



"El destino es el que baraja las cartas, pero nosotros los que las jugamos"
(Arthur Schopenhauer)

PRÓXIMAMENTE EN EXCELLENCE

En septiembre hemos retomado nuestras actividades y, como sabrás por el microsite que recibiste hace unos días, ya está en marcha el [III Forum de la Excelencia](#): "La Felicidad Consciente" que celebraremos el próximo 17 de enero en el Auditorium CCIB (forum) de Barcelona. Los protagonistas de este evento serán el [Dr. Brian L. Weiss](#), [Janet Attwood](#) y [Álex Rovira](#). Como novedad, no te pierdas la [firma de libros](#). Te recordamos que la primera de estas firmas será la de Janet Attwood el próximo 10 de octubre a las 17.30 en Excellence, sólo para aquellos que hayan comprado entradas para el Forum.

A finales de septiembre entró de nuevo el otoño y con él han llegado los primeros fríos, que hacen que uno se lo piense dos veces antes de salir de casa. Aquí te damos algunos motivos para que este octubre te muevas y vengas a Excellence: mediante las ideas que nos aporte Jordi Matamoros podremos armonizar espacios para nuestro bien personal, y a través del eneagrama, sobre el que nos instruirá Julián Jorge Rodríguez, podremos conocernos para crecer. También tendremos con nosotros al monje budista y colaborador habitual de l'ofici de Viure, Ricart Rotllan, que nos proporcionará herramientas para adiestrar la mente. Éstas son algunas de las interesantes propuestas que encontrarás en Excellence, además de las presentaciones de novedades editoriales, como La Buena Vida, de Álex Rovira, o el Indalo Codex de Xaverio.

No te olvides de los cursos que tenemos este mes: [Nuestra evolución personal a través de la Carta Astral](#), con la prestigiosa astróloga Esther Monleón, y [El poder del ahora: vivir en el presente para tener una vida plena](#), con el experto en desarrollo personal Jorge Lomar.

IDEAS PRÁCTICAS PARA...

AHORRAR AGUA EN CASA

Si sospechas de alguna avería en grifos o tuberías no pierdas un solo instante en arreglarlo. Un grifo que gotea pierde 3 litros de agua al día.

Evita utilizar productos de limpieza muy agresivos, porque al verterlos en el desagüe se dificulta las faenas de depuración del agua.

Tampoco viertas por el fregadero los restos de aceite de freír. Guárdalos en botes y averigua qué puntos de recogida hay en tu localidad.

▼ LEER MÁS...

EL ARTÍCULO DEL MES...

VIDA EN PAREJA: UNA FRÁGIL UNIÓN QUE SE DEBE CIMENTAR DÍA A DÍA

Cada uno de nosotros somos un mundo y trasladamos nuestras peculiaridades al ámbito de la relación de pareja: a unos les gusta mandar pero otros tienen un perfil más sumiso o conformista, unos prefieren decidir y otros que decidan por ellos, a unos les encanta dar y darse al otro mientras que otros parecen haber nacido sólo para recibir de los demás, unos necesitan más cariño y a otros les abruman las emociones a flor...

Vamos, que la pareja es un ente peculiar, una institución no por tradicional menos imprevisible, y formada por dos miembros a su vez distintos.

▼ LEER MÁS...

EL DESAFÍO DEL MES...

¿QUÉ EDAD TIENE EL NIÑO?

"¿Cuántos años tiene este niño?" Preguntó el revisor del tren, dudoso acerca de si el niño debía pagar o no un billete. Halagado por el interés que el hombre parecía sentir por sus asuntos familiares, el viajero replicó:

"Mi hijo es cinco veces mayor que mi hija y mi esposa es cinco veces mayor que mi hijo, y yo soy dos veces mayor que mi esposa, en tanto la abuela, cuya edad iguala a la suma de nuestras edades, celebra hoy sus 81 años."

¿Cuántos años tiene el niño?

▼ LEER MÁS...

NUESTROS COLABORADORES



ESTHER MONLEÓN es una de las astrólogas más reconocidas de nuestro país. Para ella, la astrología es una herramienta que puede servirnos como base del autoconocimiento y el crecimiento personal.

El libro que te ha dejado huella.

[Dónde el corazón te lleve](#)

Un consejo para un ser muy querido.

Trátate a ti mismo tal como tratarías a tu mejor amigo

¿Con qué personaje histórico te tomarías un café?

Con Ghandi

Ponle banda sonora a tu vida.

