

El arte chino de crear hogar

FENG-SHUI RÁPIDO

Stephanie Roberts • Ed. Obelisco.
Barcelona 2008 • 282 pág. • 13,25 €

El arte tradicional chino del feng-shui enseña a vivir mejor mediante la organización de la casa y el entorno. Este libro de Stephanie Roberts, reconocida autora, explica 108 consejos que pueden llevarse a la práctica de manera sencilla y rápida. El método de Roberts ayuda a encontrar y potenciar los «puntos de poder» o áreas privilegiadas de la casa donde el feng-shui resulta más eficaz. Activando estos lugares se favorece la buena circulación de la energía y en consecuencia un aumento del bienestar físico y mental. Si se profundiza en el arte, puede ser también un camino de crecimiento personal.

Consejos sencillos, naturales y eficaces

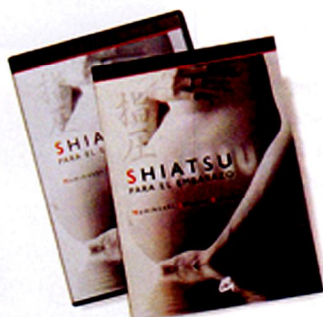
1001 REMEDIOS NATURALES

Laurel Vukovic • Ed. Pearson.
Barcelona 2008 • 192 pág. • 20,90 €

Laurel Vukovic ha respondido durante casi una década a las preguntas de los lectores de la revista estadounidense *Natural Health*, una de las publicaciones sobre terapias naturales más leídas en el mundo. Sus respuestas, reunidas en este libro, forman una auténtica enciclopedia del cuidado personal, con consejos sobre remedios para problemas de salud frecuentes, recetas de belleza natural, fórmulas para la higiene doméstica o recomendaciones para cuidar las mascotas.



Masaje japonés para las embarazadas



SHIATSU PARA EL EMBARAZO

Tetsubo Inaba Sensei
Ed. Gaia • Madrid 2008
64 pág. y DVD • 12 €

En los últimos meses de embarazo es frecuente que se sufran trastornos como lumbalgia y dolores en otras zonas de la espalda, dolor de cabeza o mala circulación de las piernas. Estos problemas no deben ser tratados con medicamentos que podrían perjudicar al feto. En cambio, pueden ser atendidos con un masaje preciso como el shiatsu, que ha demostrado su eficacia. El librito y el DVD, editados por Gaia, muestran una sesión magistral realizada por Tetsubo Inaba Sensei —una de las mayores autoridades mundiales en la materia— durante su visita a la escuela Namikoshi Shiatsu Europa, en Madrid. Las instrucciones escritas complementan el DVD y ofrecen a cualquier persona la posibilidad de realizar un masaje de buena calidad.

La mujer de la nueva era



LA MUJER QUE SE SUEÑA A SÍ MISMA

Pamela A. Field • Ed. Vesica Piscis.
Granada 2008 • 256 pág. • 17,90 €

La conferenciante y sanadora Pamela A. Field (www.arolotifar.com) ha unido las piezas de un puzzle cuya imagen trasluce «el papel de la mujer en los tiempos actuales según las antiguas profecías». Comienza cuando empezó a soñarse a sí misma: sometiéndose a un rito de iniciación sioux lakota. A continuación explica cómo diferentes tradiciones coinciden en señalar nuestros días como una etapa de cambio trascendental para la historia de la Humanidad. En la transformación desempeñan un papel crucial las mujeres, que se encuentran ante la necesidad de recrear su identidad. Pamela ofrece sus herramientas para la reconstrucción femenina. Incluyen actitudes positivas, actividades cotidianas y ceremoniales.

La conferenciante y sanadora Pamela A. Field (www.arolotifar.com) ha unido las piezas de un puzzle cuya imagen trasluce «el papel de la mujer en los tiempos actuales según las antiguas profecías». Comienza cuando empezó a soñarse a sí misma: sometiéndose a un rito de iniciación sioux lakota. A continuación explica cómo diferentes tradiciones coinciden en señalar nuestros días como una etapa de cambio trascendental para la historia de la Humanidad. En la transformación desempeñan un papel crucial las mujeres, que se encuentran ante la necesidad de recrear su identidad. Pamela ofrece sus herramientas para la reconstrucción femenina. Incluyen actitudes positivas, actividades cotidianas y ceremoniales.

Cuentos para aprender a vivir

APLÍCATE EL CUENTO

Soler y Conangla • Ed. Amat.
Barna 2008 • 212 pág. • 19,85 €

Después de cuatro años y 20.000 ejemplares vendidos, la editorial Amat publica de nuevo *Aplicáte el cuento*, obra de los psicólogos Soler y Conangla, acuñadores del concepto «ecología emocional». Los autores recurren a los cuentos por su poder de seducción y capacidad para enseñar comportamientos inteligentes, armónicos y ecológicos (con efecto positivo sobre la vida emocional de las personas que nos rodean). Los cuentos —breves, sencillos, iluminadores— están organiza-



dos en tres partes: «descubrir nuestro destino y esencia», «la responsabilidad de ser» y «la acción responsable», cada una con su surtido de relatos.