



Fecha de publicación:
11/10/2022

Sello Editorial:
Alenta Editorial

Contacto de prensa

Nombre: María José Bertrán

Email: mjbertran@planeta.es

Nombre: Júlia Llaó

Email: julia.llao@planeta.es



Amar más allá de la monogamia

Lidia Manot

La necesaria deconstrucción del amor romántico

¿Por qué sólo puede haber un gran amor en la vida? ¿Por qué el amor verdadero se asocia al drama? ¿Por qué sólo podemos tener una relación a la vez? La sociedad nos impone muchas normas, y no siempre somos conscientes de ellas. Pero hay personas valientes que reflexionan, dudan, se esfuerzan en conocerse... y son capaces de amar en libertad y animar a las demás a hacer lo mismo.

Basándose en su propia experiencia y respaldada por una amplia investigación, la autora ofrece una visión del poliamor y las relaciones desde una perspectiva abierta y no como una verdad absoluta. Analiza los comportamientos y sentimientos nocivos que se aceptan, repasa la multitud de modelos relacionales que existen y aborda la complejidad de salir del armario o conciliar un nuevo modelo de relación del que tenemos pocos referentes visibles.

Además, proporciona valiosas herramientas de gestión emocional en torno a las no-monogamias. Con ello, resulta una obra de gran utilidad para las personas que estén planteándose avanzar hacia una nueva forma de amar, las que se hayan adentrado en ella, las que tengan dudas... o las que quieran profundizar sobre los distintos tipos de amor posibles.

Frente al corsé de la exclusividad afectiva y sexual que nos oprime, Lidia Manot aboga por la no-monogamia ética y demuestra que es posible construir relaciones nuevas estableciendo acuerdos con las personas a las que queremos. Eso sí, conociendo nuestros valores y necesidades y siendo capaces de crear conexiones sin las expectativas predefinidas por el sistema.

Un camino hacia un nuevo paradigma relacional y a la vez una propuesta de cambio profundo.

Lidia Manot

Lidia Manot es ilustradora y comunicadora especializada en No-Monogamia Ética y Relaciones Libres. Licenciada en Traducción e Interpretación por la Universitat Autònoma de Barcelona, tiene un Máster de Desarrollo personal en la Universitat de Barcelona.

Actualmente es Coach certificada del método The Work de Byron Katie, un proceso de auto indagación que invita a cuestionar los pensamientos y creencias limitantes. Es creadora del proyecto Open Mandarin, dedicado a la difusión de relaciones libres en las redes, e imparte talleres de gestión emocional, celos y cambio de consciencia social. También hace acompañamientos individuales y en pareja; y organiza eventos y encuentros sociales para personas no-monógamas en Barcelona.

En sus redes sociales, donde tiene más de diez mil seguidores, comparte sus reflexiones sobre otros tipos de modelo relacional y ofrece consejos para el autoconocimiento y la concienciación de los propios deseos y necesidades.