



¿NECESITAS UN GURÚ?  
Mariana Caplan

ISBN: 0-9729572-1-9 / 978-0-09729572-1-2  
Fecha de impresión: 2003  
Número de páginas: 362  
Medidas: 16x23 cms.  
Encuadernación rústica con solapas  
Precio de venta al público 16.95 US\$

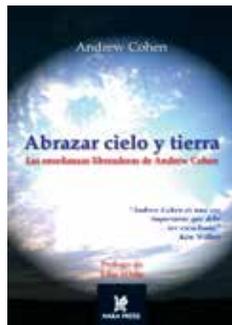
Este libro es la apasionante y divertida narración que Mariana Caplan hace de su personal encuentro con chamanes de Centroamérica, gurús hindúes y, entre medio, toda forma de brujos, sanadores y curanderos. Su intención es aclarar los principios implícitos en la creación de un modelo operativo de relación maestro-estudiante en la cultura occidental.

Cada capítulo incluye entrevistas inéditas con estudiosos, maestros y practicantes expertos como: Ram Dass, Jai Uttal, Georg Feuerstein, Vimala Thakar, John Welwood, Krishna Das, Arnaud Desjardins, Ma Sati Jaya, Bhagavati, George Leonard y más...

La autora:

Mariana Caplan, Ph.D., recibió el B.A. en Antropología Cultural en la Universidad de Michigan, el M.A. en Orientación Psicológica en el Instituto de Estudios Integrales de California, y su Ph.D. en Espiritualidad Contemporánea en El Instituto y Universidad de la Unión. No obstante, ella atribuye la mayor parte de su educación e inspiración a los años de estudio y práctica que hizo en las grandes tradiciones místicas y al hecho de estudiar y vivir en los pueblos sea de la India, América Central y Latina, que en Europa.

Mariana vive en la región de San Francisco, donde escribe y enseña en el Instituto de Estudios Integrales de California y en el Instituto de Psicología Transpersonal. Dirige el The Center for World Spirituality.



ABRAZAR CIELO Y TIERRA  
Andrew Cohen

ISBN 0-9729572-8-6 / 978-0-9729572-8-1  
Fecha de publicación 2006  
Número de páginas 104  
Medidas: 16x23 cms  
Encuadernación rústica con solapas  
Precio de venta al público 13.95 US\$

Andrew Cohen tiene el grande don de poder explicar de forma clara y directa verdades que muchos tardan años en entender. Aquí revela no sólo el hecho liberador de nuestra auténtica naturaleza, sino también la manera de vivir esa verdad en este mundo, llevando al lector a un viaje de auto-descubrimiento.

"Abrazar cielo y tierra" es la expresión que utiliza Andrew Cohen para describir la sabiduría de la iluminación materializada en la vida de cada día.

El autor:

Andrew Cohen, fundador de la revista "What Is Enlightenment?", es un maestro espiritual considerado como la voz principal del movimiento de la espiritualidad evolutiva.

En 1986, un despertar le cambió la vida y lo llevó a finalizar la búsqueda de su propia iluminación. De allí, inició la exploración del sentido y de la importancia que la iluminación tiene para nuestra época. A través de la revista, de sus escritos, de sus diálogos con maestros y pensadores de todas las tradiciones y disciplinas, así como mediante sus conferencias y retiros, en todo el mundo, Cohen está creando un nuevo contexto para entender la renovación espiritual como imperativo de evolución humana y fundamento esencial de toda propuesta de transformación del mundo.



VIVA ILUMINACIÓN  
Andrew Cohen

ISBN: 0-9729572-2-7 / 978-0-09729572-2-9  
Fecha de impresión: 2004  
Número de páginas: 104  
Medidas: 16x23 cms.  
Encuadernación rústica con solapas  
Precio de venta al público: 13.95 US\$

“Si puedes aguantar en el medio de un fuego que fundirá tu corazón y lo abrirá para la eternidad, entonces quiere decir que has llegado al lugar correcto...” Ken Wilber

“Si deseas intimar con lo Desconocido, con Aquello que siempre te fue conocido, este libro te ayudará a iniciar el viaje.” Deepak Chopra, M.D.

