

Llibres



Transformar el estrés en vitalidad

Mantak Chia / Editorial Sirio / 9,50 euros
En venda a les recepcions de tots els clubs DiR i a les DiR Shop de DiR Diagonal, DiR Sant Cugat i DiR Castillejos.

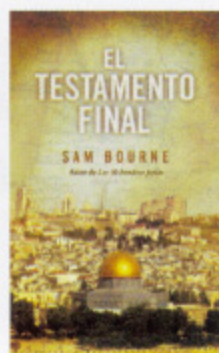
Descobreix de la mà del Mestre Mantak Chia la tècnica de la meditació interior, que t'ensenya a transformar l'estrès i les emocions negatives en creativitat, aprenentatge i força. Aprenderàs la manera d'eliminar l'energia estancada i de netejar els òrgans de toxines, per tal d'assolir el poder físic i mental, l'èxit i la salut.



El nombre del viento

Patrick Rothfuss
Plaza & Janés
22,20 euros

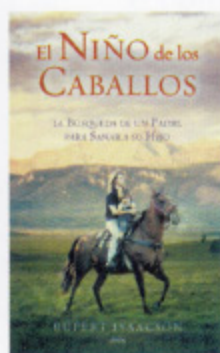
Atípic, profunda i sincera, aquesta novel·la fantàstica és una narració d'aventures, de misteri, d'amistat, d'amor, de màgia i de superació. Aquesta primera novel·la de Patrick Rothfuss fa perdre als lectors el món real de vista i submergir-se en una història immensament original i hipnòtica, el protagonista de la qual té una vida repleta d'aventures per explicar.



El testamento final

Sam Bourne
Grijalbo
19,90 euros

Un thriller que se situa a l'ull de l'huracà: els interessos i contradiccions en la lluita entre israelians i palestins, escrit per un periodista especialitzat en el conflicte a l'Orient Mitjà. Una intriga protagonitzada per una negociadora de pau i un jove jueu, on l'arqueologia, el tràfic d'antiguitats i el terrorisme formen una trama imprevisible.



El niño de los caballos

Rupert Isaacson
Ediciones Urano
17 euros

Dramàtica i commovedora història d'una família que, per ajudar el seu fill autista, marxa a Mongòlia, un lloc on els cavalls i la medicina guaridora dels xamans s'entrellacen. Allà troben uns paisatges i unes persones increïbles, uns obstacles quasi insalvables i uns progressos que ni tan sols havien somiat poder aconseguir.



¡Despierta! ¿Vives o sobrevives?

Mònica Fusté
15 euros

Primer llibre de Mònica Fusté, on anima els lectors a convèncer-se de que una altra vida és possible. Ella va deixar la seva professió d'economista per dedicar-se en cos i ànima a un projecte que busca millorar la vida de les persones. Com si fos un joc, el llibre exposa set regles i set actituds a seguir: perquè la teva felicitat només depèn de tu!

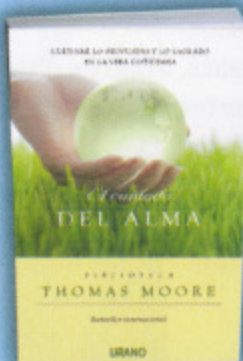


Las soluciones están en tu interior

El cuidado del alma

Thomas Moore

Thomas Moore está considerado uno de los grandes líderes espirituales de nuestro tiempo. En esta obra, aborda el gran mal de nuestro tiempo: "la pérdida del alma", que se manifiesta en el vacío, la depresión y la desilusión en el matrimonio o las relaciones. Las soluciones que propone pasan por el cuidado otorgándole espiritualidad, mediante el ritual y la belleza.



La cocina de la felicidad

Adriana Ortemberg

¿Cómo contribuir a nuestro bienestar y felicidad a través de la comida? La naturópata y cocinera Adriana Ortemberg explica el valor de los alimentos y su efecto en nuestro estado de ánimo. Un libro para aprender las formas de potenciar el bienestar físico, emocional y espiritual, en cada caso particular, con la dieta como pilar fundamental de salud.



URANO
www.mundourano.com