

«UN LIBRO PARA DESCUBRIR
EL ILIMITADO PODER
QUE HABITA EN NUESTRO INTERIOR»

Dentro de cada uno de nosotros se encuentran las respuestas necesarias para crear la vida que deseamos. Para lograrlo, no obstante, es preciso darse cuenta de todos aquellos prejuicios y creencias que ya no nos sirven y que entorpecen el camino hacia nuestro verdadero «despertar».

Este libro propone, a través de un proceso pautado, cómo descubrir nuestros valores, talentos y motivaciones más profundos. Cómo rescatar el potencial y la grandeza que reside en nosotros. Con ese descubrimiento germina el cambio que nos impulsa a sentir la plenitud de la vida. La autora nos invita a comenzar este viaje y tomar buena nota del gran aprendizaje por el que nos guía el alma. Para ello, propone cambiar el foco de atención, tornar la mirada hacia dentro, vivir desde la calma del momento presente y reencontrar todo lo que mora en nuestro interior.

Con decenas de citas de autores reconocidos y con innumerables ejercicios prácticos el lector iniciará el camino adecuado hacia el despertar de la plenitud desde su propio ser, entonces, su esencia despertará brillando como el sol.



MEDIDAS: 14 x 21 con solapas

TÍTULO: El despertar del sol

AUTORA: María García

PRÓLOGO: Miriam Subirana

ISBN: 978-84-15098-45-4

PÁG: 288

PVP: 16,5€

«Al escuchar la voz de tu intuición, tu guía interior, te das cuenta de que todas las respuestas están en ti. Este libro es una invitación para realizar este recorrido que te lleva a tu corazón. Gracias, María, por este regalo.»

Miriam Subirana

Escritora, *coach* y directora del espacio YesOuiSi

María García es una persona consciente del milagro de la vida, entregada al aprendizaje y al «despertar» del potencial del ser humano y comprometida con su propia evolución. Ha estudiado Dirección y Administración de Empresas y un máster en Comercio Internacional, pero su intuición la guió a coordinar proyectos de cooperación al desarrollo en distintos países de América Latina y África. Estas experiencias cambiaron radicalmente su forma de entender el mundo y de apreciar la vida. Este cambio la motivó a dirigir y producir proyectos fotográficos y audiovisuales sobre derechos humanos, derechos de la infancia y la situación de la mujer en el mundo.

La mejor escuela de formación para ella ha sido la universidad de la vida en la que sigue formándose. Ha tenido la gran suerte de tener a un maestro cercano, su abuelo, que la ha inspirado a ser ella misma y «brillar» desde su verdadero potencial. Su motor ha sido la necesidad de saber quién es y cómo puede contribuir al mundo desde «adentro».

Ha encontrado su camino a fuerza de reinventarse una y otra vez. Actualmente ejerce como escritora, *life coach* y conferenciante motivacional. Su «misión»: animar el despertar de la plenitud, la alegría y el amor en nuestro interior para convertirnos en creadores conscientes de nuestra vida.

Dirige la iniciativa Almacoaching: un proyecto centrado en acompañar a personas que desean liberar su potencial, poner en marcha sus talentos y descubrir su propósito de vida.



Más información y contacto: www.alma-coaching.com

Más información sobre la Editorial Alrevés: <http://www.alreveseditorial.com>

Imagen cubierta libro y foto autora: <http://www.alreveseditorial.com/saladeprensa.php>

Contacto Mabelle Morell: prensa@alreveseditorial.com

ALREVÉS