El autor:

Andrew Cohen, fundador de la revista “What Is Enlightenment?”, es un maestro espiritual y un escritor famoso, considerado como la voz principal del nuevo movimiento de la espiritualidad evolutiva. En 1986, un despertar le cambió la vida y lo llevó a finalizar la búsqueda de su propia iluminación. De allí, inició la exploración del sentido y de la importancia que la iluminación tiene para nuestra época. A través de la revista, de sus escritos, de sus diálogos con maestros y pensadores de todas las tradiciones y disciplinas, así como mediante sus conferencias y retiros, en todo el mundo, Cohen está creando un nuevo contexto para entender la renovación espiritual como imperativo de evolución humana y fundamento esencial de toda propuesta de transformación del mundo.



BIENVENIDOS EN EL CAMINO  
Arnaud Desjardins  
Introducción de Alejandro Jodorowsky

ISBN: 978-09777899-2-4  
Fecha de publicación 2007  
Páginas: 176  
Medidas: 16x23 cms  
Encuadernación rústica con solapas  
Precio de venta al público 18.95 US\$

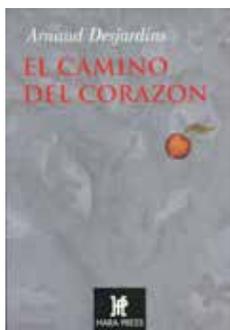
Con la moda actual de lo psicológico y de lo espiritual y de las técnicas de desarrollo personal, nunca antes tantas ideas sobre la liberación y el despertar, o sobre el ego y el Ser, habían tenido tal difusión. Se nos ofrece la sabiduría a cada esquina. Uno se compromete –o cree comprometerse– con “el camino espiritual”. Pues la contrapartida de ese entusiasmo es la cantidad de nociones contradictorias difundidas en los ámbitos espirituales, nociones que conducen a múltiples confusiones y malentendidos.

Obra de síntesis con un propósito de simplicidad y claridad, “Bienvenidos en el camino” agrupa en un volumen las ideas esenciales diseminadas en los más de veinte otros títulos publicados por Arnaud Desjardins.

El autor:

Arnaud Desjardins (1925-2011) fue realizador de la Televisión Francesa durante veintidós años, enviado especial en Asia y miembro de la Sociedad de los Exploradores Franceses. Se dio a conocer en los años '60 por una serie de reportajes sobre el budismo tibetano, los ashrams hindúes, los monasterios zen de Japón y las cofradías sufíes de Afganistán, así como por sus más de veinte libros. Arnaud participa muy joven en los Grupos Gurdjieff, posteriormente sus encuentros con maestros de las diferentes tradiciones le permitieron ahondar en su propia búsqueda espiritual. En 1965 encuentra al que será su maestro, Swami Prajnanpad (1891-1974). Éste le permite conciliar una ascesis metódica, el Adhyatma Yoga que es una rama del Advaita Vedanta, con sus responsabilidades profesionales y familiares. Swami Prajnanpad, en su juventud profesor universitario de física, fue en su época uno de los raros maestros de India en conocer profundamente la cultura occidental. Introdujo las teorías de Freud en su país. En 1974 Arnaud funda un primer centro de retiro en Auvergne, Le Bost, seguido por otro, Font d'Isière, y finalmente por Hauteville, en la región francesa de Ardèche, donde se acoge un número siempre creciente de estudiantes que quieren profundizar en la vía que él propone.





EL CAMINO DEL CORAZÓN  
Arnaud Desjardins

ISBN: 0-968-5270-93-7 / 978-9685270939  
Fecha de impresión: 2002  
Número de páginas: 264  
Medidas: 16x23 cms.  
Encuadernación rústica con solapas  
Precio de venta al público 14.95 US\$

Es en "la caverna del corazón", dicen los Upanishads, donde el Absoluto se revela como la esencia de nuestro ser. Y para que esto ocurra ese corazón debe ser libre de las marcas de un pasado siempre presente que se proyecta en temores y en ensoñaciones sobre el futuro. Es en el corazón donde se vive la muerte del viejo hombre y el nacimiento del hombre nuevo. "Un corazón ligero", "un corazón en paz" son expresiones muy comunes y no por ello menos esotéricas. En este libro Arnaud Desjardins nos conduce de la mano en este camino hacia nuestro corazón y hacia la liberación del hombre nuevo que está en cada uno de nosotros.

