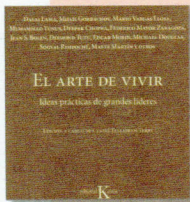


leer o no leer...

TEXTO: ALBERTO D. FRAILE OLIVER



EL ARTE DE VIVIR.
VV.AA
Ed. Kairós

El plantel de autores de este libro es de primera. Es una recopilación de aportaciones de algunos de los pensadores más lúcidos de nuestro tiempo: Dalai Lama, Mijail Gorbachov, Mario Vargas Llosa, Deepak Chopra, Federico Mayor Zaragoza, Edgar Morin, Sogyal Rimpoché...

Todos ellos se reúnen para reflexionar sobre el arte de vivir. Aportan ideas prácticas sobre asuntos tan interesantes como el respirar, el pensar, el ver, el amar, el arte, la vida, la muerte... Es interesante ver como se abordan desde diferentes culturas y tradiciones.

De las páginas de este libro rezuma optimismo y se palpa la sensación de que un nuevo Renacimiento está próximo. Ahora que el exceso ha tocado techo es el momento de que prestemos atención a los sabios de verdad y recorramos de nuevo el camino de la calidad y desandemos el de la cantidad, cuya única consecuencia es la codicia.

El mundo necesita una transformación de la conciencia, un cambio de paradigma, una revolución interior... y este libro recoge a algunos de sus impulsores. Por si fuera poco los beneficios de este libro están destinados a Green Cross Internacional, una ONG dedicada al crecimiento sostenible y a la transformación de la conciencia.



BAJO PRESIÓN
Carl Honoré
Ed. RBA

Este autor ya nos sorprendió gratamente hace algunos años con su libro 'Elogio de la lentitud', biblia del movimiento Slow. Ahora aborda otro asunto de primera magnitud, cómo el ritmo frenético que llevan nuestras vidas afecta a los más débiles: los niños. Honoré es muy convincente y este libro no deja indiferente. Hay que quitarle presión a nuestra vidas porque el enfoque moderno sobre la infancia es un fracaso. Ha llegado el momento de crear espacios relajados donde los niños puedan jugar y desarrollarse de manera satisfactoria, de lo contrario nuestra civilización no tiene salida.



LA RESILIENCIA
Anna Forés y
Jordi Grané
Ed. Plataforma

Quizá la palabra resiliencia no sea muy atractiva pero el significado es muy poderoso y cada vez se extiende más. Se refiere a la capacidad de las personas o comunidades para soportar un fuerte impacto y ser capaces de sobreponerse y, además, salir transformados. Consiste en rescatar los resortes de la esperanza y reanimar lo que parecía acabado para conducirlo a un renacimiento. Tras un proceso de resiliencia somos más maduros, creativos y sabios porque hemos conectado con los mecanismos que tiene la propia vida para reharerse a sí misma.



LA VISIÓN INTEGRAL
Ken Wilber
Ed. Kairós

La labor de síntesis y de unificación que ha llevado a cabo Ken Wilber a lo largo de su vida ha sido tan amplia y compleja que este pequeño libro explicativo es de agradecer. Su bibliografía es muy extensa y algunos de sus libros son poco accesibles. Este pequeño libro azul puede ser una buena forma de acercarse. Su labor ha consistido en recabar todas las teorías, filosofías y prácticas psicológicas y espirituales y ha creado puentes entre ellas, de tal manera que ha creado el mapa de la odisea de la conciencia humana y este es un resumen introductorio. Permite ver los recursos disponibles en el campo de la conciencia.



TRABAJAR CONTIGO ME ESTÁ MATANDO
Katherine Crowley y
Kathi Elster
Ed. Esfera de los libros

¿Problemas en el trabajo? ¿Un jefe insoportable? ¿Un compañero pesado? ¿Un subordinado conflictivo? No cabe duda que una de las cosas más difíciles en cualquier trabajo es convivir durante muchas horas con las mismas personas, día tras día. Para que esto no se convierta en un problema lo mejor es retomar el control de las propias reacciones y no estar a expensas de los conflictos interpersonales. Somos criaturas emocionales que no siempre sabemos gestionar correctamente lo que nos pasa, por eso aprender a identificar y afrontar las relaciones que nos afectan negativamente puede ser muy útil. 🍀

Les de
Felice

Talleres
Feng Sh
Radiónica
Cursos Ter



SA BO

...un espacio
y disfrut

- Presentación
- Despedidas
- Cumpleaños
- Reuniones
- Aniversario
- Menús espe
- Cenas de en



Cons