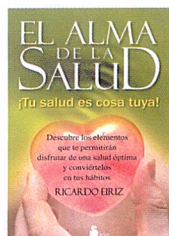


Novedades Libros- CDs



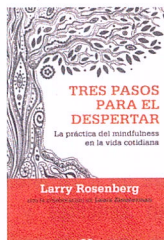
El Alma de la Salud Autor: Ricardo Eiriz Editorial: Sirio

Salud significa vitalidad, sensatez, equilibrio, etc., pero curiosamente, a la mayoría de las personas no les interesa la salud. Lo que quieren es saber cómo se cura la enfermedad. Este pensamiento nos sitúa en el papel de víctimas de las circunstancias y de nuestra genética. Pensando de este modo estamos trasladando fuera de nosotros todo el poder y la responsabilidad sobre nuestra salud. Estamos renunciando a nuestra capacidad innata de estar sanos si lo deseamos. Si realmente queremos estar sanos y en plenas condiciones debemos ser conscientes y asumir la responsabilidad que en todo momento tenemos sobre nuestro estado de salud.



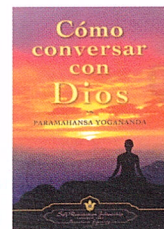
El secreto del cambio Autor: José Manuel Gil Editorial: LID

Somos seres sociales. Por eso nuestra vida depende de la calidad de las relaciones que seamos capaces de mantener con las personas que nos rodean. Y en esas relaciones podemos influir de forma decisiva si sabemos lo que hay que hacer. Todo depende de nuestra capacidad para generar confianza; capacidad que, en contra de lo que se pensaba, no es innata, sino que se aprende y se practica en el día a día. Este libro te descubrirá un auténtico secreto: un sencillo método para generar confianza en los demás. En el terreno profesional, es lo que te permitirá ser un buen vendedor, directivo o negociador.



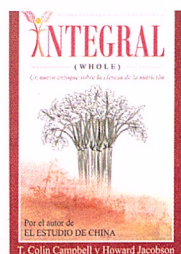
Tres pasos para el Despertar Autor: Larry Rosenberg y Laura Zimmerman Editorial: Kairós

Este libro representa la esencia de más de cuatro décadas de práctica y enseñanza espirituales. Basándose en las distintas tradiciones budistas, Larry Rosenberg describe tres formas de práctica meditativa sutilmente diferentes y complementarias: la consciencia de la respiración, la respiración como ancla y el darse cuenta. Con estos tres métodos disponemos de un recurso meditativo para cualquier situación de vida. En momentos de estrés, por ejemplo, tal vez utilicemos la consciencia de la respiración, mientras que en un retiro prolongado puede ser más apropiada la práctica del darse cuenta.



Cómo conversar con Dios Autor: Paramahansa Yogananda Editorial: Self-Realization Fellowship

¿Es realmente posible conversar con Dios y recibir claras respuestas a nuestras oraciones? En esta guía clásica para la búsqueda de Dios, un renombrado instructor espiritual contesta esta y otras preguntas. "Cómo conversar con Dios" —obra predilecta de los buscadores de la Verdad de todo el mundo— nos enseña a orar en forma más íntima, es decir, a establecer una relación personal, profunda y plena de satisfacciones con el Ser Divino. Es un texto que el lector deseará conservar como libro de cabecera y en el cual descubrirá, con cada lectura, nuevas gemas de inspiración y sabiduría.



Integral Autores: T. Colin Campbell y Howard Jacobson Editorial: Sirio

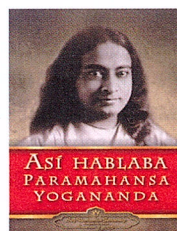
"Tras leer 'El estudio de China', cambiar drásticamente de alimentación y adoptar la dieta recomendada por el Doctor Campbell, con más alimentos integrales y basados en plantas, el rendimiento en mi carrera deportiva se disparó. Entonces no pude dejar de preguntarme: ¿Por qué no se alimentará todo el mundo así?. En este nuevo libro el doctor Campbell responde a esta pregunta con una claridad meridiana." Tony González, jugador de los Atlanta Falcons. "El doctor T. Colin Campbell es el científico nutricionista más importante del siglo pasado." Dr. John McDougall.



Correr para Pensar y Sentir Autor: Francesc Torralba Editorial: Cuadrilátero de Libros

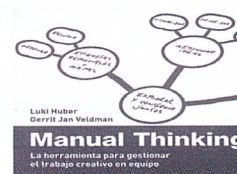
El filósofo Francesc Torralba hace más de veinticinco años que corre todos los días y aquí comparte con el lector sus vivencias y sensaciones más personales: cómo correr le proporciona momentos para estar solo y meditar, lo conecta con su propio cuerpo, le carga las pilas, lo vincula con la naturaleza y el entorno.

A lo largo del libro profundiza en la importancia de esta práctica para articular su actividad diaria y su actitud vital, ya que "correr es una perfecta metáfora de la vida". Este libro recoge una reflexión sobre las vivencias, los sentimientos y las sensaciones que aparecen mientras corres.



Así Hablaba Paramahansa Yogananda Editorial: Self-Realization-Fellowship

Esta colección de consejos informales del autor de "Autobiografía de un yogui" nos proporciona un atisbo entrañable del pensamiento de una de las personalidades espirituales más ilustres de nuestro tiempo. Al responder a las preguntas de quienes solicitaban su guía, Paramahansa Yogananda se expresaba con sinceridad, espontaneidad y profundo entendimiento intuitivo. Infaliblemente sabía cuándo aliviar una situación tensa con alguna brillante y graciosa observación, y era capaz de transformar las verdades filosóficas más profundas en preceptos simples.



Manual Thinking Autores: Luki Huber y Gerrit Jan Veldman Editorial: Empresa Activa

Es una herramienta perfecta para gestionar el trabajo creativo en equipo. Mucho se habla de creatividad e innovación, pero lo cierto es que no existen muchas herramientas que nos permitan crear en equipo y hacerlo de forma tal que luego se pueda gestionar esa creatividad. ¿Cuántas veces hemos asistido a presentaciones en las que uno habla, otros escuchan y la mayoría está absorta en sus dispositivos móviles? ¿Qué podemos hacer para acabar con las reuniones improductivas? ¿Cómo podemos sacar el máximo rendimiento a las dinámicas grupales?