El autor:

Arnaud Desjardins (1925-2011) fue realizador de la Televisión Francesa durante veintidós años, enviado especial en Asia y miembro de la Sociedad de los Exploradores Franceses. Se dio a conocer en los años '60 por una serie de reportajes sobre el budismo tibetano, los ashrams hindúes, los monasterios zen de Japón y las cofradías sufíes de Afganistán, así como por sus más de veinte libros. Arnaud participa muy joven en los Grupos Gurdjieff, posteriormente sus encuentros con maestros de las diferentes tradiciones le permitieron ahondar en su propia búsqueda espiritual. En 1965 encuentra al que será su maestro, Swami Prajnanpad (1891-1974). Éste le permite conciliar una ascesis metódica, el Adhyatma Yoga que es una rama del Advaita Vedanta, con sus responsabilidades profesionales y familiares. Swami Prajnanpad, en su juventud profesor universitario de física, fue en su época unos de los raros maestros de India en conocer profundamente la cultura occidental. Introdujo las teorías de Freud en su país. En 1974 Arnaud funda un primer centro de retiro en Auvergne, Le Bost, seguido por otro, Font d'Isière, y finalmente por Hauteville, en la región francesa de Ardèche, donde se acoge un número siempre creciente de estudiantes que quieren profundizar en la vía que él propone.



REGRESO A LO ESENCIAL  
Arnaud Desjardins

ISBN: 0-9729572-3-5 / 978-0-9729572-3-6  
Fecha de impresión: 2003  
Número de páginas: 312  
Medidas: 16x23 cms.  
Encuadernación rústica con solapas  
Precio de venta al público 15.95 US\$

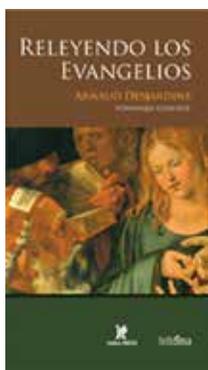
Esta obra de Arnaud Desjardins es la transcripción, bajo forma de preguntas y respuestas, de un seminario de diez días que el autor dio en Quebec. Unas preguntas se refieren a la metafísica, otras a las dificultades de cada día. El camino de la sabiduría confluye con nuestra verdad cotidiana, nuestros deseos y rechazos, nuestros temores y esperanzas.

Arnaud no deja de recordarnos que nuestra verdadera naturaleza es libre, abierta y feliz, y nos indica paso a paso el camino a seguir para que se revele.

El autor:

Arnaud Desjardins (1925-2011) fue realizador de la Televisión Francesa durante veintidós años, enviado especial en Asia y miembro de la Sociedad de los Exploradores Franceses. Se dio a conocer en los años '60 por una serie de reportajes sobre el budismo tibetano, los ashrams hindúes, los monasterios zen de Japón y las cofradías sufíes de Afganistán, así como por sus más de veinte libros. Arnaud participa muy joven en los Grupos Gurdjieff, posteriormente sus encuentros con maestros de las diferentes tradiciones le permitieron ahondar en su propia búsqueda espiritual. En 1965 encuentra al que será su maestro, Swami Prajnanpad (1891-1974). Éste le permite conciliar una ascesis metódica, el Adhyatma Yoga que es una rama del Advaita Vedanta, con sus responsabilidades profesionales y familiares. Swami Prajnanpad, en su juventud profesor universitario de física, fue en su época unos de los raros maestros de India en conocer profundamente la cultura occidental. Introdujo las teorías de Freud en su país. En 1974 Arnaud funda un primer centro de retiro en Auvergne, Le Bost, seguido por otro, Font d'Isière, y finalmente por Hauteville, en la región francesa de Ardèche, donde se acoge un número siempre creciente de estudiantes que quieren profundizar en la vía que él propone.





## RELEYENDO LOS EVANGELIOS

Arnaud Desjardins  
Y Véronique Loiseleur

ISBN: 978-0-9777899-7-9 (0-9777899-7-7)

Fecha de impresión: 2010

Número de páginas: 240

Medidas: 16x23 cms.