Una canción "astroológica": *Fly me to the moon* de Frank Sinatra

LAS RECOMENDACIONES DE NUESTRO EQUIPO



Espe, Dario, Marina, Maria del Pilar y Aina



[Cómo ser libre](#)
de Tom Hodgkinson

Se trata de un libro muy interesante, bien documentado e inteligente, además de tierno, respetuoso y con los pies en el suelo. Te abre los ojos y te ofrece pautas para aplicar en tu vida, con el fin de ser cada día un poco más libre. Mediante continuas referencias al mundo medieval y los valores que entonces dominaban, explica cómo se asentaron las de una sociedad deshumanizada, desnaturalizada e industrial.

Ésta es una propuesta para cambiar aspectos de la vida y visiones de la vida en general, con el fin de salir del sistema social y económico capitalista establecido y ser más autosuficiente.

Jaume
Asesor de Excellence



[La asertividad](#)
de Eva Bach y Anna Forés

El libro explica cómo las escritoras, Eva Bach y Anna Forés, sienten y comprenden la asertividad. Para ellas ser asertivos es tener la capacidad para decir lo que se siente y piensa respecto a cualquier situación de nuestra vida, sea algo que no nos guste o que sí, de manera que respetemos al otro en como lo decimos, en qué momento lo decimos, y sobretodo, compartiéndolo sin juzgar o acusar a la persona que se lo comunicamos.

Una de las muchas cosas que me ha gustado es que, al principio, dicen que la asertividad está hecha para gente extraordinaria.

Maria del Pilar
Asesora de Excellence

TODO UN CLÁSICO QUE NO PUEDE FALTAR EN TU BIBLIOTECA



Ferran Ferré, experto en clásicos y todo un clásico él.



[Ser: curso de psicología de la autorrealización](#)
de Antonio Blay

GENTE EXCELENTE

NUESTRO HOMENAJE A PERSONAS ANÓNIMAS EXCELENTES EN SU VIDA Y TRABAJO



En esta ocasión, queremos homenajear a ANGI ROSALES y a todo su equipo de PALLAPUAPAS, una asociación sin ánimo de lucro cuyo objetivo es mejorar la calidad de vida de niños ingresados en hospitales. Mediante la distracción y haciendo literalmente el payaso, consiguen cada día aligerar los procesos dolorosos de miles de niños enfermos y, en definitiva, humanizar un poco más los servicios de salud.

PEQUEÑAS GRANDES HISTORIAS

LA AMISTAD

Dice una leyenda árabe que dos amigos viajaban por el desierto y en un determinado punto del viaje se discutieron. Fue tal la discusión que uno dio una bofetada al amigo. El otro, ofendido, sin nada que decir, escribió en la arena: "Hoy mi mejor amigo me pegó una bofetada en el rostro". Siguieron adelante y llegaron a un oasis donde resolvieron bañarse. El que había sido abofeteado y lastimado comenzó a ahogarse, siendo salvado por el amigo. Al recuperarse tomó un estilete y escribió en una piedra: "Hoy mi mejor amigo me salvó la vida".

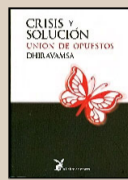
▼ LEER MÁS...

Antonio Blay y su obra nunca deben dissociarse. Maestro de vida, pedagogo firme y amable, su afán consistía en facilitar las herramientas necesarias para que cada alumno explorara por sí mismo el camino del autoconocimiento.

Este libro es la transcripción de un curso completo de psicología profunda realizado en Barcelona, en Agosto de 1982. Directo, vivido, honesto, profundo, sin concesiones...

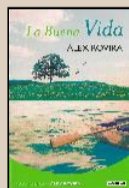
Se hace necesaria la pregunta ¿por qué bucear en océanos lejanos y exóticos, pudiendo calmar nuestra sed de conocimiento con el agua fresca y pura que Blay nos ofrece en sus generosas manos?

ÚLTIMAS NOVEDADES QUE NO TE PUEDES PERDER



CRISIS Y SOLUCIÓN

Dirhavamsa
Liebre de Marzo



LA BUENA VIDA

Álex Rovira
Aguilar



PON DOS CUCHARADAS DE FELICIDAD EN TU ALMA

Walter Dresel
Zenith



EL CAMELLO SOBRE EL TEJADO

Burhanuddin Herrman
mr ediciones

powered by  **Motoritomailing** | darse de baja | reenviar

El envío de SPAM (correo comercial no solicitado) NO está permitido a través de nuestra red. Si considera este mensaje como SPAM, le rogamos [comunicarlo aquí](#).

Este email ha sido enviado a actividades@e-excellence.es por actividades@e-excellence.es | [Imprimir / versión PDF](#) | Lea nuestra [Política de privacidad](#).