

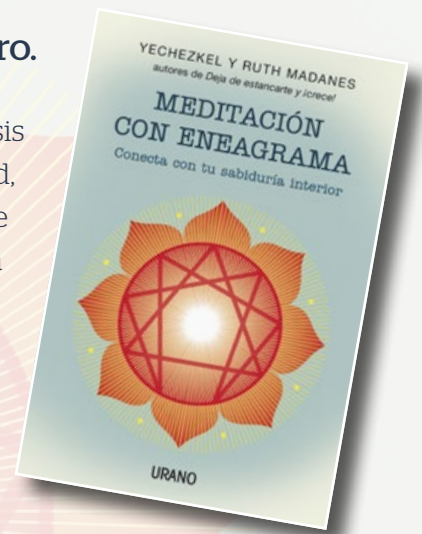
Por primera vez, meditación y Eneagrama en un solo libro.

Hoy día, la vida cambia a un ritmo vertiginoso, lo que nos crea grandes dosis de temor y confusión. Dada la necesidad de afrontar esta nueva realidad, estamos asistiendo a un creciente interés en las antiguas técnicas de la meditación como recurso para afrontar la angustia que acarrea esta situación; incluso la comunidad científica se ha rendido a los beneficios de la meditación. Sin embargo, cuando utilizamos la meditación para huir de los problemas que inevitablemente acarrea la vida, las preocupaciones y los sentimientos negativos vuelven a aflorar con fuerza en cuanto reanudamos nuestras actividades cotidianas.

Yechezkel y Ruth Madanes, proponen un enfoque radicalmente nuevo: combinar la meditación con la sabiduría del Eneagrama, que explora las peculiaridades de los nueve tipos básicos de personalidad, para convertirla en una poderosa herramienta de autoconocimiento y crecimiento. De esta manera, la meditación se convierte en un recurso inigualable para reconocer los desafíos específicos a los que se enfrenta cada tipo así como los recursos que le brinda su modelo particular.

A lo largo de sus páginas, el lector encontrará una guía práctica de meditación basada en su tipo de personalidad junto con reflexiones y meditaciones específicas que resonarán con fuerza en su interior. En cada una de las frases, de las preguntas, hallará la inspiración que necesita para avanzar hacia la sabiduría y el autoconocimiento.

Meditación con Eneagrama es un libro novedoso, didáctico y positivo que lectura a lectura mostrará el camino a la dicha, el conocimiento y la alegría.



YECHZEKEL Y RUTH MADANES

Autores consagrados en Israel y Estados Unidos, el matrimonio Ruth y Yechezkel Madanes son *coaches* titulados que llevan más de una década utilizando el Eneagrama como instrumento central de su práctica profesional. Han estudiado Intervenciones Estratégicas con Tony Robbins y Cloé Madanes y han aplicado con éxito su innovador programa con directivos de grandes corporaciones, maestros, estudiantes y familias de todo el mundo. *Meditación con Eneagrama* es el segundo título que publican en nuestro país, tras el éxito de su obra anterior, *Deja de estancarte y ¡crece!*



MEDITACIÓN CON ENEAGRAMA

Yechezkel y Ruth Madanes

Sello: Urano

Colección: Crecimiento Personal

P.V.P.: 15 € - 288 páginas

Lanzamiento: mayo de 2013


URANO



síganos en www.quieroleer.com