

REVISTA



más

Nº 51 OTOÑO 2018



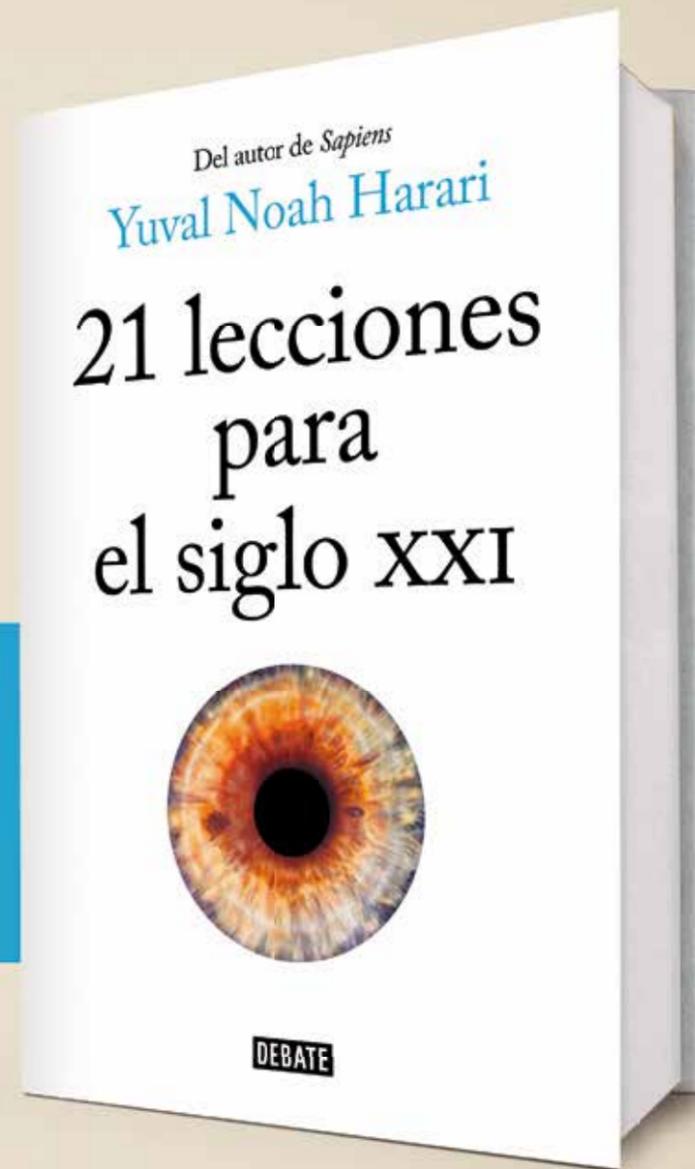
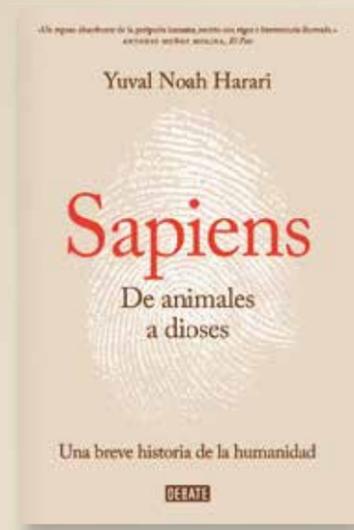
LIBROS para vivir mejor



L **LIBRERÍAS**
INDEPENDIENTES

Vuelve Harari

Más de 12.000.000 de lectores



Las claves de
nuestro
PRESENTE

#21leccionesHarari

www.21leccionesharari.com

Síguenos en:
www.megustaleer.com



DEBATE

Penguin
Random House
Grupo Editorial

Disponible
en ebook Disponible
en audiolibro

51 LIBROS PARA VIVIR MEJOR

SUMARIO

NUESTROS LIBREROS RECOMIENDAN

María Vaquero, Librería TodoLibros	4
Antonio Rivero, Librería Canaima	5
Aldo García, Antonio Machado	11
Esteve Botella, Librería La Llar del Llibre	24

ENTREVISTAS con autoras

Patricia Ramírez, estrenar optimismo	17
Magdalena Sánchez-Blesa, lecturas que fortalecen	27

ENTREVISTAS con editores

Jacob Suárez : «Experiencia y resolución de dudas»	20
---	----

OPINIÓN

La felicidad, por Rafael Santandreu	14
Novelas terapéuticas, por Ana Liarás	23

FICCIÓN

NO FICCIÓN

POESÍA

JÓVENES LECTORES

leo y lalio	28
Buki	31

El regreso a la rutina tras las vacaciones de verano es uno de los dos momentos del año –junto al Año Nuevo– en que nos hacemos buenos propósitos: aprovechar el tiempo, llevar una vida sana, comer bien, hacer deporte, estudiar un idioma, disfrutar la naturaleza...

Dicen los psicólogos y los sociólogos que la sociedad actual, con las imposiciones sociales y laborales, el exceso de información y la multiplicación de ofertas de ocio, ha mejorado la calidad de vida, pero, al mismo tiempo, ha generado una nueva presión en cada persona y ha aumentado el estrés y la ansiedad.

Como respuesta a todo esto, numerosos autores de todos los ámbitos –desde la antropología a la gastronomía, desde la psicología a la filosofía– se han lanzado en los últimos años a tratar de ayudar a los lectores, a toda la sociedad, con títulos que ofrecen interpretaciones y claves para mejorar la vida cotidiana y desarrollar la mente. Así, al libro divulgativo y práctico, a textos para la enseñanza de idiomas o guías de viajes, se han incorporado en los últimos tiempos numerosos manuales de autoayuda y bienestar y, al mismo tiempo, se han recuperado clásicos del pensamiento universal. El autoconocimiento, la mejora personal, la búsqueda del bienestar y la felicidad son temas atemporales ya que forman parte de la naturaleza del ser humano.

La felicidad

La búsqueda de la felicidad no es algo nuevo, pero sí es reciente el intento de acudir a los libros como medio principal para alcanzar ese objetivo. El interés por culturas distintas como la japonesa o la nórdica, el deseo de aprender a «cocinar» ese bienestar o la aspiración de encontrar un trabajo que nos satisfaga no solo económicamente, son algunos de los ejemplos de las tendencias editoriales de los últimos tiempos.

Los libreros y las librerías de **L Librerías Independientes** tenemos desde siempre un compromiso con nuestros lectores. En nuestras librerías contamos con libros de fondo, títulos eternos y novedades, nombres de éxito y autores minoritarios de calidad, textos literarios para leer con seguridad y libros que muestran el mundo, educan y enseñan. Nuestro objetivo, nuestro deseo, es ofrecer a quien entra en nuestras librerías no solo un libro, sino nuestra complicidad, nuestra experiencia, nuestro consejo como prescriptores. Brindar a quien acude cercanía, pistas y posibilidades de lectura. Por eso, en estos tiempos de buenos propósitos, queremos invitar a los lectores, nuestros amigos, a descubrir los libros prácticos y divulgativos de hoy y de siempre, las páginas que pueden mejorar nuestra vida. Para que este otoño sea un tiempo de lectura y felicidad, una estación de tardes cortas y largos placeres.

L Librerías Independientes

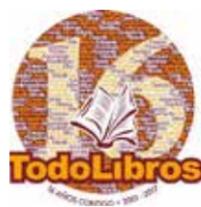


MARÍA VAQUERO

TODOLIBROS

Cáceres

www.todolibros.es · Camino Llano, 13 · T. 927 62 55 62



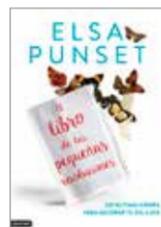
Libros para descubrir lo que nos rodea y hacer más rico cada día



El arte de no amargarse la vida

Rafael Santandreu
GRIJALBO

Nuestro destino es llegar a ser más fuertes y felices. Y Rafael Santandreu nos proporciona en este libro un método práctico, accesible y científicamente demostrado para lograrlo.



El libro de las pequeñas revoluciones

Elsa Punset
DESTINO

La mayoría no sabemos qué hacer cuando estamos tristes, angustiados o decepcionados. Pero existe el entrenamiento emocional: incorporémoslo a nuestra vida.



Atlas de las islas remotas

Judith Schallansky
NÓRDICA

Cincuenta islas alejadas en todos los sentidos de tierra firme, de la gente, los aeropuertos y los folletos turísticos. Para el viajero romántico que llevamos dentro.



100 proyectos de jardinería infalible

VV. AA.
LAROUSSE

Ya sea en tiestos, en un balcón, en un pequeño jardín, con instrucciones precisas y según las estaciones del año, todo el mundo podrá descubrir o disfrutar de su vena jardinera.



El universo en tu mano

Christophe Galfard
BLACKIE BOOKS

No estás solo en el universo. Y no estás solo en este viaje por el universo. Una odisea alucinante.



Love is in the bread

Daniel Jordà | Óscar Gómez
EDITORIAL JUVENTUD

Para los autores, el pan es el mayor ejemplo de generosidad de la mesa. Historias, trucos, retos, canciones y versos para llenar tus panes creativos.



Botanicum

Impedimenta
KATIE SCOTT | KATHY J. WILLIS

Un apasionante recorrido por la vida vegetal, de las plantas perennes a los bulbos, de los árboles tropicales a las plantas exóticas.



El libro de Shakespeare

VV. AA.
AKAL

Este libro ofrece una elocuente información sobre las temáticas, las tramas y los personajes de las obras del autor inglés.



Eso no estaba en mi libro de Historia de España

Francisco García del Junco
ALMUZARA

El descubrimiento de las Fuentes del Nilo, la expedición Malaspina, las visitas vikingas a tierras del Guadalquivir... y muchos acontecimientos olvidados.

ANTONIO RIVERO

LIBRERÍA CANAIMA

Las Palmas de Gran Canaria

www.libreriacanaima.com · C/ Senador Castillo Olivares, 7 · T. 928 373 220



Títulos útiles para saber más y mejorar nuestra vida



Consigue una memoria de elefante

Miguel Ángel Vergara | José María Bea
TEMAS DE HOY

Técnicas, ejercicios, consejos y trucos infalibles para todos, desde estudiantes y opositores hasta personas de edad, que desean ejercitar y conservar la memoria y mejorar así su vida.



El mesías de las plantas

Carlos Magdalena
DEBATE

Una aventura en búsqueda de las especies botánicas más extraordinarias del mundo, a cargo del conservador del Real Jardín Botánico de Kew, un horticultor asturiano que salva especies en peligro.



Cómo ser un estoico. Utilizar la filosofía antigua para vivir una vida moderna

Massimo Pigliucci
ARIEL

El estoicismo no consiste en suprimir nuestras emociones, sino en reconocerlas, reflexionar sobre lo que las causa y reconducirlas para nuestro bien. Una filosofía práctica para la vida actual.



¿Cuánto pesan las nubes?

David Calle
PLAZA & JANÉS

Descubre el universo del profesor estrella de YouTube y finalista del Global Teacher Price. Un libro para pensar, inspirarse y despertar los sueños que todos tenemos.



