Un libro para el momento que estás viviendo.

Empieza por la pregunta que hoy te importa. El número de la colección no tiene que decidir por ti.

01 Soltar para sanar

Cuando todavía cargas lo que te lastima.
Identificar cargas emocionales, observar el diálogo interior y preparar límites.

Leer un fragmento y consultar las ediciones

02 Soltar para sanar 2

Cuando ya soltaste y la calma se siente extraña.
Una lectura sobre el silencio posterior al caos y las decisiones de la vida que sigue.

Leer un fragmento y consultar las ediciones

03 Haz las paces con tu historia

Cuando tu pasado sigue decidiendo por ti.
Distinguir lo ocurrido de lo que concluiste y explorar una confianza con los ojos abiertos.

Leer un fragmento y consultar las ediciones

04 Hoy suelto

Cuando quieres pasar de leer a escribir.
Treinta días con lectura breve, preguntas, una acción pequeña y la línea Hoy suelto.

Leer un fragmento y consultar las ediciones

Puedes elegir una sola lectura. Hoy suelto es un cuaderno de escritura. Los otros títulos son lecturas de reflexión. Esta hoja no reproduce capítulos ni sustituye ningún libro.

Una lectura que sí cabe en tu día.

Elige un momento, abre el libro y anota una idea. Cada casilla registra una ocasión de lectura o escritura. Puedes dejar días entre ellas.

Mi libro: _____

Mi momento para leer o escribir: _____

El tiempo que hoy puedo dedicarle: _____

1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30

Una idea de mi lectura y dónde la encontré

Una pregunta que me llevo

Una decisión pequeña que depende de mí