Encuadernación rústica con solapas

Precio 23.95 US\$

Fruto de más de cuarenta años de encuentros con religiosos no cristianos, este libro muestra que releendo los Evangelios, y abriéndonos a las verdades universales de otras tradiciones como la hindú, budista, sufi y de los sabios, se pueden descubrir riquezas asombrosas. Los Evangelios se vuelven, bajo esta relectura, manuales de vida interior que proponen una vía de transformación personal.

El autor:

Arnaud Desjardins (1925-2011) fue realizador de la Televisión Francesa durante veintidós años, enviado especial en Asia y miembro de la Sociedad de los Exploradores Franceses. Se dio a conocer en los años '60 por una serie de reportajes sobre el budismo tibetano, los ashrams hindúes, los monasterios zen de Japón y las cofradías sufíes de Afganistán, así como por sus más de veinte libros. Arnaud participa muy joven en los Grupos Gurdjieff, posteriormente sus encuentros con maestros de las diferentes tradiciones le permitieron ahondar en su propia búsqueda espiritual. En 1965 encuentra al que será su maestro, Swami Prajnanpad (1891-1974). Éste le permite conciliar una ascesis metódica, el Adhyatma Yoga que es una rama del Advaita Vedanta, con sus responsabilidades profesionales y familiares. Swami Prajnanpad, en su juventud profesor universitario de física, fue en su época uno de los raros maestros de India en conocer profundamente la cultura occidental. Introdujo las teorías de Freud en su país. En 1974 Arnaud funda un primer centro de retiro en Auvergne, Le Bost, seguido por otro, Font d'Isière, y finalmente por Hauteville, en la región francesa de Ardèche, donde se acoge un número siempre creciente de estudiantes que quieren profundizar en la vía que él propone.



## UNA VIDA FELIZ, UN AMOR FELIZ

Arnaud Desjardins

ISBN: 0-9729572-0-0 / 978-0-9729572-0-5

Fecha de impresión: 2003

Número de páginas: 224

Medidas: 16x23 cms.

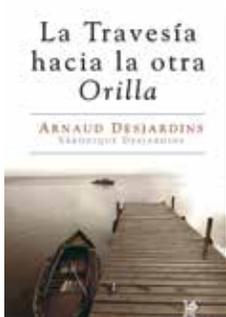
Encuadernación rústica con solapas

Precio de venta al público 14.95 US\$

En sus libros Arnaud Desjardins muestra cómo la sabiduría tradicional, la de todos los tiempos y lugares, puede transformar nuestras vidas de occidentales contemporáneos. Esa sabiduría esclarece también la correlación, muy a menudo dolorosa, entre hombres y mujeres. El sentimiento de frustración nace, más que nada, de la soledad afectiva y de los fracasos amorosos. La unión de un hombre y una mujer podría ser una fiesta permanente de novedad y maravilla, pero ello requiere un corazón de niño llegado a la plena madurez del adulto capaz de comprender, actuar, dar y recibir. Es la sencillez de una vida amorosa satisfecha lo que, más que cualquier otro logro, hace la felicidad de la vida.

El autor:

Arnaud Desjardins (1925-2011) fue realizador de la Televisión Francesa durante veintidós años, enviado especial en Asia y miembro de la Sociedad de los Exploradores Franceses. Se dio a conocer en los años '60 por una serie de reportajes sobre el budismo tibetano, los ashrams hindúes, los monasterios zen de Japón y las cofradías sufíes de Afganistán, así como por sus más de veinte libros. Arnaud participa muy joven en los Grupos Gurdjieff, posteriormente sus encuentros con maestros de las diferentes tradiciones le permitieron ahondar en su propia búsqueda espiritual. En 1965 encuentra al que será su maestro, Swami Prajnanpad (1891-1974). Éste le permite conciliar una ascesis metódica, el Adhyatma Yoga que es una rama del Advaita Vedanta, con sus responsabilidades profesionales y familiares. Swami Prajnanpad, en su juventud profesor universitario de física, fue en su época uno de los raros maestros de India en conocer profundamente la cultura occidental. Introdujo las teorías de Freud en su país. En 1974 Arnaud funda un primer centro de retiro en Auvergne, Le Bost, seguido por otro, Font d'Isière, y finalmente por Hauteville, en la región francesa de Ardèche, donde se acoge un número siempre creciente de estudiantes que quieren profundizar en la vía que él propone.