El algoritmo de la felicidad

Mo Gawdat
PLANETA

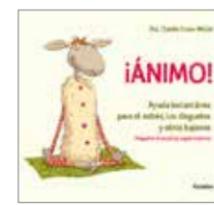
Durante muchos años, Gawdat trabajó en diseñar una fórmula que le permitiera desarrollar un estado de felicidad permanente, basándose en la comprensión de cómo el cerebro procesa la alegría y la tristeza.



50 consejos para ser escritor

Colum McCann
SEIX BARRAL

McCann, ganador del National Book Award y profesor de escritura creativa en Nueva York, nos invita a mirar el mundo con ojos de escritor y a crear, y nos cuenta las marcas que deja la escritura.



¡Ánimo!

Dra. Claudia Croos-Müller
GRIJALBO

El estrés es uno de los males más comunes de la sociedad moderna, pero reducirlo es tan fácil como levantar la cabeza, sonreír y tararear. Una ayuda para superar disgustos y bajones.



Cuando el desierto florece

Prem Rawat
AGUILAR

Consejos prácticos sobre la vida, el éxito y las relaciones. Deja que estas historias e ilustraciones llamen tu atención sobre la simple realidad de que tú, ahora, estás vivo.



Filosofía en viñetas

Michael F. Patton | Kevin Cannon
DEBOLSILLO

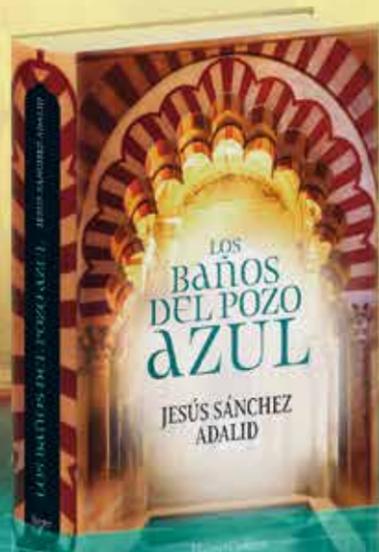
Una introducción ilustrada e ilustrativa al pensamiento y a la historia de la filosofía. Este ensayo gráfico nos guía en un apasionante recorrido de más de dos mil quinientos años de pensamiento y reflexión.

«La obra más esperada de Jesús Sánchez Adalid llamada a convertirse en la novela histórica del año».

LOS BAÑOS DEL POZO AZUL

JESÚS SÁNCHEZ ADALID

El autor de *El Mozárabe*, hoy un verdadero clásico de la novela histórica española, regresa a la Córdoba califal y a la singular Medina Azahara.



HarperCollins Ibérica
www.harpercollinsiberica.com



No es mío
Susi Fox
SUMA
18,90 €

Te despiertas tras la cesárea desesperada por ver a tu hijo... y de inmediato sabes que ese bebé no es tuyo. Adictivo thriller sobre el amor, la traición y una búsqueda desesperada.



Misterio y sorpresa

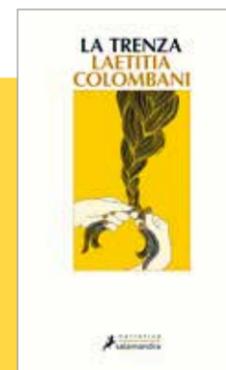
¿Sabes quién es?
Karin Slaughter
HARPERCOLLINS
19,90 €

Andrea Cooper sabe todo de su madre Laura. Sabe que ha pasado toda su vida en la pequeña ciudad costera de Belle Isle y que jamás le ha guardado un secreto. Porque sabemos todo de nuestras madres, ¿no?



A merced de un dios salvaje
Andrés Pascual
ESPASA
19,90 €

Thriller psicológico en el corazón de La Rioja. Dos niños, idénticos como si fueran gemelos pero separados por veinte años de distancia. ¿Estará el dramático destino condenado a repetirse?



Vibrante y conmovedora

La trenza
Laetitia Colombani
SALAMANDRA
18,00 €

Smita, Giulia, Sarah. India, Italia, Canadá. Tres mujeres que, nacidas en continentes dispares, comparten unas ideas y sentimientos que las unen en un poderoso anhelo de libertad.



Todo el bien y todo el mal
Care Santos
DESTINO
20,50 €

Sergio, un joven de dieciocho años con una vida aparentemente feliz, ha intentado suicidarse. Su madre, Reina, dedicará todo su esfuerzo a tratar de comprender las razones que le llevaron a hacerlo.



Madame Zero y la hermosa indiferencia
Sarah Hall
ALIANZA EDITORIAL
18,00 €

Insólitamente perturbadores, profundamente eróticos, sorprendentes y certeros, tristes con un filo de oscura sensualidad, estos relatos confirman a Sarah Hall como una de las grandes escritoras británicas.



Recordar con humor

El rey recibe
Eduardo Mendoza
SEIX BARRAL
20,50 €

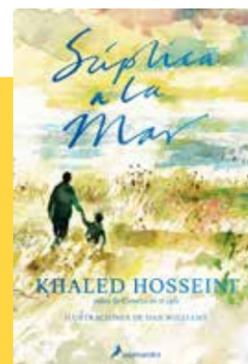
Hay dos formas de contar la historia: como sucedió y como la hemos vivido y la recordamos. Barcelona, 1968. Rufo Batalla recibe su primer encargo: cubrir la boda de un príncipe en el exilio con una señorita de la alta sociedad...



El esperado regreso de un gran autor

La muerte del comendador. Libro 1
Haruki Murakami
TUSQUETS EDITORES
21,90 €

Primer volumen de la novela *La muerte del comendador*. Fascinante laberinto donde lo cotidiano se ve invadido de señales indescifrables, de preguntas cuya respuesta está muy lejos de vislumbrarse.



El drama de los refugiados

Súplica a la mar
Khaled Hosseini
SALAMANDRA
12,00 €

En una orilla a la luz de la luna, un padre acuna a su hijo dormido. Cuando amanezca, ellos y quienes los rodean tendrán que embarcarse en un peligroso viaje en busca de un nuevo hogar.



La agenda roja
Sofia Lundberg
HARPERCOLLINS
18,90 €

La vida es una sucesión de encuentros, como las perlas en un collar. Conocemos y amamos, nos separamos y nos reunimos, compartimos las alegrías y las derrotas, que nos rompen el corazón.



Cara de pan
Sara Mesa
ANAGRAMA
16,90 €

La relación entre una adolescente que decide no seguir la norma y un viejo que no es aceptado por la sociedad. Una novela incómoda, inquietante y magnífica.



Mudar de piel
Marcos Giral Torrente
ANAGRAMA
17,90 €

Nueve cuentos excepcionales sobre la familia, sus laberintos y sus grietas de la mano de uno de los grandes narradores españoles contemporáneos.



Ahora me rindo y eso es todo
Álvaro Enrigue
ANAGRAMA
20,90 €

Una ambiciosa novela sobre el mito y la historia, una narración total y mestiza con el legendario apache Gerónimo como uno de sus protagonistas.



Donde fuimos invencibles

Maria Oruña
DESTINO
18,50 €

Termina el verano y Valentina Redondo cuenta los días para comenzar las vacaciones... Intriga en tierras cántabras, llena de claves donde todos los personajes tienen algo que contar y ocultar.



Thriller filosófico

El juego de la memoria

Felicia Yap
MAEVA NOIR
20,00 €

Una pareja perfecta. Un cadáver junto a un río. Una realidad en la que la memoria es muy frágil y las clases sociales ya no están determinadas por el poder adquisitivo, sino por la capacidad de recordar.



La madre

Fiona Barton
PLANETA
19,50 €

Un escueto párrafo en el periódico anuncia el hallazgo de unos restos antiguos de un bebé en una zona en construcción de Londres...

Barton vuelve con su protagonista, Kate Waters, en un thriller inquietante.



El Cuarto Mono

J.D. Barker
DESTINO
20,90 €

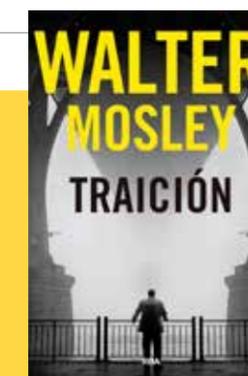
El detective de la policía de Chicago Sam Porter investiga el caso de un hombre atropellado; los indicios apuntan a que se trata de El Cuarto Mono, un asesino en serie que ha aterrorizado la ciudad.



La química del odio

Carme Chaparro
ESPASA
19,90 €

«El odio es un animal hermoso, imposible de encerrar, con sed de sangre. El odio se despreza, se extiende y te atrapa. Se alimenta de tu rabia. Y al final vuelves a odiar. Porque es fácil. Porque lo necesitas».



XII premio RBA de novela policiaca

Traición

Walter Mosley
RBA
20,00 €

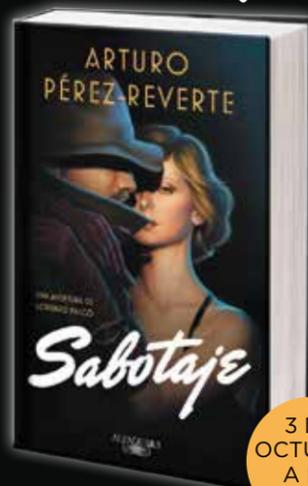
Tras recibir una carta de una mujer que confiesa que le pagaron por acusarlo de una falsa agresión sexual para meterlo en la sombra, Joe King Oliver decide investigar qué excompañeros tramaron su caída.

Premio RBA Novela Policiaca 2018



¿E/ EL GUERNICA QUE CONOCEMOS EL CUADRO QUE PINTÓ PICASSO?
¿QUÉ HACÍA FALCÓ EN PARÍS EN LA PRIMAVERA DE 1937?

Sabotaje



3 DE OCTUBRE
A LA VENTA



VUELVE
ARTURO PÉREZ-REVERTE
VUELVE FALCÓ

ALFAGUARA | Penguin Random House Grupo Editorial

#VuelveFalcó

@perezreverte

Síguenos en:

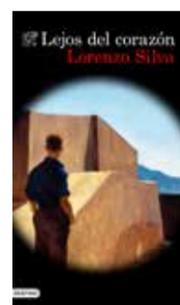
www.megustaleer.com



Una historia negra

Antonella Lattanzi
RESERVOIR BOOKS
18,90 €

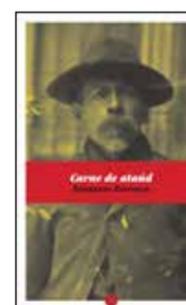
Carla y Vito están separados, pero se reúnen para el cumpleaños de su hija menor... «Empieza el juicio a una mujer que es un juicio a todas las mujeres. Nadie te ha contado esta historia así».



Lejos del corazón

Lorenzo Silva
DESTINO
19,00 €

20 aniversario de la serie. El nuevo caso de Bevilacqua y Chamorro los lleva hasta el Estrecho. Un crimen que tiene como telón de fondo el submundo del narcotráfico y el dinero negro.



Carne de ataúd

Bernardo Esquina
PUNTO DE VISTA EDITORES
19,90 €

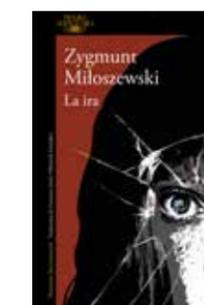
Eugenio Casasola trabaja como cronista en El Imparcial. Una serie de asesinatos le pone sobre la pista de El Chalequero, asesino en serie ya encarcelado por matar prostitutas. Una médium lo ayudará en su búsqueda.



