



Els millors llibres per autoregalar-te aquest Sant Jordi (si no tens parella)

La diada de Sant Jordi és un dia per regalar llibres i roses, però no ha de ser només per a parelles! De fet, pot ser l'excusa perfecta per autoregalar-te un llibre.

Sovint la literatura, el cinema, les cançons? han fet que pensem que estar solter/a vol dir estar sol/a. Però res més lluny de la realitat! Pot ser que mai hagis tingut parella o que fa poc ho has deixat amb qui pensaves que seria "l'amor de la teva vida". Doncs bé, et portem una selecció de cinc llibres que t'ajudaran a entendre millor les emocions que estàs experimentant.

La lectura pot convertir-se en una gran eina de reflexió i fins i tot diversió, així que no dubtis a fer-te un regal a tu mateix/a aquest Sant Jordi!

1. 'A soles: Descobreix el plaer d'estar amb tu mateix', de Silvia Congost

Després d'haver passat per una ruptura amorosa complicada, toca passar temps amb un mateix, quelcom al qual no estem acostumats però que, segons paraules de l'autora, és vital per poder assolir el creixement personal. En aquest llibre, hi ha claus i consells per afrontar el dolor i la pena que ens genera aquesta situació i, al mateix temps, què hem de fer quan ens sentim més vulnerables.

2. 'Mujeres que ya no sufren por amor', de Coral Herrero

Desmuntant el mite romàntic en 3,2,1... Fet! Un llibre que ens convida a fer una mirada conjunta de com idealitzem l'altre i com les conviccions socials ens han portat a carrerons sense sortida pel que fa a l'amor.

3. '?L'estiu sense homes', de Siri Hustved

Relata la història de la Mia, que torna a la ciutat de la seva infantesa després d'una ruptura i una



posterior crisi de salut mental. Amb humor i feminisme, és una història d'amistat que ens pot donar claus per viure una vida de solteria i felicitat.

4. 'Intimidad', de Hanif Kureishi

Hanif Kureishi relata la crònica del final de l'amor i de la crisi d'un home després d'una ruptura. En una novel·la desesperadament honesta, Kureishi explica la història de la separació d'un home que sembla tenir-ho tot als 40 anys. Ens ofereix una altra perspectiva sobre l'arribada de la solteria als 40, un moment en què suposadament s'ha de tenir tot sota control.

5. 'Solterona', de Kate Bolick

Aquest llibre és fantàstic per saber com començar a construir una vida pròpia. És un recorregut per l'alliberació de l'autora, Kate Bolick, que sempre va pensar que quan arribés als 30 anys es casaria. Fins aleshores, viatjaria, estudiaria i es desenvoluparia professionalment. Tanmateix, quan finalment va complir els 30, el que menys volia era comprometre's amb algú.