LA TRAVESÍA HACIA LA OTRA ORILLA  
Arnaud Desjardins

ISBN 978-0-9840430-0-2  
Fecha de impresión: 2012  
Número de páginas: 208  
Medidas: 16x23 cms. Encuadernación rústica con solapas  
Precio de venta al público: 18 US\$

“En occidente, la religión es ante todo una cuestión de creencias... El descubrimiento en el siglo XX de las tradiciones espirituales de Asia nos aportó, a nosotros los occidentales, una nueva perspectiva: la religión y la espiritualidad ya no están relacionadas con la idea de creer o de no creer, sino con una práctica basada en la experiencia personal. Se trata de abordar la espiritualidad desde una perspectiva científica, basada en la observación y la experimentación, utilizando las mismas estrategias que utilizaría un investigador en su laboratorio”.

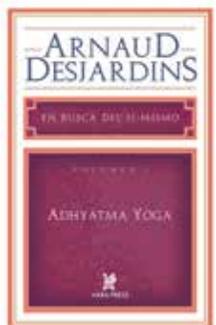
Éste es el planteamiento que Arnaud Desjardins aporta a sus lectores, que a su vez recibió de parte del maestro Swami Prajñanpad y a través de los encuentros que mantuvo con rinpoché tibetanos, piris sufíes y contemplativos cristianos.

Este libro está elaborado a partir de respuestas dadas por Arnaud Desjardins a sus estudiantes en el transcurso de un seminario realizado en México. Incluye intervenciones de Véronique Desjardins, alumna de Arnaud desde hace más de 35 años y su esposa desde hace más de 20.

El autor:

Arnaud Desjardins (1925-2011) fue realizador de la Televisión Francesa durante veintidós años, enviado especial en Asia y miembro de la Sociedad de los Exploradores Franceses. Se dio a conocer en los años '60 por una serie de reportajes sobre el budismo tibetano, los ashrams hindúes, los monasterios zen de Japón y las cofradías sufíes de Afganistán, así como por sus más de veinte libros. Arnaud participa muy joven en los Grupos Gurdjieff, posteriormente sus encuentros con maestros de las diferentes tradiciones le permitieron ahondar en su propia búsqueda espiritual. En 1965 encuentra al que será su maestro, Swami Prajñanpad (1891-1974). Éste le permite conciliar una ascesis metódica, el Adhyatma Yoga que es una rama del Advaita Vedanta, con sus responsabilidades profesionales y familiares. Swami Prajñanpad, en su juventud profesor universitario de física, fue en su época unos de los raros maestros de India en conocer profundamente la cultura occidental. Introdujo las teorías de Freud en su país.

En 1974 Arnaud funda un primer centro de retiro en Auvergne, Le Bost, seguido por otro, Font d'Isière, y finalmente por Hauteville, en la región francesa de Ardèche, donde se acoge un número siempre creciente de estudiantes que quieren profundizar en la vía que él propone.



EN BUSCA DEL SÍ MISMO  
VOLUMEN 1 - ADHYATMA YOGA  
Arnaud Desjardins

ISBN: 978-0-9840430-3-3  
Fecha de impresión: 2014  
Número de páginas 344  
Medidas: 16x23 cms. Encuadernación rústica con solapas  
Precio de venta al público: 18 dólares

Al término de una búsqueda espiritual excepcional, Arnaud Desjardins se convirtió en el discípulo de Sri Swami Prajñanpad, un maestro hinduista que suscitó el interés de numerosos universitarios, filósofos y psicólogos.

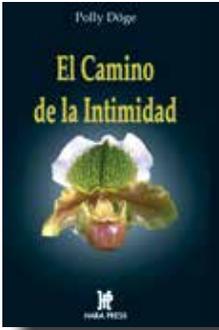
Después de la muerte de su maestro en 1974, Arnaud Desjardins funda su primer centro, Le Bost, donde empieza a transmitir la enseñanza de Swamiji. Los diálogos con sus primeros estudiantes componen el material de los cuatro volúmenes de la serie “En busca del Sí-mismo”, publicados entre 1975 y 1979.