Caballos lentos

Mick Herron
SALAMANDRA
19,00 €

Primera entrega de la serie protagonizada por el irreverente Jackson Lamb. Herron modificó con humor la novela de espionaje y nos brinda una mirada sin concesiones de la sociedad británica.



La ira

Zygmunt Miloszewski
ALFAGUARA
19,90 €

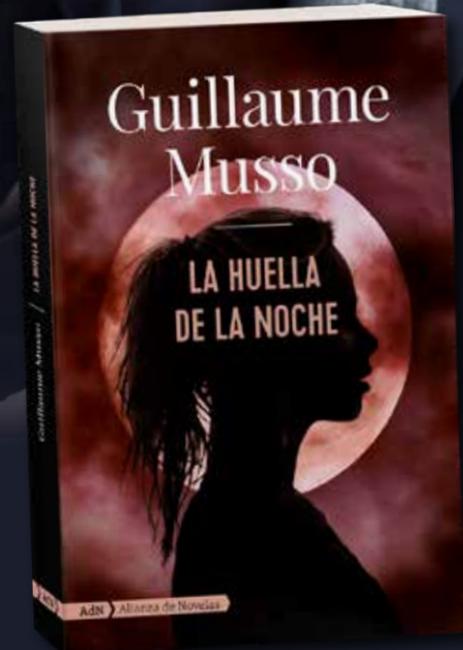
Teodor Szacki no está en su mejor momento. Desde que abandonó Varsovia, siente un perpetuo desajuste en su vida... Última y brutal entrega de la serie de un autor premiado.

NOVELA
NEGRA
Y
MISTERIO



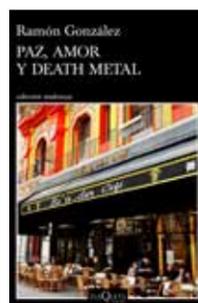
© Foto: E. Scocellatti

Un trágico secreto ata los destinos de tres amigos



EL AUTOR MÁS LEÍDO DE FRANCIA. MÁS DE 30 MILLONES DE EJEMPLARES VENDIDOS

A la venta el 4 de octubre



Paz, amor y death metal

Ramón González
TUSQUETS EDITORES
17,00 €

13 de noviembre de 2015. En la sala Bataclan de París, mil quinientas personas disfrutaban de un concierto de rock con Eagles of Death Metal. Un estremecedor testimonio literario.



Enemigos de Esparta

Sebastián Roa
EDICIONES B
21,90 €

Prómaco y Veleka se aman, pero él es un simple mercenario de sangre mestiza y ella pertenece a la nobleza. Guerra, amor y traición en una obra llena de épica.



La peregrina

Isabel San Sebastián
PLAZA & JANÉS
22,90 €

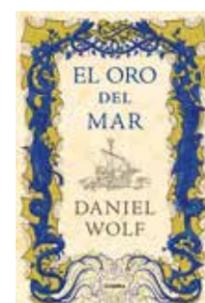
Una nueva aventura de Alana de Coaña, en un viaje fascinante al origen de un camino que cambió la historia del mundo. La apasionante aventura que dio comienzo al Camino de Santiago.



Feliz final

Isaac Rosa
SEIX BARRAL
18,50 €

Esta novela reconstruye un gran amor, empezando por su final, para abordar un tema universal con los condicionantes que hoy lo dificultan: la precariedad, la insatisfacción vital, el imaginario del amor en la ficción...



El oro del mar

Daniel Wolf
GRIJALBO
21,90 €

Deslumbrante epopeya histórica que nos traslada a la floreciente y peligrosa Europa del XIII, a través de una expedición comercial que deberá enfrentarse a los elementos y, sobre todo, a la codicia humana.

ALDO GARCÍA

LIBRERÍAS ANTONIO MACHADO

Madrid

libreria@machadolibros.com · C/ Marqués de Casa Riera, 2 · T. 91 5237066
C/ Fernando VI, 17 · T. 91 3190594



Tres autores que nos hacen pensar y nos invitan a actuar



Decir no basta

Naomi Klein
PAIDÓS

Montañas de libros, páginas, palabras e incluso viñetas se han vertido sobre la presidencia de Trump, sobre su ridículo estilo, su ignorancia, arrogancia o su indisimulado odio hacia todo lo que no comparte en el reflejo de su espejo de marco dorado. Pero como Obama declaró hace bien poco, Trump no es la causa sino el síntoma. Naomi Klein no se limita a contárnoslo, lo que hace es alertar de las estrategias que se pueden seguir para erradicar un mal que se expande. Este es un libro que nos invita a actuar.



La física del futuro

Michio Kaku
DEBATE

Michio Kaku es tal vez el científico más mediático vivo, con programas en televisión, radio, libros; físico teórico, fan de Star Trek, Flash Gordon, Jules Verne o los comics de superhéroes, investigador de la teoría de cuerdas y niño prodigio que experimentaba en el garaje de su casa en California creando materia oscura. Pero, además de estas líneas que parecen sacadas de un personaje de ficción, es sobre todo un comunicador nato y un excelente narrador de las complejidades de la ciencia y de cómo la ficción, a veces, ayuda a crear una nueva realidad.

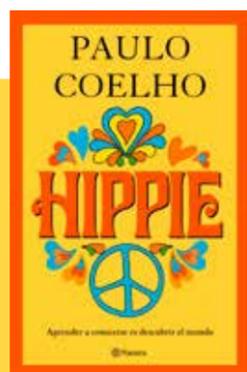


Cómo leer el agua

Tristan Gooley
ÁTICO DE LOS LIBROS

Desde las primeras civilizaciones sedentarias el agua nos ha acompañado como elemento esencial de nuestra existencia. Lagos, ríos, mares u océanos guardan secretos, misterios o esconden algunas de las más perversas acciones de la humanidad. Este libro es imprescindible para redescubrir un mundo que dejamos de lado en demasía y empezar a entenderlo.





La formación de un mito

Hippie

Paulo Coelho
PLANETA
18,90 €

En su libro más autobiográfico, Coelho narra el encuentro entre dos jóvenes: Paulo, que sueña con ser escritor y llega a Amsterdam en busca de libertad y un sentido para su vida, y Karla, una veinteañera decidida a cambiar su forma de ver el mundo.



Las hijas del capitán

María Dueñas
PLANETA
22,50 €

Tres hermanas, dos mundos y una ciudad... La historia de tres jóvenes españolas que se vieron obligadas a cruzar el océano, se asentaron en una urbe deslumbrante y lucharon para encontrar su camino.



La capital

Robert Menasse
SEIX BARRAL
21,00 €

La primera gran novela sobre la Unión Europea. Una ambiciosa obra en la estela de las conocidas *House of Cards* y *El ala oeste de la Casa Blanca*, que narra los entresijos de la vida política.



Una historia intensa

La octava vida (para Brilka)

Nino Haratischwili
ALFAGUARA
24,90 €

Georgia, 1917. Stasia, la hija de un exquisito fabricante de chocolate, sueña con ser bailarina. Alemania, 2006. La bizneta de Stasia vive en Berlín. Brilka, su joven sobrina, aprovecha un viaje para fugarse de casa.



Mujeres en la oscuridad

Ginés Sánchez
TUSQUETS EDITORES
21,00 €

La huida de tres mujeres distintas cuyas vidas están entrecruzadas sin que lo sepan. Tres mujeres arrebatadoras que comparten algo en común: una vida deslustrada y la búsqueda de luz en el amor.



La vida son dos días, entonces bésame

Roberto Emanuelli
PLANETA
17,90 €

Leonardo sólo ha tenido un gran amor: se marchó sin dejar rastro al poco de dar a luz a su hija, Laura, ahora una adolescente en búsqueda. Apasionada, visceral, emotiva y romántica.



Cabezas cortadas

Pablo Gutiérrez
SEIX BARRAL
18,00 €

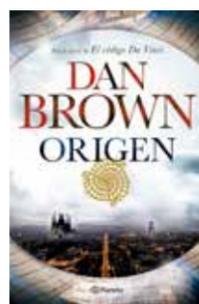
Una novela sobre una generación perpleja y vapuleada por la crisis, y sobre la ira y el desconcierto que sobrevienen cuando la juventud se agota y los sueños se desvanecen.



Las fiebres de la memoria

Gioconda Belli
SEIX BARRAL
19,50 €

Nunca es tarde para encontrar un nuevo destino y amar generosamente. Situada a mediados del siglo XIX, esta historia de amor, misterio y aventura es la nueva novela de la autora de *La mujer habitada*.



Origen

Dan Brown
PLANETA
22,50 €

España es el escenario donde se sitúa la nueva novela de Dan Brown, *Origen*. Barcelona, Bilbao, Madrid y Sevilla son las ciudades principales en las que transcurre la nueva aventura de Robert Langdon.



El hombre de la dinamita

Henning Mankell
TUSQUETS EDITORES
18,50 €

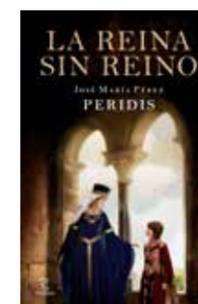
Suecia, 1911. Los periódicos locales dan la noticia de que un dinamitero de veintitrés años ha muerto a consecuencia de un trágico accidente. La primera y desgarradora novela de Henning Mankell.



Canción de sangre y oro

Jorge Molist
PLANETA
22,50 €

Si vences vives, si pierdes mueres. Una apasionante lucha por el poder y la libertad que cambió la historia de Europa. Premio de novela Fernando Lara 2018.



La reina sin reino

José María Pérez Peridis
ESPASA
19,90 €

Cierre de la trilogía sobre la Reconquista. Se inicia con la muerte de Alfonso VIII, que deja como heredero a Enrique, de apenas doce años, que fallece en un extraño accidente y deja el trono vacante.



Los tiempos del odio

Rosa Montero
SEIX BARRAL
20,00 €

Nueva entrega de la serie de Bruna Husky, la detective independiente, poco sociable, intuitiva y poderosa que solo tiene un punto vulnerable: su gran corazón. Rosa Montero traza un retrato certero del tiempo que vivimos.

Por el autor de los bestsellers internacionales *La última noche en Tremore Beach* y *El mal camino*

¿HASTA DÓNDE ESTARÍAS DISPUESTO A LLEGAR PARA SOBREVIVIR?



Penguin Random House Grupo Editorial

www.megustaleer.com

Síguenos en:

Disponible en ebook



La felicidad

Rafael Santandreu*

«¡Bum, pam, splash!» ¡Puñetazo, uppercut, gancho a la sien! Drogas, prostitutas, violencia y caos. Este podría ser un buen resumen del libro que estoy acabando de leer en estos momentos. Es la autobiografía de Mike Tyson, el boxeador de finales de los 80 que alucinó a todo el mundo con sus combates de minutos de duración.

Tyson (Iron Mike) ganó cientos de millones de euros, pero terminó arruinado, adicto a todo tipo de drogas y encarcelado por violación. De amigo de J.J. Kennedy, Spyke Lee o Donald Trump, a pirado, sonado y acabado en menos de quince años.

