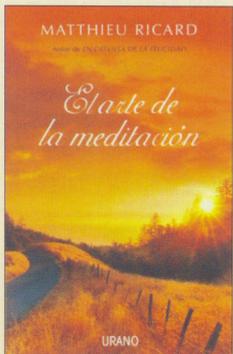


VIVIR SIN ARREPENTIMIENTO



Arnaud Maitland
Editorial: Norma
Edición 2008
312 páginas

Comprender completamente la pérdida de un ser amado es uno de los retos más grandes de la vida. En *Vivir sin arrepentimiento*, Arnaud Maitland, quien desde hace mucho es practicante del budismo tibetano, revela cómo el duelo por la pérdida de su madre, quien murió de Alzheimer, profundizó su habilidad para aplicar las enseñanzas del budismo a su propia vida. Este conmovedor recuento guía al lector a través de emociones turbulentas tales como los sentimientos de impotencia, culpa, rabia, confusión, desespero, y miedo. Esta narrativa personal se sustenta en un amplio marco de las enseñanzas budistas sobre la impermanencia, el sufrimiento, y el desarrollo de la sabiduría y la compasión. La sabiduría de las enseñanzas budistas nos ayuda a fortalecer la atención y a desarrollar nuestros recursos interiores. El autor alienta a los lectores a reflexionar sobre sus propias vidas, y a aprender a enfrentar los retos a medida que se van presentando.

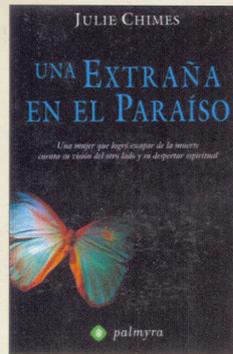


EL ARTE DE LA MEDITACIÓN

Matthieu Ricard
Ediciones Urano
152 páginas
Edición 2009

El autor reflexiona sobre ¿cuánta energía dedicamos a cambiar las condiciones externas de tu existencia? Explica que si modificamos nuestra manera de percibir las cosas, transformaremos nuestra calidad de vida. Y esto se consigue entrenando el espíritu a través de la meditación. Es una guía espiritual y filo-

sófica para iniciarse en la práctica de la meditación universal, basada en el amor altruista y el desarrollo de las cualidades humanas.

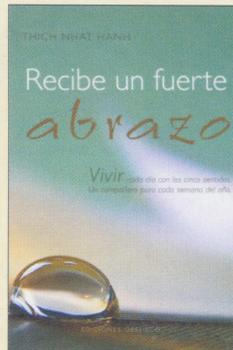


UNA EXTRAÑA EN EL PARAÍSO

Julie Chimes
Ediciones: PALMYRA
410 Páginas
Edición 2008

Es la historia de una mujer que gracias a su sabiduría y su coraje transformó la experiencia mas traumática de su vida en un mensaje para cambiar el mundo. Recupera en estas paginas sus reflexiones mientras se desangraba en el suelo.

La aceptación de cada una de estas experiencias, el perdón y el agradecimiento van transformando su infierno en paraíso hasta el punto de convertirse en una extraña, capaz no solo de recuperar de los daños físicos y emocionales y madurar, sino también en un ejemplo para los lectores.



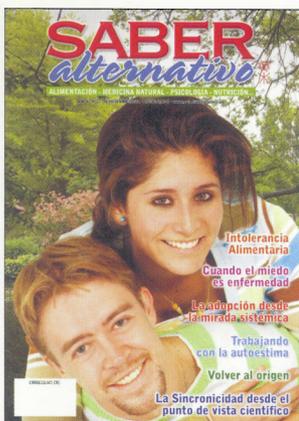
RECIBE UN FUERTE ABRAZO

Vivir cada día con los cinco sentidos

Thich Nhat Hanh
Ediciones Obelisco
128 páginas
Tapa duras
Edición: 2009

Igual que un cariñoso abrazo, las palabras de Thich Nhat Hanh acarician nuestro corazón y nos permiten sumergirnos en un mar de calma y tranquilidad. Las delicadas fotografías del libro que acompañan este texto capturan la magia del presente. El gran maestro budista nos muestra con sencillez y color las maravillas en cada instante.