Este primer volumen es la introducción del Adhyatma yoga, tradición a la cual pertenecía Swami Prajñanpad. Arnaud Desjardins presenta en este libro las nociones fundamentales de este yoga centrado en la reunificación del sí-mismo con su esencia íntima, el atman. Alejado de cualquier corriente religiosa, esta práctica consiste en explicar y desactivar los mecanismos del egoísmo que son al centro de nuestras preocupaciones cotidianas.

El autor:

Ver libro anterior.





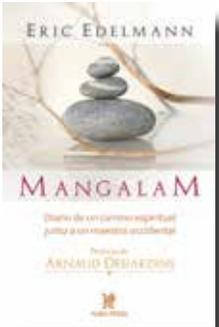
EL CAMINO DE LA INTIMIDAD  
Polly Döge

ISBN 0-9729572-9-4 / 978-0-09729572-9-8  
Fecha de impresión: 2006  
Número de páginas: 96  
Medidas: 16x23 cms.  
Encuadernación rústica con solapas  
Precio de venta al público 13.95 US\$

“El error que consiste en creer que la fuente de la intimidad proviene del exterior de nosotros mismos, nos arrastra a tratar continuamente de aprehender las cosas del mundo y a imaginarnos que, con tal que tuviéramos una relación justa, un buen trabajo, una vivienda apropiada y buena salud, obtendríamos la llave mágica que permitiría abrir la puerta de la plenitud a la que aspiramos todos tan intensamente.” En “El camino de la intimidad”, la novelista Polly Döge nos revela dónde se encuentra la fuente de la verdadera intimidad y cómo esta fuente puede estar a nuestro alcance en cualquier momento con tal que nos mostremos deseosos de aprender. “El camino de la intimidad” nos explica cómo mejorar nuestra relación no sólo con los demás, sino con la tierra, con el ambiente y, sobre todo, con nosotros mismos.

La autora:

Polly Döge, artista, escritora y madre de familia, es un ejemplo vivo del mensaje apasionado de sus obras. Vive en el sur de Alemania.



MANGALAM  
Diario de un camino espiritual junto a un maestro occidental  
Éric Édelmann

ISBN: 978-0-9777899-6-9  
Fecha de impresión 2ª edición: Marzo 2010  
Número de páginas: 240  
Medidas: 15x23 cms.  
Encuadernación rústica con solapas  
Precio de venta al público 17 US\$

Esta obra es el primer testimonio íntimo de un camino emprendido bajo la guía de Arnaud Desjardins. Con la inocencia de un principiante y una inmensa esperanza, pero también lleno de ilusiones sobre la vida espiritual, sobre el mundo y sobre él mismo, Éric Edelmann conoce, a los veintidós años, a quien se convertiría en su maestro.

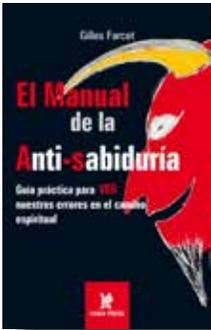
La determinación del candidato a la sabiduría será puesta a dura prueba en esta aventura interior sembrada de obstáculos, pero también iluminada por encuentros maravillosos y sorprendentes, entre los cuales destacan los que sostuvo con el maestro zen Sensei Deshimaru que lo inició a la práctica del zazen, varios grandes rinpoché contemporáneos, la santa india Ma Amritanandamayi y también con el maestro americano Lee Lozowick.

Su vida da un giro el día en el que el destino toma un sesgo inesperado: fundar un ashram en Quebec.

A lo largo de más de treinta años, las entrevistas con Arnaud Desjardins forman la trama de este relato inspirador y lleno de anécdotas. Cada máscara arrancada es la promesa de un nuevo desafío.

El autor:

Éric Edelmann, doctor en filosofía, nacido en Francia en 1952, ha publicado varios libros, entre los que se cuenta, traducido al español, Jesús hablaba arameo, (Urano). Casado y padre de dos hijos, está al frente de Mangalam, el ashram de Arnaud Desjardins en el Quebec.