Como él mismo confiesa en su libro, sólo le salvó la psicoterapia; una enérgica y certera psicoterapia.

Los laberintos de la mente

Como Tyson, todo hijo de vecino persigue la felicidad, pero, a menudo, nos perdemos en los laberintos de nuestra propia mente. Por suerte, otros han recorrido antes el camino de vuelta y pueden hacernos un mapa del laberinto. Y, para eso, amigos míos, también están los libros.

A mí me alargó la vida un libro que leí en los años 90: *Dejar de fumar es fácil si sabes cómo*, de Allen Carr. Y la experiencia determinaría mi carrera profesional.



Para mí, dejar de fumar fácilmente, disfrutando del proceso, fue un uppercut que alcanzó la parte más profunda de mi mente, y decidí que me iba a dedicar a la psicología de por vida.

Nada me satisface más que seguir la estela de Carr y recibir cartas de lectores que han dado un giro completo a su mente gracias a mis libros.

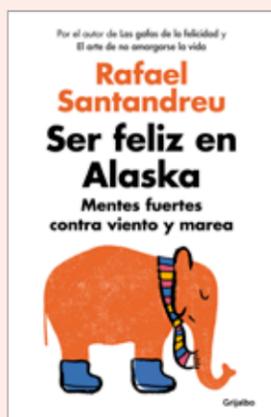
Salvar la vida

A mí no me gustan, en general, los libros de autoayuda, pero, entre cientos, sí hay verdaderas joyas: desde Epicteto o Marco Aurelio hasta el psicólogo norteamericano Albert Ellis o el

sacerdote Anthony de Mello. Cualquiera de ellos, leído en el momento justo, podrá salvarte o alargarte la vida, enderezártela o incluso sanarla por completo. Por muchos golpes que haya encajado tu sien, siempre hay un mapa del laberinto esperándote en algún libro. Y entonces te sentirás como el Conde de Montecristo o, quizás, como el transformado Iron Mike.

«A mí me alargó la vida un libro que leí en los años 90: *Dejar de fumar es fácil si sabes cómo*, de Allen Carr. Y esa experiencia determinaría mi carrera profesional»

*Rafael Santandreu publicó su primer libro, *El arte de no amargarse la vida*, tras ejercer la psicoterapia durante años. Tras el éxito de ese título, ha publicado libros como *Nada es tan terrible* o *Ser feliz en Alaska*.



Una lección olvidada (Viajes por la historia de Europa)

Guillermo Altares
TUSQUETS EDITORES
22,90 €

El pasado de Europa nos enfrenta a un inmenso crisol, un enorme pasado y un proyecto en construcción. Este libro recorre diferentes espacios en busca de los estratos de ese pasado.



Tempestades de acero

Ernst Jünger
TUSQUETS EDITORES
22,00 €

Inolvidable relato autobiográfico sobre la crudeza de la Primera Guerra Mundial. En 1914, Jünger se alistó como voluntario en el 73 Regimiento de Fusileros y fue enviado al frente francés.



Las conspiraciones contra Hitler

Danny Orbach
TUSQUETS EDITORES
24,00 €

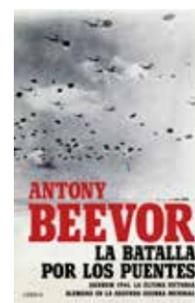
En 1933, Hitler se convertía en canciller de Alemania. Un año después, las formaciones políticas eran ilegales y no había libertad de prensa. Pero hubo varias conspiraciones contra el régimen.



El primer hombre. La vida de Neil A. Armstrong

James R. Hansen
DEBATE
20,90 €

1969, el Apolo 11 aterriza en la Luna. Un hombre deja su huella. Esta es la vida del primer hombre que pisó la Luna y la historia del hito que marcó la humanidad y la carrera espacial.



La batalla por los puentes

Antony Beevor
CRÍTICA
26,90 €

Vuelve el gran cronista de la Segunda Guerra Mundial con la operación Market Garden. Beevor destaca la irresponsabilidad de los mandos, lo vivido por los soldados y sus terribles consecuencias.



Más allá del deber

Adam Makos
EDICIONES SALAMINA
25,00 €

Diciembre de 1943, un bombardero estadounidense gravemente dañado en una misión de bombardeo sobre Alemania lucha por mantenerse en vuelo. Caballeridad y combate en la Segunda Guerra Mundial.



Roedores

Paula Bonet
LITERATURA RANDOM HOUSE
20,90 €

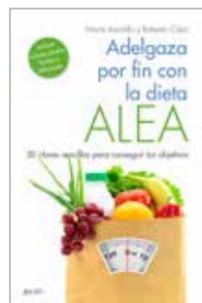
La obra más personal de Bonet: el animalario que pintó para su hija durante los primeros meses de su embarazo. Una creación que rompe el silencio alrededor del aborto espontáneo.



Las rosas del sur

Julio Llamazares
ALFAGUARA
24,90 €

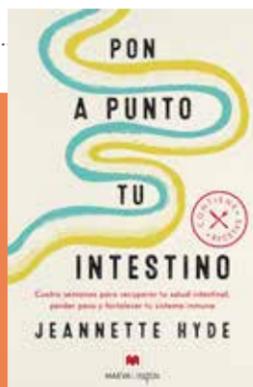
Diez años después de la publicación de su aclamada obra *Las rosas de piedra*, Llamazares concluye su recorrido literario por España y su historia, a través de sus setenta y cuatro catedrales.

**Adelgaza por fin con la dieta Alea**

María Astudillo | Roberto Cabo

ZENITH
16,00 €

Con este libro conseguirás comer saludable, rico y sin inventos extraños gracias a sencillas y deliciosas recetas fácilmente adaptables a tus gustos y necesidades, incluso si eres vegetariano.



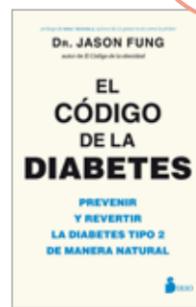
Hábitos saludables

Pon a punto tu intestino

Jeannette Hyde

MAEVA
18,00 €

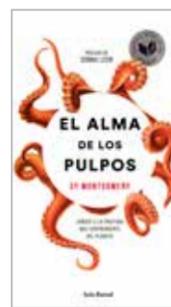
Cuatro semanas son suficientes para recuperar la salud intestinal, perder peso, fortalecer el sistema inmune y mejorar el estado de ánimo. Un plan integral para cambiar los hábitos alimenticios.

**El código de la diabetes**

Dr. Jason Fung

SIRIO
14,50 €

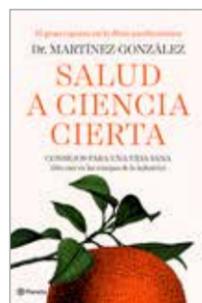
Los especialistas consideran que la diabetes tipo 2 es una enfermedad crónica y progresiva. Para Fung, la forma de tratarla de manera efectiva es llevar una dieta adecuada.

**El alma de los pulpos**

Sy Montgomery

SEIX BARRAL
19,50 €

Los pulpos tienen una amplia gama de personalidades. Este es un viaje alucinante a la mente y al cuerpo de los pulpos, a lo que los hace tan diferentes y, a la vez, similares a los seres humanos.

**Salud a ciencia cierta**

Dr. Martínez-González

PLANETA
19,90 €

Consejos para una vida sana sin caer en las trampas de la industria y de la mano de uno de los doctores más prestigiosos del momento. Lo que la ciencia sabe hoy de la salud, contado de forma sencilla.

**Vive más y mejor**

Dr. Miquel Porta

GRIJALBO
17,90 €

Uno de los expertos mundiales en contaminación interna nos enseña en este libro qué hacer para reducir los contaminantes en nuestro día a día, desde los de los alimentos hasta los de los objetos cotidianos.

**Embarazo en su punto**

Primavera Martín Ruiz

OBERÓN
19,95 €

Dedicado a las mujeres valientes que deciden embarcarse en la aventura del embarazo. El paladar y el estómago tendrán mucho que decir. Recuerda que tu bebé será lo que comas.

**Morder la manzana**

Leticia Dolera

PLANETA
17,90 €

Bienvenidas a nuestra revolución. Este libro nace de la necesidad y de la urgencia. Porque Leticia Dolera necesita contar por qué es feminista y por qué todas deberíamos serlo.

© Joan Tomás

PATRICIA RAMÍREZAutora de *Estrena optimismo***«Ser optimista es una forma de ver el mundo»**

Psicóloga y divulgadora, Patricia Ramírez lleva años tratando de mostrar la fuerza de cada persona para cambiar, adquirir confianza y, en definitiva, mejorar su vida. Tras títulos como Cuenta contigo o Si salieras a vivir, regresa a las librerías con Estrena optimismo (Grijalbo).

Así que el optimismo se entrena. ¿Todos podemos hacerlo?

Sí, todos los que tenemos interés. Igual que hay personas con ánimo de ser más felices, con ganas de superarse, también los hay que en su infelicidad, en su zona confortable, están bien. Si no deseas ser más optimista, no podrás cambiarlo.

¿Se puede enseñar a los jóvenes o es algo intransferible?

Ser optimista es una forma de ver el mundo, de interpretar el entorno en términos de soluciones en lugar de problemas. También incluye quejarse menos y aportar más. Esto forma parte de la inteligencia emocional, y para mí debería ser una asignatura de la enseñanza obligatoria. Creo que debemos educar a nuestros jóvenes a ser más resolutivos con sus emociones y tratar de ser más felices.

Aconsejas minimizar los errores.

Aconsejo darles su justa medida. En ningún estudio se demuestra que magnificarlos, sentirnos culpables y machacarnos, mejore nuestro aprendizaje y nos lleve a cometer menos errores. Así que ante el error, compasión. Y luego podemos analizar qué ha ocurrido y cómo mejorar.

Y propones no dar importancia a lo que nos ha salido mal, pese a haber hecho un esfuerzo.

Sobre todo, cuando has hecho un esfuerzo. ¡Es que no nos puede salir todo bien! Porque no todo depende de nuestro esfuerzo. Dile eso a un atleta español que mejora su marca pero que aun así le gana un rival. Ya puedes dar lo mejor de ti, que no siempre tiene premio.

**Estrena optimismo**
GRIJALBO

¿Hay algo positivo en los sentimientos de culpa?

En la culpa realmente no veo nada positivo. La palabra culpa es realmente fea, fea a rabiar. Prefiero la responsabilidad. Sentirte responsable y dolido por un error tiene de positivo que nos lleva a buscar ideas, a pedir perdón o a reparar el daño.

Dices que un fracaso es una invitación a hacer las cosas de forma distinta.

No siempre. Pero la mayoría de las veces sí que podemos aprender de nuestros fracasos. El mundo está lleno de historias de éxito y grandes empresarios que fracasaron muchas veces. Sin ir más lejos, Steve Jobs.

¿Es bueno fantasear?

Fantasear nos hace sentir bien si fantaseamos con nuevas metas y con experiencias motivadoras e inspiradoras. Pero si realmente queremos alcanzar esas metas, fantasear no basta. Necesitamos pasar a la acción. Y esto requiere un plan, organización y fuerza de voluntad.

