspiración
 Editorial: Self-Relation Fellowship

Como cada año, esta joya diaria nos ofrece las fotografías más impactantes que son acompañadas de citas seleccionadas de las obras de Paramahansa Yogananda, cuyo mensaje imperecedero y universal ha despertado en personas de todas las razas, culturas y credos una comprensión más profunda de la realidad única que sustenta y une a todos los seres.

Esperamos que los pensamientos e imágenes contenidos en estas páginas sean fuente de inspiración y aliento en los días y semanas del nuevo año.



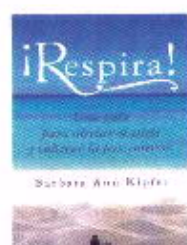
¿Que se joda la realidad!
 Autor: Dr. Iñaki Vázquez Fernández
 Editorial: Sirio

El autor recoge en este libro algunos de los casos más sorprendentes que ha vivido en el desarrollo de su profesión. Relatados al estilo de "El hombre que confundió a su mujer con un sombrero" de O. Sachs, cada uno de ellos divulga una parte del mundo de la psicología y de la psiquiatría, llevándonos a reflexionar acerca del funcionamiento de la mente humana. Es un ramillete de historias, unas tiernas, otras divertidas y algunas trágicas; historias que nos enseñan y nos harán reflexionar acerca del funcionamiento de la mente, del ser humano y, en definitiva, de nosotros mismos.



De bien en mejor
 Autora: Lola Sorribes
 Editorial: Urano

¿Por qué a algunas personas siempre parece sonreírles la suerte mientras que otras se sienten condenadas a la adversidad? Cada uno de nuestros pensamientos, explica la psicoterapeuta y experta en metafísica Lola Sorribes, define nuestra vida. Cuando este storytelling o relato vital es negativo, nos estamos programando para el fracaso. Por esta misma razón, ser conscientes de este guión y transformarlo en otro positivo nos garantiza un futuro de alegría y éxito. Un libro escrito con el corazón, creado para ayudar a cualquier lector, sea cual sea su situación, a escribir, a partir de hoy, los capítulos más bellos de su vida.



¡Respira!
 Autora: Barbara Ann Kipfer
 Editorial: Sirio

Este libro es una guía para entender la respiración y utilizarla como instrumento con el fin de mejorar tu salud física y mental. Un instrumento que te proporcionará enormes beneficios para la salud, entre ellos el alivio del estrés, niveles superiores de energía, más concentración, mejores patrones de sueño y un incremento del metabolismo. Consta de doscientos sesenta ejercicios sencillos que elevarán la consciencia de tu respiración, además de ciento cuatro perlas de sabiduría sobre diversos temas que comprenden desde la aceptación hasta el zen.