

Coral Herrera *La* revolución amorosa



Cómo ser una buena persona
y cómo vivir una buena vida



La revolución amorosa
Cómo ser una buena
persona y cómo vivir
una buena vida

Coral Herrera

La autora de *Mujeres que ya no sufren por amor* sigue haciendo la revolución amorosa con una propuesta ética y política para alcanzar una buena vida.

¿Cómo podemos ser mejores personas?, ¿cómo podemos mejorar nuestras relaciones?, ¿cómo podemos cuidar nuestras comunidades y construir un mundo mejor? **La revolución amorosa parte de una idea sencilla y radical: otro mundo es posible, otras formas de relacionarnos, de querernos, de pelearnos, de divertirnos y de separarnos son posibles.** El amor es el único antídoto contra el miedo y el odio, es lo que nos ha permitido sobrevivir como especie y es una energía transformadora y revolucionaria que puede ayudarnos a soñar utopías y llevarlas a la realidad.

En este libro, su autora propone un viaje desde lo personal a lo político. A través de la ética del amor y los cuidados, la autocritica amorosa y su propia experiencia vital, nos invita a preguntarnos cómo usamos nuestro poder y nos ofrece herramientas útiles para querernos y organizarnos mejor.

La revolución amorosa es una propuesta pedagógica, ética y política que pone el amor y los cuidados en el centro con el objetivo de que podamos aprender a pensar en el bien común, a construir redes de apoyo mutuo y a defender nuestro derecho a tener derechos para que todas y todos podamos disfrutar de una buena vida.

La autora



Coral Herrera Gómez es doctora en Humanidades y profesora de la Universidad de Vigo. Su ámbito de investigación es el amor romántico, las relaciones de poder, el feminismo y las masculinidades, y trabaja desde la ética feminista del amor y los cuidados. Ha publicado diez libros en España y México y ha sido traducida al francés y al portugués. Es la creadora del Laboratorio del Amor, una escuela virtual para mujeres y un espacio de investigación y acompañamiento. Se dedica a la divulgación de las ciencias sociales y viaja por el mundo con su revolución amorosa, impartiendo conferencias y talleres.

CONTENIDO

Bienvenida a la revolución amorosa

‘La Revolución será feminista o no será’

Cómo ser una buena persona

Capítulo 1. ¿Qué necesito para ser una buena persona?

¿Qué significa ser una buena persona?

¿Somos buenos por naturaleza?

La bondad, la libertad y la responsabilidad

La bondad, la igualdad y la justicia

La bondad, la dignidad y la lealtad

La bondad y el daño

Capítulo 2. Autocrítica amorosa para ser una buena persona

El método de la autocrítica amorosa

Todo en esta vida se puede trabajar

El ego y la humildad

El autoengaño y la honestidad

La violencia que sufrimos y ejercemos

Capítulo 3. ¿Cómo uso mi poder?

¿Qué es el poder?

¿Cómo usamos nuestro poder?

El placer del poder

¿Cómo usas tu poder?

¿Cómo usan los hombres su poder?

¿Cómo usan las mujeres su poder?

¿Cómo aprender a usar nuestro poder?

¿Cómo trabajar mi poder?

Otras formas de ejercer el poder son posibles

Cómo vivir una buena vida

Capítulo 4. ¿Cómo mejorar mis relaciones?

El amor no es suficiente

Conflictos y problemas en las relaciones

¿Cómo consigues lo que quieres?

Autoconocimiento, autocuidado y autocrítica amorosa

Desaprender la crueldad

Ética del amor y los cuidados

Herramientas para la transformación y mejora de nuestras relaciones

La transformación empieza en ti

Capítulo 5. ¿Qué necesitamos para disfrutar de una buena vida?

La buena vida

El sufrimiento es un asunto político

Tus problemas personales son colectivos

Los malestares del siglo XXI

Cambia tu mundo y cambias el mundo: la terapia es colectiva

La alegría es política

Cómo construir un mundo mejor

Capítulo 6. La revolución amorosa

La fuerza del amor

¿Es el amor nuestra salvación?

Pedagogía de la revolución amorosa

Aprender a tomar conciencia

Aprender a desaprender

Aprender a pensar en el bien común

Aprender de las experiencias que ya están funcionando

Aprender a limpiar el váter y el cuarto de baño

Utopías para todas y para todos

Epílogo. El pacto amoroso

Bibliografía

Para mayor información, envío de ejemplares o concertar entrevistas:

Mariella Rosso - prensa@catarata.org - Tel. 915 322 077 / 659 417 948