¿Debemos confiar en la esperanza o trabajar duro?

Las dos cosas. Tener esperanza no es ser un iluso. Es trabajar en el camino de lo que deseas pensando que a través del esfuerzo y el trabajo, aumentas la probabilidad de alcanzar lo que deseas. Tener esperanza mientras esperas sentado, como que no.

¿Nos recomiendas una novela que nos ayude a ser optimistas?

Aunque parezca una contradicción porque va sobre una historia trágica en un campo de concentración, la obra del psiquiatra Víctor Frankl, *El hombre en busca del sentido* es bastante optimista.



La comida me cae bien

Frank Laporte-Adamski
AGUILAR
17,90 €

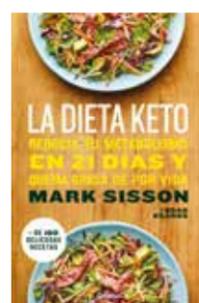
Come de todo sin preocuparte por nada, tan solo ten en cuenta la digestión. «El camino hacia la felicidad comienza en el lugar más familiar de todos: ¡el baño de vuestra casa!».



Pintxos y tapas

VV. AA.
SUSAETA
15,95 €

Boquerones, morcilla, queso, champiñones, pimientos del piquillo... Sugerentes recetas, tradicionales e innovadoras, que conjugan ingredientes y productos de gran calidad.



La dieta Keto

Mark Sisson
GRIJALBO
19,90 €

Un innovador plan en 21 días que te enseñará a restablecer tu metabolismo, para que quemes grasa y no la recuperes. Una dieta sana y efectiva, con más de un centenar de recetas deliciosas.



Salud por la dieta

Mi dieta ya no cojea

Aitor Sánchez García
PAIDÓS
17,00 €

Tras el éxito de *Mi dieta cojea*, el "nutricionista indignado" nos presenta una detallada guía para descubrir qué debemos hacer para llevar una dieta saludable, y convertimos así en unos auténticos nutrifrikis.



Cocinología

VV. AA.
DK
22,95 €

Las principales técnicas de cocina, trucos y preparaciones explicados gracias a la ciencia. Un libro práctico y diferente para acercarnos al mundo de la cocina desde un punto de vista diferente.



¡Encienda su vida! Apague el piloto automático

Chris Baréz-Brown
BLUME
15,90 €

Más del 80 % de nuestro tiempo vivimos en piloto automático. Este libro ofrece una serie de experimentos pensados para liberarnos de esa trampa y despertar la imaginación y los sentidos.



Literatura y vida

Dante: La novela de su vida

Marco Santagata
Lope: El verso y la vida

Antonio Sánchez Jiménez
CATEDRA
28,00 € cada uno

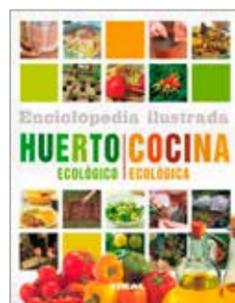
Biografías rigurosas y accesibles por su formato, estilo y estructura narrativa. Los lectores aficionados a la literatura encontrarán en estas obras un referente con el que aproximarse a los textos literarios.



La línea

Keri Smith
PAIDÓS
12,95 €

La imparable autora vuelve con una propuesta alucinante: un viaje a lo desconocido, a lo más profundo de nuestro ser. Solo necesitarás un lápiz y toda tu imaginación. ¿Qué se esconde al final?



Huerto ecológico. Cocina ecológica

VV. AA.
SUSAETA
19,95 €

Con más de 1.700 cuidadas fotografías e ilustraciones, esta guía ofrece información práctica para cultivar su propio huerto orgánico y elaborar recetas sanas y nutritivas con sus productos.



Nostalgia de sabores

Cocina viejuna

Ana Vega Pérez de Arlucea
LAROUSSE
19,90 €

En las décadas de los 70 y los 80 del siglo pasado, los españoles vivieron muchas transformaciones y se fomentó la cocina creativa. De entonces son el cóctel de gambas, el lenguado a la meunière o la tarta al whisky.



Simplísimo. El libro de cocina más fácil del mundo

100% nuevas recetas

J. F. Mallet
LAROUSSE
19,95 €

Con este libro todo son facilidades para cocinar de manera rápida y sabrosa. Un vistazo a la página, no más de seis ingredientes y, en un plis-plas, nos ayuda a cocinar con su simplicidad práctica.



¿Qué es comer sano?

J.M. Mulet
DESTINO
17,90 €

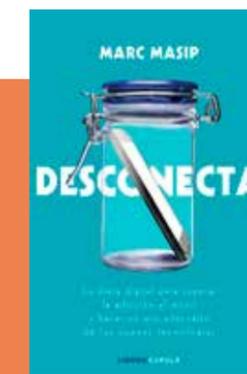
En el mundo de la alimentación y la nutrición circulan muchos mitos e informaciones falsas, y es difícil orientarse en ese maremágnum informativo. Mulet nos ayuda a filtrar esa información.



Cocina sana y creativa

VV. AA.
SUSAETA
15,95 €

El atlas de la cocina sana y creativa pretende demostrar que una dieta saludable no está reñida con el disfrute de los sabores, los colores y los aromas. El secreto está en el equilibrio.



Cómo usar las tecnologías

Desconecta

Marc Masip Montaner
EDICIONES CÚPULA
16,95 €

Descubre en qué nivel de adicción te encuentras. El autor nos presenta una gran variedad de situaciones de personas que están haciendo un uso no adecuado de los móviles, y que han decidido pedir ayuda.



En la oscuridad

Antonio Pampliega
PENÍNSULA
18,90 €

«Hace tres meses que vivo en absoluta soledad. Han cerrado la puerta y tirado la llave. Cada día estoy más cerca del abismo». Por primera vez un periodista español narra su secuestro en Siria.



Así se domina el mundo

Pedro Baños
ARIEL
20,90 €

¿Cómo se relacionan los países? ¿Qué estrategias de poder utilizan? Alianzas, manipulación, rivalidad, guerra psicológica... Baños nos revela las verdaderas claves de la geoestrategia mundial.



JACOB SUÁREZ

Editor de Laertes

«El libro práctico ofrece conocimientos, experiencia y resolución de dudas»

Viajes, destinos turísticos, educación, gastronomía, divulgación, historia... vuestras colecciones ofrecen un saber muy variado.

El objetivo de la editorial es transmitir nuestra pasión por la lectura y por las cosas que nos gustan, por este motivo tenemos tantas colecciones de temáticas distintas.

¿Cómo ha evolucionado Laertes desde que se creó?

La editorial la fundaron mis padres en 1975 para dedicarse a una profesión que les apasionaba. En esa época, en los finales de una dictadura, había un nicho de libros que se podían recuperar para el disfrute de la gente. Tenían una sociedad que construir, gente con ganas de aprender y por explicar, de disfrutar, de abrirse al mundo. La evolución es compleja, el sector del libro ha tenido que asumir que hemos pasado del top 5 de entretenimiento a estar casi en la cola por desgracia para la gran mayoría de la sociedad. Nosotros hemos seguido con nuestra pasión

¿Qué ofrecen a los lectores los libros prácticos y divulgativos?

Conocimientos, experiencias, resolución de dudas, otros puntos de vista. Solo cosas buenas.

¿Puede un libro mejorar la vida de quien lo lee?

Sin ninguna duda. Aparte de estas cosas buenas, todo libro puede aportarte entretenimiento, diversión, aventura, misterio... Los libros los escriben personas, y no todos tenemos las mismas sinergias. Si un libro no te gusta lo dejas y empiezas otro, seguro que hay un libro que te enganchará.

¿El libro de no ficción va ganando terreno?

Depende, en nuestro catálogo, sin duda. No hemos dejado de publicar novela, pero en la situación actual es más difícil encontrar un espacio en las librerías, y los editores sin librerías no tienen razón de ser. Este es otro tema que es muy complejo (o no tanto). Las cifras que tenemos de publicación anual (de

editores españoles) es de más de 70.000 libros al año y las librerías no pueden absorber estas cantidades. La gran mayoría son novelas.

¿El interés por temas como la gastronomía o la psicología es una moda pasajera o ha llegado para quedarse?

No creo que sea una moda. La gastronomía siempre ha estado presente, las recetas de la abuela, del cocinero famoso, etc... Hoy en día hay nuevas tendencias: veganos, vegetarianos, etc... Y la psicología es un tema apasionante muy ligado a la sociología.

¿Cuál es vuestro best seller?

Tirant lo blanc... en su adaptación para estudiantes de secundaria, parece que no tiene fin.

En su momento, algunas guías de viajes.

¿Nos recomendáis alguna lectura para este otoño?

De nuestra editorial: *La Columna Durruti*, de Eladi Romero, si te gusta la historia y la Guerra Civil Española, sin duda es un gran libro. Y *Narrativa proletaria norteamericana. 1929-1941*, antología de Emili Olcina, un conjunto de relatos de la literatura anticapitalista de la época.

Y de otras editoriales: *Postguerra*, de Tony Judt (Taurus) y *El rey recibe*, de Eduardo Mendoza (Seix Barral).



Diez razones para borrar tus redes sociales de inmediato

Jaron Lanier
DEBATE
14,90 €

¿Te cuesta imaginar una vida sin redes sociales? ¿Y si te dieran 10 argumentos explicando sus tóxicos efectos? Un brillante manifiesto que llama a la acción para comenzar a reinventar Internet.



Cómo vivir una enfermedad incurable

Carolina Torres Fernández
URANO
17,00 €

Una historia real de superación personal. Porque los caminos más difíciles pueden llevarte a los lugares más hermosos.



Emociones para la vida

Enric Corbera
GRIJALBO ILUSTRADOS
17,90 €

¿Qué nos impulsa a cometer los mismos errores? ¿Cómo podemos mejorar nuestras relaciones y nuestra vida? Saber entender y manejar las emociones es clave para mantener nuestro bienestar.



El algoritmo de la felicidad

Mo Gawdat
ZENITH
17,95 €

Durante años, Gawdat se dedicó a diseñar una fórmula que permitiera desarrollar un estado de felicidad. Ahora nos propone una ecuación para reestablecer la felicidad cuando la vida nos enfrenta a un suceso que nos descoloca.



El oráculo del Guerrero

Lucas Estrella
VERGARA
14,90 €

Lecciones de los maestros de artes marciales, para quienes deseen interiorizar la filosofía y espiritualidad orientales. Con un oráculo para acceder a las respuestas que habitan en nuestro interior.



El amor de tu vida

Rut Nieves
PLANETA
20,90 €

¿Por qué hay personas que encuentran pareja tan fácilmente y otras no? Respuestas en la tercera parte de la trilogía 'Cree en ti. Aprende a quererte y encuentra el amor que te mereces'.



Experiencia que enseña

Bajo el aro. Aprender del éxito y del fracaso

Pau Gasol
CONECTA
17,90 €

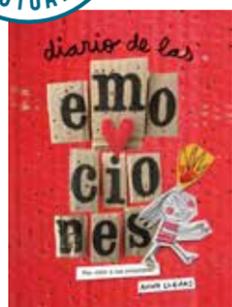
Pau Gasol comparte con los lectores los valores que le han llevado a lo más alto en su carrera deportiva y su trayectoria personal. Un libro que inspira a través del ejemplo y la reflexión.