EL MANUAL DE LA ANTI-SABIDURÍA  
Gilles Farcet

ISBN 0-9777899-1-8 / 978-0-9777899-1-7  
Fecha de impresión: 2006  
Número de páginas: 184  
Medidas: 16x23 cms.  
Encuadernación rústica con solapas  
Precio de venta al público 19.95 US\$

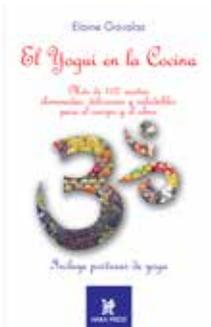
¿Y si el camino espiritual fuera en realidad un infierno sembrado de buenas intenciones?

Este excelente tratado satírico ilustra las razones de los fracasos que podemos encontrar en un camino espiritual. Tiene por fundamento las enseñanzas de Arnaud Desjardins, del que Gilles Farcet es un cercano colaborador.

El autor nos alerta —con humor, socarronería y candor— de las trampas del camino, de los escollos que pueden desorientar al buscador sincero, sea cristiano, budista, judío o musulmán... o, sencillamente, laico.

El autor:

Nacido en Francia, en 1959, Gilles Farcet tiene un doctorado en Literatura de la Universidad de Lyon. Periodista, editor y productor radiofónico de la radio nacional francesa de la cadena France Culture, es el autor de quince libros, algunos de ellos escritos en colaboración con escritores como Alejandro Jodorowsky, Arnaud Desjardins y Stephen Jourdain. Centenares de sus artículos y entrevistas han sido publicados en el mundo. Gilles es estudiante de Arnaud Desjardins —probablemente el más respectado y influyente maestro espiritual de este siglo en el mundo de lengua francesa— desde 1982. El camino que enseña se reconoce en la tradición Vedanta y es el de la integración de la práctica y perspectiva espiritual en el contexto de la vida ordinaria de cada día.



EL YOGUI EN LA COCINA  
Elaine Gavalas

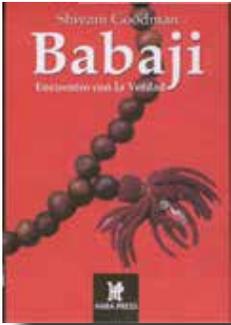
ISBN 0-9729572-9-4 / 978-0-9777899-0-0  
Fecha de impresión: 2006  
Número de páginas: 312  
Medidas: 16x23 cms.  
Encuadernación rústica con solapas  
Precio de venta al público 22.95 US\$

El yoga no sólo es ejercicio físico, sino también una forma de vida más sana. De la instructora de yoga y nutricionista Elaine Gavalas llega, para los amantes de esta disciplina, una guía completa de cocina y de bien comer. “El yogui en la cocina” ofrece toda una gama de recetas con las que culminar la práctica del yoga. Este extraordinario libro asesora sobre cómo adaptar la dieta al dosha (tipo de mente y cuerpo) de cada quién; cómo llenar la despensa de alimentos nutritivos y cómo prepararlos para disfrutar en todo momento de un menú cuidado, además de delicioso. Incluye un capítulo sobre posturas de yoga para una buena digestión, ¡que se podrán practicar mientras se cocina!

La parte central de este libro está constituida por más de un centenar de sabrosas recetas que nutren sea el cuerpo, que la mente y el alma. Con tentadoras propuestas como los Rollos Buda, la Sopa arco iris al estilo gazpacho, la Ensalada de girasol o la Pasta con verduras asadas y queso de cabra, Gavalas demuestra que una dieta sana y cuidada hace que la práctica del yoga —y el momento de la comida— sean de lo más placentero.

La autora:

Elaine Gavalas, M.A., M.S., que vive en Nueva York, es instructora de yoga, fisióloga del ejercicio, nutricionista y especialista en técnica de control de peso.



BABAJI  
Encuentro con la Verdad  
Shivani Goodman

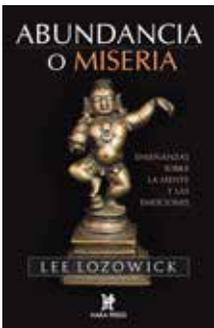
ISBN: 0-9729572-2-7 / 978-0-9729572-4-3  
Fecha de impresión: 2004  
Número de páginas: 152  
Medidas: 16x23 cms.  
Encuadernación rústica con solapas  
Precio de venta al público 16.95 US\$

Entre 1978 y 1984, la doctora en educación y psicología Shivani Goodman-Moussaieff realizó varias visitas en la India a Babaji Mahavatar, de cuya existencia se enteró leyendo Autobiografía de un yogui de Paramahansa Yogananda. "Babaji" es el relato de los encuentros extraordinarios que tuvo con este maestro. La lectura de este libro es apasionante.

