



Así piensa Swami Sivananda
Autor: Centro Yoga Sivananda
Editorial: Librería Argentina

“Así piensa Sivananda” nos acerca ciento ocho pensamientos y un poema. Ciento ocho, el número de las cuentas del mala, el instrumento que los meditadores utilizan para repetir el mantra, clasificados en diez decálogos, conjunto de consejos básicos para nuestra vida y ocho ideas sobre la salud. Desde la esencia de lo que es el Yoga y de cómo iniciar su práctica hasta el silencio, pasando por el prana, el pensamiento, la concentración, el servicio desinteresado, la sadhana o práctica espiritual, la no violencia y el amor.

La esencia del Yoga
Autor: Swami Sivananda
Editorial: Librería Argentina

El libro presenta los elementos esenciales del Yoga según Swami Sivananda que comparte toda su experiencia sobre el Karma, el Bhakti y el Raja Yoga, introduciendo al lector en la Sadhana espiritual y en la filosofía Vedanta. Pura ambrosía del Yoga. Vive el mensaje de Swami Sivananda: No hables mucho, no camines mucho, no comas mucho, no duermas mucho. Controla tus emociones, abandona los deseos y no nunca luches con la mente.

Lo que de verdad importa
Autor: Haim Shapira
Editorial: Urano

Lo que de verdad importa no ofrece una receta para la felicidad, aunque enseña a los lectores a ser más felices. Tampoco es un libro de aforismos, aunque los contiene en abundancia. Ni una obra de humor, aunque arrancará muchas carcajadas. Lo que de verdad importa es un viaje inteligente y provocador por las grandes preguntas de la vida, que recurre a la sabiduría de pensadores de todo tipo para ayudarnos a comprendernos mejor. Un serio intento de ofrecer un libro divertido sobre las cosas que de verdad importan, que cambiará nuestra perspectiva de casi todo.

Tiempo de Transformación
Autores: M. Van den Brink y Hans Stolp
Editorial: Rudolf Steiner

Vivimos en una época fascinante, que nos ofrece lo “mejor” y lo “peor” de todos los tiempos. Por un lado vemos cómo la gente es cada vez más consciente y espiritual, pero por otro lado nos encontramos con una creciente violencia y falta de conciencia. En las antiguas tradiciones Hindúes, Mayas, Egipcias e incluso Cristianas ya profetizaron que el momento actual sería un período crítico de transición. En este libro, los autores demuestran cómo es posible afrontar este período y romper el hecho del mal. Es una guía esencial de orientación para enfrentarnos a esta época de transformación.



Entre dos aguas
Autor: Francisco Barnosell
Editorial: Luciernaga Nova

El neurólogo Francisco Barnosell ofrece un acceso desde la medicina tradicional a las terapias alternativas. Ante su constatación de que la medicina natural produce un efecto terapéutico, desechó sus principales prejuicios acerca de ella y se embarcó en una investigación a lo largo de 8 años. El resultado es este libro, que contiene la viva narración de su experiencia directa con sanadores alternativos y una amena aproximación científica a sus supuestos logros. Así, su intención es establecer un puente entre los tratamientos convencionales y los naturales.

Stop Al Pánico
Autor: Andrea Fiorenza
Editorial: Lectio

A lo largo del libro Stop al pánico el experto Andrea Fiorenza analiza los miedos y las fobias más habituales: a determinadas situaciones, a ciertos animales, a los elementos naturales, a las otras personas... A partir de los principales avances de las teorías científicas que abordan el tema, Fiorenza ha concebido un itinerario pautado —con el que ha alcanzado un alto grado de éxito entre sus pacientes— para que uno mismo, de manera autónoma y a su ritmo, alcance la resolución de su problema con el miedo, la ansiedad o el pánico.

Respirar con árboles
Autora: Brigitte Hansmann
Editorial: Urano

Utilizando la analogía del árbol, cuya forma viene definida por las energías internas y externas que actúan en él, Brigitte Hansmann pone a tu disposición 25 años de actividad profesional para ofrecerte una introducción accesible y muy completa a la técnica de los patrones somáticos, un proceso que consiste en el reconocimiento de ciertos patrones del cuerpo para disolver nudos emocionales. La clave: la respiración. A través de ella obtenemos acceso a las improntas que han dejado en nuestro cuerpo emociones negativas del pasado y ofrecemos un apoyo desde el que empezar a liberarse.

Un soplo de eternidad
Autora: Patricia Darré
Editorial: Palmyra

Patricia Darré, hija de padres agnósticos, sin educación religiosa, descubre un día su capacidad para ser médium y, con ella, su compromiso para ayudar a las almas errantes. Desde entonces, cambió su visión del mundo, de la realidad y de la muerte. En estas páginas, al compartir con los lectores sus mensajes del más allá, les ayuda a afrontar temas que muchos consideran tabúes como: El tránsito de los espíritus, las curaciones y hechizos, la necesidad de contactar con los descendientes y los seres que jamás se han encarnado.