El poder de los 5 segundos

Mel Robbins
CÚPULA
17,95 €

La técnica de los 5 segundos es una solución simple y definitiva para el único problema al que todos nos enfrentamos: la dificultad para tomar decisiones. Para vencer el miedo y ser más felices.



Diario de las emociones
Anna Llenas
PAIDÓS
14,95 €

Una serie de ejercicios prácticos para dar rienda suelta a tu creatividad, canalizar tus emociones negativas y comentar las positivas para conseguir un cambio y alcanzar un mayor bienestar.



Yoga fácil
VV. AA.
INTEGRAL
18,00 €

La práctica del yoga es accesible para todos. Con este libro aprenderás sesiones de asanas y técnicas de respiración para mantener tu organismo en un excelente estado y tu mente en calma.



Máximo rendimiento
Brad Stulberg | Steve Magness
SIRIO
14,50 €

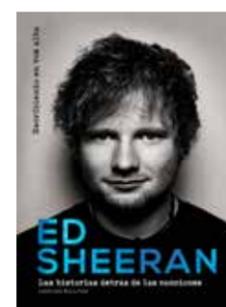
Vivimos en la era de la competitividad, por lo que deseamos saber cómo mejorar nuestro rendimiento sin dañar la salud. Prometedores métodos para poder dar lo mejor de nosotros.



Cambios para ser feliz

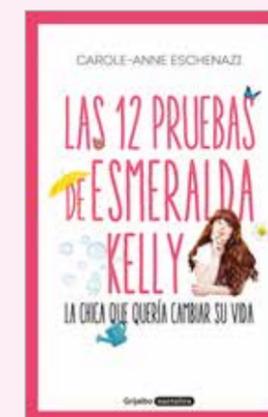
El método del algodón de azúcar
Antonio Beltrán Pueyo
ZENITH
16,00 €

Este método nos ayuda a darnos cuenta de que nada en este mundo es estático y que la felicidad, en lugar de buscarla, hay que crearla. Un método con el que el autor ha ayudado a cientos de personas a transformar su vida.



Ed Sheeran
Caroline Sullivan
ANAYA MULTIMEDIA
16,95 €

La reconocida periodista musical se sumerge en la fértil mente de Ed Sheeran para analizar, canción a canción, las historias que hay detrás de cada tema del compositor y cantante.



Las 12 pruebas de Esmeralda Kelly
GRIJALBO

Las novelas terapéuticas, historias inspiradoras que invitan a ser feliz

Ana Liarás*

La vorágine del día a día apenas nos permite darnos cuenta, hasta que un día escuchamos nuestra voz interior que nos revela que algo no anda bien. Entonces tomamos conciencia de que necesitamos un cambio en nuestras vidas... pero ¿qué nuevos pasos debemos dar?

Así empiezan las novelas terapéuticas, con la premisa de una protagonista que vive una crisis personal y anhela cambiar, sentirse más feliz, y que va a descubrir las distintas claves para lograr su objetivo. A través de unas tramas entretenidas y con unas protagonistas muy empáticas, estas novelas nos regalan píldoras de sabiduría que dotan a la lectura de un mensaje positivo e inspirador.

Desde que se publicó hace tres años en Francia *Tu segunda vida empieza cuando descubres que solo tienes una*, de Raphaëlle Giordano (Grijalbo, 2017), la historia de una mujer cansada de la rutina, este nuevo fenómeno editorial está triunfando en todo el mundo y ha revolucionado los géneros de autoayuda y crecimiento personal bajo la forma novelada y más amable de la ficción. Novelas, pues, dirigidas tanto al lector habitual de no ficción, pero también al de narrativa femenina tradicional.

Crisis y tramas de ficción

Sus autores son expertos en coaching, crecimiento personal o psicólogos, que deciden volcar su conocimiento al servicio de una historia que aúna los mejores recursos de la narrativa. O como en el caso de Marianne Power, la autora revelación de *Help me* (Picador), una periodista inglesa que decide poner en práctica durante un año los consejos

de doce clásicos de la autoayuda, y cuenta sus vicisitudes en la novela.

Así, el denominador común de estas novelas es que presentan situaciones de crisis que muchos han experimentado alguna vez, pero lo curioso es que sus lecciones vitales están camufladas dentro de la trama de ficción, y no se leen como libros de autoayuda, sino como verdaderas novelas. Y ahí está la clave de su éxito.

Una vida emocionante

En esta misma línea os animo a descubrir *Las 12 pruebas de Esmeralda Kelly, que quería cambiar su vida*, de Carole-Anne Eschenazi (Grijalbo). En este caso, la protagonista es Emmy, quien a sus 33 años debería considerarse afortunada pues tiene un hogar confortable, un trabajo estable, una familia no demasiado

desestructurada y buenos amigos, sin embargo, no acaba de sentirse satisfecha. Para ella, la vida debería ser algo más imprevisible... ¡Más emocionante! Quizá por eso su encuentro con Maud, una pintora y coach jubilada, se convierte en un momento muy especial. Toda una revelación que llevará a Emmy a aceptar los «doce desafíos» que le propone esa sabia desconocida. Un reto que, sin duda, cambiará su vida.

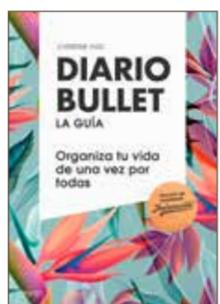
*Ana Liarás es directora literaria de Grijalbo

«El denominador común de estas novelas es que sus lecciones vitales están camufladas dentro de la trama de ficción y no se leen como libros de autoayuda»

Crecimiento personal



Diario Bullet, La Guía. Cósmico



Diario Bullet, La Guía. Tropical



Diario Bullet, La guía. Talavera



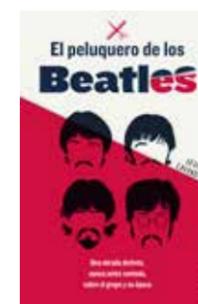
Diario Bullet, La guía. Paleta

Christine Hug
ZENITH
14,00 € CADA UNO

¡Anímate a organizar de una vez por todas tu presente y a planear tu futuro!

Siempre tenemos muchas cosas en la cabeza y demasiados papeles en el escritorio —agendas, listas, notas...—, pero, a veces, las herramientas que utilizamos no se adaptan a lo que realmente necesitamos.

Christine Hug, una youtuber española especializada en temas de organización y papelería, con uno de los canales más visitados en temas de 'bullet journaling' y técnicas de estudio, nos ofrece cuatro agendas para organizar el presente de una vez por todas. Acaba con el caos. Solo necesitas un cuaderno, un boli y unos minutos a la semana.



El peluquero de los Beatles

Leslie Cavendish
INDICIOS
23,00 €

Una mirada distinta, original y nunca antes contada, sobre el grupo que revolucionó la música y la estética, y que definió la banda sonora de una época inolvidable.



ESTEVE BOTELLA

LA LLAR DEL LLIBRE

Sabadell (Barcelona)

llardellibre@llardellibre.cat · c/ Sant Antoni, 20 / Les Valls, 29 · T. 93 725 59 59



«Harari, una excelente percepción de lo que se avecina»

Este no es un libro de ciencia ficción. O quizás sí. Nuestra valoración dependerá, en gran medida, de nuestra propia apreciación de las condiciones de posibilidad que nos merezca el futuro inmediato que Yuval Noah Harari retrata en este magnífico ensayo. Especular es enfrentarnos al espejo de nuestro presente e intentar ver más allá de nuestra imagen actual reflejada en él. Y si alguien está dotado para esta tarea, ese es sin duda el autor israelí.

Las certezas de hoy son indicios de las manifestaciones del mañana y Harari demuestra una excelente percepción de lo que se avecina: el necesario justo compromiso entre humanidad y tecnología, los conflictos entre las ansias de libertad individual y el control ejercido por el big data, la globalización enfrentada al nacionalismo, el progresivo cambio de valores en las sociedades o incluso su pérdida definitiva, y otros temas acuciantes de gran calado para la supervivencia y bienestar de la especie.

Como dice Harari, "si alguien nos describe el mundo (futuro) y parece ciencia ficción, probablemente sea falso. Pero si entonces alguien nos describe el mundo (futuro) y no parece ciencia ficción, entonces es falso con toda seguridad".

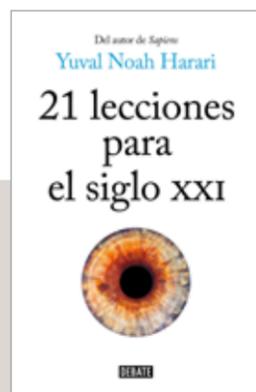
Atentos, pues, al apocalipsis. O quizás no.



Yuval Noah Harari es profesor de historia en la Universidad Hebrea de Jerusalén. Tras especializarse en historia medieval e historia militar, orientó su interés a la historia del mundo y los procesos macrohistóricos.

Con el libro *Sapiens. De animales a dioses* exploró las formas en que la biología y la historia han definido al ser humano. Ese título le otorgó el reconocimiento internacional, con más de diez millones de ejemplares vendidos.

En su nuevo libro examina algunos de los temas y preguntas más relevantes del presente, en un intento de ofrecer un enfoque tanto personal como colectivo al cambio al que se encuentra sometido el ser humano y el mundo.



21 lecciones para el siglo XXI
Yuval Noah Harari
DEBATE



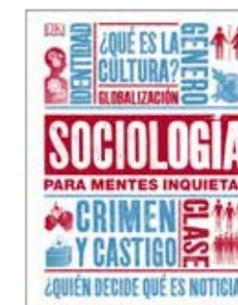
La belleza del universo
Stefan Klein
SEIX BARRAL
18,00 €

¿Qué puede enseñarnos la forma en que una rosa florece sobre el mundo? Ciencia y literatura se dan la mano en un libro para todos que responde a las grandes preguntas del universo.



El bosque: instrucciones de uso
Peter Wohlleben
OBELISCO
12,00 €

Wohlleben es guarda forestal. Ampliando su formación en biología, pudo constatar que los árboles se comunican entre ellos. Ahora guía a las personas a los bosques para mostrar su rica vida.



Sociología para mentes inquietas
VV. AA.
DK
16,90 €

¿Por qué las personas cometen crímenes? ¿Quién decide si alguien tiene una enfermedad mental? Un libro que explora estas preguntas y asuntos como la pobreza, el género o las clases sociales.



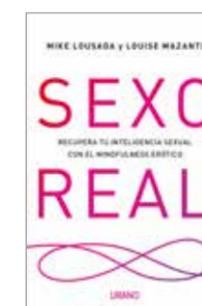
El libro de la tabla periódica
VV.AA.
DK
16,99 €

Una enciclopedia visualmente impactante para guiar tanto a niños como a jóvenes y curiosos por los 118 elementos que componen la tabla periódica, desde el argón hasta el zinc.



Un ascensor al espacio
Kelly y Zach Weinersmith
BLACKIE BOOKS
23,90 €

Alguien pregunta: «¿Por qué hemos ido tan pocas veces a la Luna?» o «¿Sabes cómo funciona un cohete?». ¿Cuál sería la mejor respuesta? Un viaje fascinante por las innovaciones que marcarán nuestro futuro.



