

tividad viviente por una parte, y por otro lado arraigan en la historia (p. 82). Laura Boella considera que sus contribuciones han supuesto un verdadero cambio de orientación en el tratamiento filosófico de los sentimientos impulsado fines del siglo XIX, en los albores del romanticismo, cuando se trató de recuperar los sentimientos frente a la fría razón. Es destacable en este sentido el ejemplo, Hanna Arendt para quien fue decisivo dar cuentas de la vida interior, de las acciones y pasiones del individuo a lo largo de la historia, pero que defiende que hay una «lógica del corazón», por la que los problemas en sombras pueden ser tratados pero no resueltos. La propia naturaleza confusa de las pasiones hace que sea mejor mantener el velo de la sombra en el que deben ser mantenidas (p. 91).

A lo largo de las 113 páginas del libro, con una prosa clara y una orientación precisa, Laura Boella dedica un breve capítulo a algunas reflexiones de las cuatro filósofas. El conocedor o especialista en alguna de ellas sin duda encontrará excesivamente breve el espacio dedicado a sus problemas o sus vidas complejas, y matizaría algunos de los grandes rasgos señalados, pero las presentaciones por de Laura Boella siempre se orientan a la perspectiva de «pensar con el corazón». Más interés, tienen a mi juicio, los dos capítulos finales: «La pasión de la historia» (capítulo 5.º) y «Amor mundo» (capítulo 6.º), en los que Laura Boella relaciona expresamente algunos de los aspectos de la filosofía de autoras por otra parte distintas. El libro cierra con una interesante y recomendable bibliografía de las cuatro autoras, a las que desde luego anima a leer directamente.

ALICIA VILLAR EZCURRA

*Departamento de Filosofía, Humanidades y Comunicación
Universidad Pontificia Comillas*

R. M.ª MARTÍNEZ, *Cicatrices del corazón: tras una pérdida significativa*. Bilbao: Edit. Desclée, 2010, 288 pp.

Nos encontramos ante un libro escrito desde la sencillez, la claridad y la humildad. Su autora ha buscado expresarse a través de palabras dictadas por el corazón para que lleguen directas al corazón de los lectores. Un libro escrito desde la frescura y realidad que aporta la experiencia directa con las pérdidas y el trabajo diario con quienes pasan por esta inevitable experiencia de vida. Es un libro esperanzador, lleno de afectos, cuidados y sutiles caricias que hacen que el lector se sienta acogido, respetado y comprendido en aquello que pueda estar sintiendo tras la pérdida de alguien amado. Para los que se acerquen a su lectura desde la curiosidad profesional pueden encontrar algunas respuestas a sus inquietudes, y despertar dudas que le inviten a seguir buscando conocimientos y respuestas.

Su título *Cicatrices del corazón* denota esperanza. Esperanza en que las heridas abiertas por la ausencia, la desaparición o la muerte de alguien amado son posibles sanarlas y cerrarlas. Siempre que contemos nuestra historia de vida podremos relatar el origen de cada una de las cicatrices que alberga nuestro cuerpo y nuestro corazón porque gracias a ellas somos quienes somos actualmente, y a la vez nos daremos cuenta que son cicatrices que ya no sangran ni duelen aunque es posible que si nos acercamos mucho a ellas nos despierte la nostalgia por quien no está a nuestro lado.

El libro está dividido en tres partes claramente diferenciadas. En la primera parte *Tras una pérdida afectiva* se expone con orden y claridad qué es un proceso de duelo, los factores que determinan el impacto emocional de una pérdida, y el proceso de elaboración de duelo. Lo más novedoso es la amplia exposición de manifestaciones o síntomas que pueden darse tras la pérdida afectiva. La autora presenta un listado muy completo de síntomas en un intento de normalizar el proceso de duelo, y que facilita la comprensión de lo que nos sucede o les sucede a otros. En la segunda parte *Distintas pérdidas afectivas* podemos diferenciar la experiencia interna del doliente dependiendo de a quién y cómo haya sido la pérdida: pérdida por la muerte de un hijo, pérdida de hijos no nacidos, pérdidas inciertas, pérdidas de parejas y/o divorcio, pérdida por suicidio y pérdidas violentas. Al final de estos seis capítulos aparece un cuadro-resumen de las emociones más «típicas» para los diferentes tipos de pérdidas que puede ayudarnos, como profesionales, a estar atentos a ellas para evitar que no se elaboren adecuadamente. Por último, en la tercera parte *Sugerencias de ayuda* se incluyen dos capítulos muy prácticos que tratan de dar respuestas a algunas de las preguntas más frecuentes que hacen las personas cuando están pasando por esta tremenda y dolorosa experiencia: ¿me olvidaré de su voz, de su risa?, ¿me estoy volviendo loco?, ¿cuánto tiempo dura esto?, ¿volveré a ser como antes?, ¿el tiempo lo cura todo?, ¿cuánto dura esto?, etc., y también intenta dar algunas pautas que nos ayuden a estar junto a estas personas y acompañarles en el dolor.

La autora sabe que vivir y experimentar una pérdida en la propia carne es algo inevitable, antes o después, en la vida de cualquier ser humano, y ve la necesidad de preparar emocional y cognitivamente a los niños y jóvenes de hoy. Desde hace algún tiempo está trabajando con niños, profesores y padres ayudándoles a integrar la muerte de algún compañero y atender las emociones en el mismo colegio. Esperemos que en el futuro amplie sus publicaciones escribiendo sobre cómo los niños afrontan y responden ante la muerte.

Volviendo a la obra que nos ocupa y sin dudarle *Cicatrices del corazón* es un libro humano, cercano y muy útil que nos alivia, nos acompaña, nos enseña y nos acaricia suavemente mientras leemos sus páginas llenas de experiencias humanas que nos hablan de dolor. Un libro que se convierte en un buen compañero de viaje para quienes estén inmersos en la espesura emocional de la pérdida y para aquellos que busquen ampliar sus conocimientos sobre los procesos de duelo. Un libro en el que los lectores pueden comprender que se puede transitar por el camino del dolor con la esperanza de seguir viviendo y con la mirada puesta en la vida y en los vivos.

CARLOS ALEMANY BRIZ

G. BHARWANEY, *Vida emocionalmente inteligente*. Bilbao: Desclée de Brouwer, 2010, 258 pp.

Esta obra es desarrollada por Geetu Bharwaney, fundadora y directora del EI World Limited, una empresa a la vanguardia de las innovaciones relacionadas con la inteligencia emocional y los programas de desarrollo de la misma en Europa. Esta autora es conocida por ser una de las pioneras en el campo de la inteligencia emocional. En