

Una herramienta sencilla para sanar cuerpo,  
mente y emociones.

NOVIEMBRE 2025

## DESCUBRE EL TAPPING, UNA TÉCNICA MUY EFECTIVA Y SENCILLA PARA ELIMINAR EL MALESTAR EMOCIONAL

*Tapping* es una guía completa para que aprendas los secretos de esta profunda técnica de crecimiento interior, que consiste en la liberación emocional mediante la acupresión. Partiendo de la idea de que todas las emociones negativas son debidas a un desequilibrio en el flujo energético del cuerpo, se efectúa una ligera presión en los puntos de entrada o salida de los meridianos de la acupuntura, ubicados en la cara, la parte alta del cuerpo y las manos. Esta estimulación ejerce una acción reguladora sobre la circulación energética que, una vez restablecida, garantiza el bienestar emocional y físico de la persona.

De la mano de Marielle Laheurte, la autora, *Tapping* te enseñará por qué esta técnica se ha revelado, en los últimos años, como una de las terapias más eficaces y sencillas para la resolución de problemas psicosomáticos, que van desde el insomnio a las fobias o desde la ansiedad y el miedo hasta la inseguridad o bloqueos anclados en el pasado y sus manifestaciones físicas.

Basado en los principios de la medicina tradicional china (MTC), en la bioenergía y en el vínculo cuerpo-mente, esta técnica permite que cada persona se la pueda aplicar sobre sí misma de un modo extremadamente fácil y en cualquier situación, y consiguiendo unos resultados sorprendentes en poco tiempo.

El método es tan sencillo como estimular una serie de puntos de acupuntura dando golpecitos con los dedos, mientras nos mantenemos mentalmente enfocados en el asunto concreto que queremos tratar.

«El tapping no solo te ayudará a aliviar los dolores y a liberar las emociones, las fobias y los traumas, sino también a desarrollar tu potencial, a mejorar tu rendimiento, a eliminar las creencias limitadoras y hasta a descubrir en ti algunos recursos escondidos. Cuando sea y donde sea, tanto si estás en casa como si estás de viaje, puedes utilizar esta herramienta tan útil. (...) Tienes la solución delante de ti, en tus manos, en la punta de los dedos.»

## NOVEDAD MENTE, CUERPO Y ESPÍRITU

ISBN: 9788410451490

Encuadernación: **Rústica con solapas**

Formato: **153 x 230 mm**

Págs: **176**

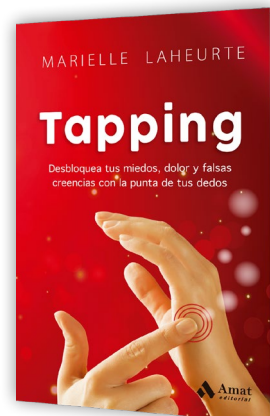
Categoría: **B**

Derechos: **M**

PVP: **19,09 € | 19,85 €**

IBIC: **VXH**

Palabras clave: **tapping, acupresión, liberación emocional, EFT, energía, bienestar, ansiedad, crecimiento interior, medicina tradicional china.**



9 788410 451490

## Autora



**Marielle Laheurte** es terapeuta integrativa, intérprete de sueños, sufróloga (miembro de la Cámara Sindical de Sofrología francesa), terapeuta de tapping y formadora del método psicoenergético PEAT. Es autora de varios libros publicados por la editorial francesa Eyrolles, como: *50 exercices pour décrypter ses rêves*, *50 exercices de visualisation créative* y *50 exercices d'EFT*.

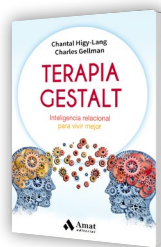
## Redes sociales del autor:

<https://mariellelaheurte.com>

## Argumentos de venta y Plan de medios:

- **El tapping como técnica de liberación emocional:** Basada en la acupresión, esta práctica regula el flujo energético del cuerpo para restablecer el bienestar emocional y físico mediante la estimulación de puntos específicos.
- **Aplicación sencilla y eficaz:** Cualquiera puede aplicar el tapping de forma fácil, en cualquier lugar y momento, logrando resultados rápidos frente a problemas como ansiedad, insomnio, fobias, miedos e inseguridades.
- **Herramienta de desarrollo personal:** Más allá del alivio emocional, el tapping ayuda a desbloquear el potencial interior, mejorar el rendimiento y eliminar creencias limitantes, convirtiéndose en una herramienta poderosa de crecimiento interior.
- Nota de prensa y promoción en redes sociales.

## Otros libros relacionados:



9 788497 359306



9 788497 356190



9 788418 114465



9 788497 359061



9 788417 208004