Sexo real
Mike Lousada | Louise Mazanti
URANO
17,00 €

Descubre una visión totalmente nueva de la intimidad. Estructurada en siete claves, enseña a aceptar y amar nuestro cuerpo, a vencer bloqueos y a explorar deseos sin culpa ni inseguridad.

Una educación

Tara Westover



PODÉIS LLAMARLO
TRANSFORMACIÓN.
METAMORFOSIS.
FALSEDAD.
TRAICIÓN.
YO LO LLAMO
UNA EDUCACIÓN.

"Maravillosa. No hay sentimiento igual al de descubrir a una joven escritora con semejante talento."

Stephen Fry

"La crónica de una joven que consiguió salir de una infancia difícil en Idaho para encontrarse a sí misma a través de los libros."

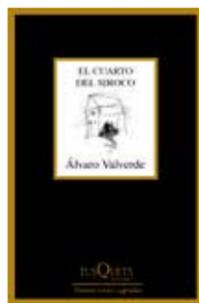
Michelle Dean, *The Guardian*

Disponible en ebook

Lumen Penguin Random House Grupo Editorial

www.megustaleer.com

Uno de los libros más importantes del año según *The New York Times*



El cuarto del siroco

Álvaro Valverde
TUSQUETS EDITORES
15,00 €

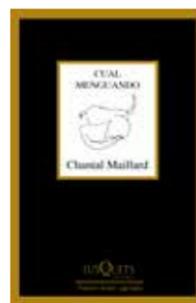
En las casas patricias sicilianas había una habitación donde las familias nobles se guarecían mientras soplaban el siroco, ese impetuoso viento del sudeste procedente de los desiertos de África.



el sol y sus flores

Rupi Kaur
SEIX BARRAL
14,90 €

Dividido en cinco movimientos (marchitarse, caer, enraizar, crecer y florecer) este es el segundo poemario de una autora que se ha convertido en una voz poderosa y conciencia de una generación.



Cual menguando

Chantal Maillard
TUSQUETS EDITORES
14,00 €

Un libro que inaugura un nuevo tono, a caballo de los géneros, que funde poesía, prosa y teatro, insertándose en la tradición de Samuel Beckett y sus piezas antológicas o su teatro.



Con un cassette y un boli Bic

Defreds - Jose Á. Gómez Iglesias
ESPASA
13,90 €

Poemario que aúna poemas y prosa poética, en línea con la creación del autor, con temas atractivos para los lectores como la cotidianidad, la pasión, el desamor o la amistad.

MAGDALENA SÁNCHEZ-BLESA

Autora de *Instrucciones a mis hijos* (Umbriel)

«Hay tanto vacío que la lectura que da fuerza es necesaria»

Magdalena Sánchez-Blesa encontró en la poesía la forma de llegar a la gente. Poeta de aceras y de patios, según su propia definición, publica un libro de experiencias en el que ama a amar la vida

¿Para quién son estos poemas, para sus hijos?

Sí, yo no soy quien para darle instrucciones a nadie, tampoco a ellos, pero tal vez les haga reflexionar. Son el ejemplo de vida de mi madre: un silencio suyo me enseñaba tanto como la universidad. A mí me ha ido muy bien observando su paso sereno por el mundo, sin alborotarse por nada, con la lentitud de una tortuga y la constancia de una hormiga.

¿Por qué se decantó por la poesía?

Ella se decantó por mí. Una mañana llegó hasta mi lápiz y me persigue desde entonces. Ya quisiera yo quitármela a veces de encima, pero es imposible, hasta de madrugada me despierta. Escribir a veces me supone un desgarró en las entrañas. Duele. Pero no me deja en paz hasta que lo hago.

¿El suyo es un libro de poesía o de autoayuda?

No sé si mi libro ayuda a los demás, creo que sí porque me lo dicen. Es poesía pura, sencilla, limpia, actual; es poesía de aceras, de patios, de mirar a los ojos de los demás, de hacerles sentir que alguien sabe que están ahí y que tienen voz. Yo quiero ser la humilde voz de los que no se oyen, de los que sobran, de los que molestan a la sociedad y afean el mundo.

¿Cree que hay demasiados libros de autoayuda?

Creo que hay tanto vacío existencial, que la lectura que transmite fuerza es necesaria para la gente más débil. Pero también creo que escribir es una responsabilidad.

Nos habla de amor a la vida, pero también de no cejar, de esfuerzo.

Es lo mismo. Mi amor a la vida es por tanto como me ha hecho sufrir. La adoro, me ha enseñado a no desistir, a no desfallecer,



me ha enseñado que estar vivo es, en cualquier caso, una gran casualidad que hay que aprovechar hasta el último suspiro.

¿Quiere enseñar a ser feliz?

No quiero enseñar, quiero aprender.

¿El miedo es el gran enemigo?

“Me educaron para que no tuviera miedo, pero qué hermoso es recibir un abrazo cuando el balcón se te llena de brujas”. El miedo está, pero hay que saber domarlo. Mi serenidad siempre ha estado por encima de cualquier miedo de tantos que he tenido. Me tranquilizo y digo: lo peor que me puede pasar es morirme, ya está. Entonces se me quita el miedo.

¿Cómo ayudar a los hijos?

No bajándoles la luna del cielo cada vez que la pidan. Haciéndoles ver que nosotros también tenemos ilusiones, sueños, inquietudes y que ellos deben ayudarnos a alcanzarlas. Hablo de los hijos pequeños, pero como todos somos hijos, podemos pensar en hacer lo mismo con nuestros mayores.

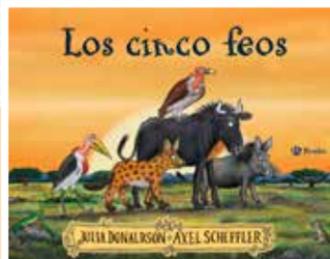
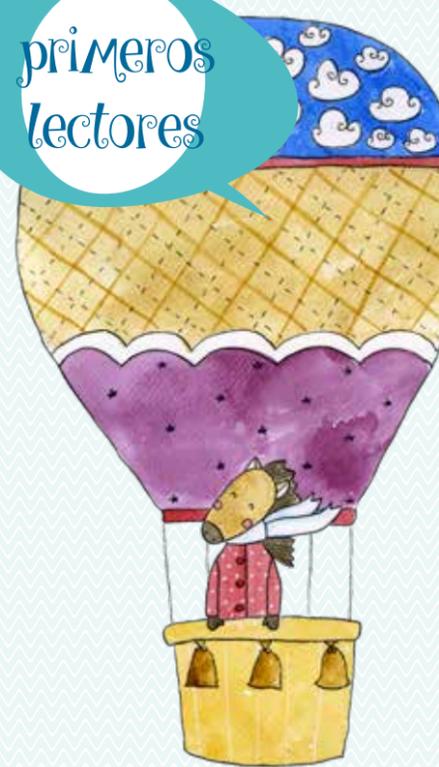
¿Cómo es su relación con los libreros independientes?

Me parece un oficio mágico, necesario, imprescindible. Mis primeros pasos en la venta de libros siempre fueron de la mano de libreros independientes.

«El de librero me parece un oficio mágico, necesario, imprescindible. Mis primeros pasos fueron de la mano de libreros independientes»



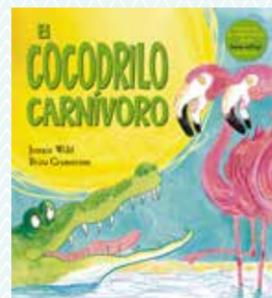
primeros
lectores



Animales que nos enseñan

Los cinco feos

J. Donaldson | A. Scheffle
BRUÑO
14,00 €
El ñu, el facóquero, la hiena, el buitre orejudo y el marabú africano se hacen llamar los cinco feos. Pero... ¿realmente lo son? De los creadores de El grúfalo.



El cocodrilo carnívoro

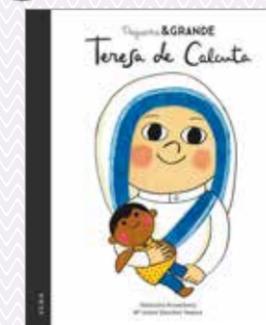
Jonnie Wild
PICARONA
12,00 €
Hace muchísimo calor, pero los animales no se atreven a entrar en la charca porque allí vive un cocodrilo... pero los cinco flamencos no están dispuestos a dejarse intimidar y van a enseñarle a compartir.

Más de 6 años



E. T. El extraterrestre

Jin Thomas
SM
14,94 €
Elliot Buscaba un amigo y lo encontró. ¡Pero era del espacio! Caramelos que desaparecen, bicis que vuelan y una amistad inolvidable. Pero E.T. necesita volver ¿podrá Elliot ayudarlo?



Pequeña & Grande Teresa de Calcuta

Natascha Rosemberg |
M^a I. Sánchez Vergara
ALBA
16,00 €
Monja de origen albanés, durante más de 45 años dedicó su vida a atender a pobres, enfermos, huérfanos y moribundos. Por su labor humanitaria obtuvo el Premio Nobel de la Paz.

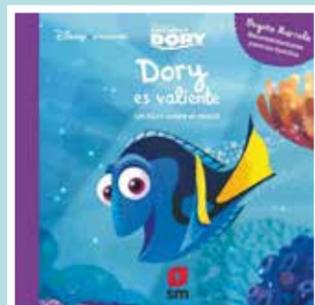


Malvados entrañables

Villanos

Clotilde Perrin
MAEVA YOUNG
29,90 €
Un lobo, un ogro y una bruja. ¡Por fin somos nosotros los protagonistas de la historia! Un álbum de gran formato lleno de solapas para descubrir los secretos de los villanos más famosos de los cuentos.

Gestionar las emociones



Expresar el miedo

Dory es valiente

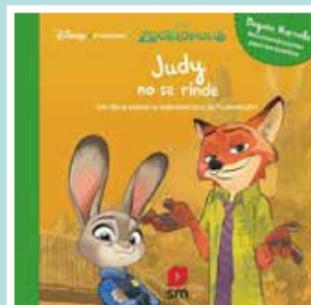
Begoña Ibarrola |
Carla Balzaretta
SM
9,95 €
A pesar de ser tan valiente, Dory a veces se asusta. Puede que le tiemblen las aletas y hasta tenga ganas de llorar. ¿Por qué será?



El valor de la amistad

La sonrisa de Olaf

Begoña Ibarrola |
Carla Balzaretta
SM
9,95 €
Olaf tiene una sonrisa enorme, muchas ganas de bailar y saltar, y hasta le brillan los ojitos. ¿Por qué será?



Superar la frustración

Judy no se rinde

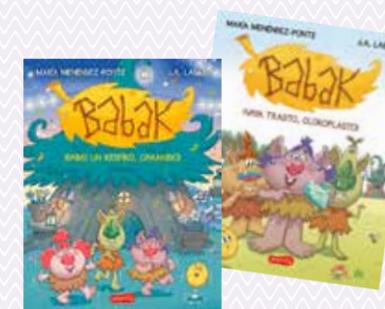
Begoña Ibarrola |
Carla Balzaretta
SM
9,95 €
¿Problemas? ¿Dificultades? ¿Estas palabras no existen para Judy! Porque no hay obstáculo que la detenga. Y aunque todo parezca perdido, nunca se rinde.

