

P. 86

El motor del alma

¿Dónde se esconde la fuerza interior?
¿Qué implica? ¿Cómo potenciarla?

P. 90

Renacer a partir de una crisis

Es posible salir reforzados ante la adversidad. Descubrimos cómo.

P. 94

Hombre-mujer, ¿quién es el más fuerte?

Nuestro carácter nos imprime distintas formas de comportarnos ante la vida.

P. 98

Aprendiendo a enfrentarse a la vida

Claves para potenciar la fortaleza de nuestros hijos desde niños.

P. 102

Vías para fortalecerse

Terapias tradicionales y nuevas técnicas para descubrir nuestro potencial.

P. 108

De dónde sacan su energía

Testimonios de dos mujeres que día a día se convierten en una lección de fortaleza.

P. 112

Test

¿Qué fuerza hay en ti?

ENCUENTRA LA *fuerza* QUE HAY EN TI

Existe un poder intangible que todos, sin excepción, llevamos dentro, aunque en ocasiones –más de las deseadas– se esconde vergonzoso. A veces se manifiesta como un impulso que nos empuja a hacer frente a los obstáculos, como una energía que nos ayuda a levantarnos cada vez que nos caemos; otras es la serenidad que nos resulta indispensable cuando estamos a punto de realizar un sueño y parece que nos quedamos sin aliento. Así es la fuerza interior, ésa que surge de lo más profundo de uno mismo y nos permite desenvolvernos en el mundo. Aliarse con ella, ése es el objetivo de este dossier.