¡Un libro «de compañía» con reflexiones motivadoras para cada mes del año!



SUSCRIPCIÓN

Suscríbete a "SABER ALTERNATIVO". Recibirás cómodamente en tu domicilio seis números al año por el importe de 25 € (para gastos de envío).

Nombre y apellidos _____

Dirección _____ Localidad _____

C.P. _____ Provincia _____ Teléfono _____

PAGO DOMICILIADO - Rellene datos bancarios:

Titular de la cuenta _____ Nº de cuenta _____

ENVIAR A: salternativo@yahoo.es (20 dígitos)

PÁGINA		PÁGINA	
A CASA DA TERRA.....	50	JUAN LUIS GOMEZ	32
A SEMENTE.....	16	JOSE MANUEL CARMUEJA.....	50
ADOE.....	37	KASAG.....	43
AGAPITO GUERRERO	27	LA CASA DEL ALBA	44
ALECES	31	LA HIEDRA	10
AMAD.....	26	LABCATAL.....	9
AMARANTO.....	23	LIFEWAVE.....	CONTRA
ANANTA.....	11	LLANTEN	6
ANGELES MAYABATI	19	LOLY PICALLO	24
ANNA LUISA RODRÍGUEZ	7	Mª JOSE GOMEZ MARTINEZ.....	47
ANTONIO RUIBAL.....	6	Mª LUISA FAYOS JIMÉNEZ.....	13
ARMONÍA.....	11	MANUEL BELLO.....	31
BAIXO MIÑO.....	13	MANU CASTRO	41
BRIGITTE DUKEK.....	39	MANUEL MUÑOZ.....	40
BRIONIA/CENTRO NAT.....	11	MASTERSOL	28
CENTRO REVENGA	36	MBT	15
CHARLOTTE MOULY.....	17	MERCEDES RODRIGUEZ.....	11
CLÍNICA DENTAL F. LIJÓ.....	14	MERLIN.....	47
COBELO.....	48	MIDHIR	12
CORAL.....	34	MIGUEL ANXO MARTÍNEZ.....	27
CURCUMA.....	23	MILENRAMA.....	6
CURSO DE KINESIOLOGÍA	38	MORPHO	50
DAVID GARCÍA DÍEZ.....	41	NAITERRA	41
DHARMA GAIA.....	27	NARAYAN KUNDALINI YOGA	32
DORI PENA GAYO	16	NATURA.....	10
DRAGONFLY.....	46	NOEMÍ DÍAZ FEIJÓO	42
DRA. Mª PILAR GÓMEZ	33	NUTERGIA	35
EL HUERTO	17	O BUXO	39
EMF. BALANCING TECHNIQUE.....	29	OTILIA QUIREZA RAMOS	8
ENELDO.....	48	PAULA PINTOS LÓPEZ	33
ESPERANZA DOMÍNGUEZ.....	6	PHARMAGREEN.....	16
FELIX DELGADO	45	RISA ACTIVA.....	14
FISIOTERAPIA EMILIANO	7	ROSARIO LÓPEZ AMOR.....	28
GALGALA.....	23	SABER ALTERNATIVO	30
GALISAN.....	40	SANANDO LAS RAICES	45
GERARDO PROVENZANO	31	SÁNDALO	31
GLORIA.....	19	SAVIA D'THOT	18
HERBOSANA	5	SE ALQUILA SALA.....	17
HUMANA.....	16	SENEGA.....	23
JACOMINA KISTEMAKER.....	49	TREBOL	48
JESANA	21	VALENCIA & ASOCIADOS	43
		VERXEL.....	25
		VIVIANA JURADO	44
		WEB SABER ALT.....	INT. PORT
		WUTAN	45