Disney Emociones es una colección dirigida a niños a partir de 3 años para que aprendan a reconocer y expresar sus emociones a través de sus personajes favoritos. Cada libro incluye un texto con recomendaciones para las familias.



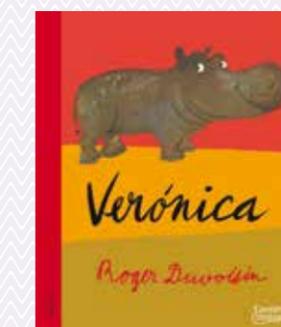
Isadora Moon y los disfraces mágicos

Harriet Muncaster
ALFAGUARA INFANTIL JUVENIL
9,95 €
Isadora Moon es especial porque es diferente. Con este libro podrás crear tus propios complementos de hada, vampiro, bruja, sirena... ¡o de lo que quieras!



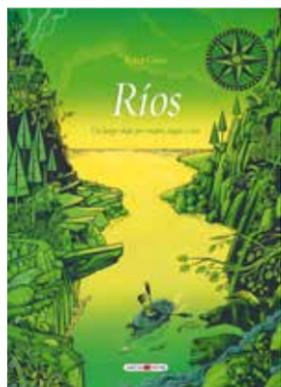
**Babak: ¡Vaya trasto cloroplasto!
Babak: ¡Dame un respiro, carahigo!**

María Menéndez Ponte |
J.A. Labari
HARPERKIDS
10,90 € CADA UNO
Aventúrate con Babak en el bosque de Karamboka. Nueva serie de fantasía y ecología de María Menéndez-Ponte. Por la autora del fenómeno editorial PUPI.



Verónica

Roger Duvoisin
ALBA
14,90 €
Algunos hipopótamos llaman mucho la atención. Pero no es el caso de Verónica, que vive rodeada de hipopótamos. Por eso decide marcharse a buscar un lugar en el que ser diferente... ¡y famosa!



Descubrir el mundo

Ríos

Peter Goes
MAEVA YOUNG
29,90 €

Un impresionante viaje por nuestro planeta. Navega por el Nilo, surca el Amazonas, desciende al delta del Mekong, descubre el Misisipi, recorre la orilla del Danubio y remonta el Támesis.



La casa del reloj en la pared

John Bellairs
ALFAGUARA INFANTIL JUVENIL
16,95 €

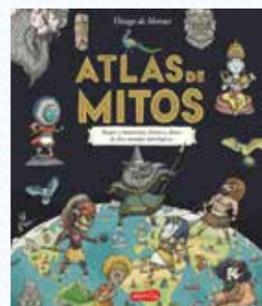
Tras la muerte de sus padres, Lewis tiene que ir a vivir a la mansión de su excéntrico tío. Pronto descubrirá que él y su vecina son magos. El libro en el que se basa la película producida por Spielberg.



La balada de Pequeño Jack

Mikel Valverde
LA GALERA
14,90 €

Las aventuras son como la vida: imprevisibles, llenas de sorpresas y maravillosas. Este libro es una historia excelente, un clásico instantáneo. Un libro divertido y elegante sobre la importancia de encontrar el camino adecuado para cada uno.



Atlas de mitos

Thiago de Moraes
HARPERKIDS
29,90 €

La mitología nos ha ayudado siempre a entender mejor quiénes somos. Este libro nos muestra cómo veían el mundo culturas como la japonesa, la griega o la vikinga. Un recorrido por doce mitologías.



Amigas en pijama

Jacqueline Wilson
B DE BLOCK
13,95 €

Todo el mundo sabe que las fiestas de pijamas son lo mejor, pero si Daisy organiza una, ¡todas conocerán a su hermana! El regreso de la autora superventas tras *Mi hermana es lo peor*.



Viaje por los colores

Colorama

Cruschiform
MAEVA YOUNG
29,90 €

Déjate sorprender por una brillante pantonera que esconde miles de curiosidades. ¿Por qué un flamenco es rosa y la leche es blanca?, ¿de dónde viene el término índigo?



Princess por sorpresa (El Club de las Zapatillas Rojas 14)

Ana Punset
MONTENA
14,95 €

Las chicas del club han demostrado que nada puede separarlas: ni los chicos, ni la distancia, ni los profes, ni los padres, ni las Pitiminis. ¿Qué nueva aventura les espera?



Princesa de cenizas

Laura Sebastian
MONTENA
17,95 €

Princesa. Prisionera. Huérfana. Rebelde... Cuando todo lo que queda de tu pasado son cenizas, debes buscar muy dentro para encontrar la llama que puede devolvarte la fuerza.



El mundo de un personaje mítico

Harry Potter. Un viaje por la historia de la magia

VV. AA.
SALAMANDRA
15,00 €

Para celebrar veinte años con Harry Potter, explora la colección de artículos de la exposición 'Harry Potter: La historia de la magia'. Un recorrido por los orígenes de la magia que subyace en las historias de Potter.



El piso mil 3. Cielo infinito

Katharine McGee
RBA
18,00 €

Bienvenidos de nuevo a Nueva York, 2119. En la glamurosa torre de mil plantas, reinan los escándalos. Leda, Watt, Rylin, Avery y Calliope pugnan para que sus secretos no salgan a la luz y lo destruyan todo.



La chica invisible

Blue Jeans
PLANETA
18,90 €

En este instituto todos tienen secretos, todos parecen culpables, todos son sospechosos. ¿Consiguirán averiguar quién es el asesino de la brújula y qué hay detrás de aquella extraña muerte?



Stars. Estrellas fugaces

Anna Todd
PLANETA
17,90 €

Karina tiene veinte años y un trabajo sencillo en un centro de bienestar. Sus relaciones fracasan siempre y decide buscar una vida sencilla. Hasta que aparece un nuevo cliente, Kael, y todo se tambalea.



La balada de los unicornios

Leticia Costas
ANAYA
12,50 €

La Escuela de Artefactos y Oficios acoge a los jóvenes más brillantes. Ágata McLeod tendrá que viajar al origen del mundo en una travesía repleta de aventuras y peligros. Fantasía y ciencia en la lucha entre cuervos y unicornios.

GALICIA

Ourense
EIXO
www.libreriaeixo.com
Pontevedra
Vigo
LIBROURO
www.librerialibroouro.es

L LIBRERÍAS INDEPENDIENTES

CASTILLA Y LEÓN

Burgos
HIJOS DE SANTIAGO
RODRÍGUEZ
www.librerias-hsr.es
Segovia
DIAGONAL
Valladolid
MARGEN
www.margenlibros.com

EXTREMADURA

Badajoz
UNIVERSITAS
www.libreriauniversitas.es
EL PAÍS DE LAS
MARAVILLAS
www.libreriauniversitas.es
Cáceres
TODOLIBROS
www.todolibros-e.com

CANARIAS

Gran Canaria
CANAIMA
www.libreriacanaima.com
CASA DEL LECTOR
www.ellibrotecnico.com
EL LIBRO TÉCNICO
www.ellibrotecnico.com
Fuerteventura
TAGOROR
www.libreriatagoror.com
Lanzarote
EL PUENTE
www.elpuente.librerias
independientes.com
Tenerife
LEMUS
www.librerialemus.com

PRINCIPADO DE ASTURIAS

Avilés
CLARÍN
www.libreriaclarin.es
Gijón
CLARÍN
www.libreriaclarin.es
Oviedo
CERVANTES
www.cervantes.com
EL BÚHO LECTOR
www.elbuholector.com

ARAGÓN

Huesca
Fraga
BADÍA
www.libreriabadia.com
Huesca
MASDELIBROS
www.masdelibros.com

COMUNIDAD DE MADRID

Alcalá de Henares
DIÓGENES
www.libriodiogenes.com
Alcorcón
FÁBULA
www.libreriafabula.com
Fuenlabrada
ATENAS
www.atenas.librerias
independientes.com

ANDALUCÍA

Almería
BIBABUK
www.bibabuk.es
Cádiz
QUORUM
www.grupoquorum.com
Jerez de la Frontera
LA LUNA NUEVA
www.librerialuna
nueva.com
Córdoba
LUQUE
www.librerialuque.es
Huelva
SIGLO 21
Valverde del Camino
ANABEL
www.libreriaanabel.es

CANTABRIA

Camargo
ESTVDIO
www.estvdio.es
**Los Corrales de
Buelna**
ESTVDIO
www.estvdio.es
Santander
ESTVDIO
www.estvdio.es

NAVARRA

Tudela
LETRAS A LA TAZA
www.letrasalataza.com

CASTILLA LA MANCHA

Albacete
POPULAR
www.popularlibros.com
Ciudad Real
CASA RUIZ
MOROTE
www.casaruizmorote.com

Leganés
PUNTO Y COMA
www.puntoycoma.librerias
independientes.com

Madrid
ANTONIO MACHADO
ANTONIO MACHADO
CIRCULO DE BELLAS ARTES
www.machadolibros.com

Málaga
PROMETEO
www.libreriaproteo.com
PROTEO
www.libreriaproteo.com
Vélez-Málaga
LA LONJA

REGIÓN DE MURCIA

Lorca
ÁLAMO
www.libreria-alamo.net

PAÍS VASCO

Álava
Vitoria-Gasteiz
AYALA
www.ayala.librerias
independientes.com
Guipúzcoa
Donostia
HONTZA
www.hontza.net
Vizcaya
Bilbao
CÁMARA
www.libreriacamara.com

Toledo
HOJABLANCA
www.libreriahojablanca.es
TAIGA
TAIGA CC LUZ DEL TAJO
www.libreriaitaiga.com
Talavera de la Reina
PÁGINAS
www.libreriapaginas.com

JARCHA
www.jarcha.librerias
independientes.com
LÉ
www.libreriale.es
RAFAEL ALBERTI
www.libreriaalberti.com

COMUNIDAD VALENCIANA

Alicante
80 MUNDOS
www.80mundos.com
Denia
PUBLICS
www.libreriapublics.com
Elx
ALI I TRUC
www.alitruc.libreriasinde
pendientes.com
Valencia
SORIANO
www.libreriasoriano.com
Sagunto
EL PUERTO
www.libreriaelpuerto.es
Xàtiva
LA COSTERA
www.libreria-lacostera.com

CATALUÑA

Barcelona
LAIE
www.laie.es
Calella
LA LLOPA
Sabadell
LA LLAR DEL LLIBRE
LA LLAR DEL LLIBRE -
IDIOMES
www.lardellibre.cat
Vilanova i la Geltrú
LLORENS LLIBRES
www.llorenslibres.com
Girona
LLIBRERÍA 22
www.llibreria22.net
Lleida
CASELLES
www.caselles.com
Tarragona
Reus
GALATEA
www.galatea.cat

Móstoles
VID
www.libreriaavid.com

ISLAS BALEARES

Ibiza
HIPÉRBOLE
www.hiperbole.net
DISTRICTE
HIPÉRBOLE
www.hiperbole.net
Palma de Mallorca
EMBAT
www.embatlibres.com
QUARS
www.quars-llibres.com
DRAC MÀGIC
www.llibreriadracmagic.net