La autora:

La Dra. Goodman, fallecida en 2003, tenía seminarios sobre la salud enseñando a la gente como curar sus cuerpos, prevenir enfermedades y vivir una vida plena.

Shivani Goodman era una educadora, una psicóloga y una sanadora con más de 30 años de experiencia. Recibió su doctorado en educación familiar y comunidades en la Universidad de Columbia y fue durante muchos años directora del Departamento de Psicología de la Universidad Internacional de Estudios Profesionales de California.



ABUNDANCIA O MISERIA  
Enseñanzas sobre la mente y las emociones  
Lee Lozowick

ISBN: 978-0-9777899-9-3  
Fecha de impresión: 2010  
Número de páginas: 184  
Medidas: 15x23 cms.  
Encuadernación rústica con solapas  
Precio de venta al público 16.95 US\$

El libro se enfoca en cuestiones fundamentales relacionadas con el sufrimiento humano: la mente que no "Conoce al Sí Mismo" y las emociones que crean un desequilibrio aterrador que conduce a la depresión y a la infelicidad. El autor, Lee Lozowick detalla el funcionamiento de la mente, del ego, de los sentimientos y de las emociones, con humor y sabiduría.

La genuina honestidad con uno mismo, fruto de una práctica atenta a la auto-observación, es la clave para romper el ciclo de engaños, propio de la mente. Sin domesticar ni entrenar la mente y las emociones, los hombres y mujeres —aunque bien intencionados— continuarán sufriendo los "altibajos" de la vida, siempre abofeteados por sus extremos: la abundancia o la miseria.

Lee Lozowick dice che: "Este libro es un intento de poner en contexto la mente y las emociones; de expresar enérgicamente la necesidad, en cualquier situación, de establecer el contexto según el cual nosotros somos los amos y no ellas".

El autor:

Lee Lozowick (1943 -2010) es un maestro espiritual norteamericano que ha enseñado a miles de personas en Estados Unidos, Europa e India desde 1975. Es el hijo espiritual del santo pordiosero Yogi Ramsuratkumar. Lee ha escrito más de diecisiete libros incluyendo: "Paternidad Consciente" (Hara Press, 2001), "La alquimia de la transformación" (Gaia Ediciones, 1996) y "The Alchemy of Love and Sex" [La alquimia del amor y del sexo] (Hohm Press, 1995). Ha sido traducido y publicado al francés, alemán, español, portugués y otros idiomas. Lee es también poeta, compositor de canciones y cantante de un grupo de blues norteamericano, SHRI, y de una banda de rock europea, The Lee Lozowick Project [El proyecto de Lee Lozowick]. Vivió en el norte de Arizona.





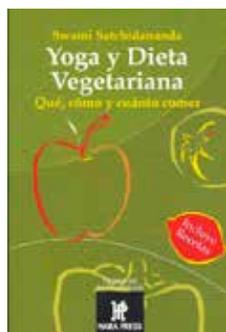
**PATERNIDAD CONSCIENTE**  
Lee Lozowick

ISBN: 968-860-580-1 / 978-9688605806  
Fecha de impresión: 2001  
Número de páginas: 272  
Medidas: 16x23 cms.  
Encuadernación rústica con solapas  
Precio de venta al público 14.95 US\$

Este libro está dedicado a todos los padres que se preocupan por la felicidad presente y futura de sus hijos. Un adulto feliz es ante todo el resultado de una infancia feliz. Los padres tienen que vigilar con mucha atención y consciencia todos sus actos y sus palabras con referencia a sus hijos en cuanto estos tienen impactos inesperados en la psique del niño. Lo que distingue este libro de los muchos que han sido escritos sobre el tema, es que el autor —en cuanto maestro espiritual—, se preocupa no sólo de los aspectos de cuidado y de la crianza de los hijos, sino que también examina los aspectos relativos a su desarrollo en cuanto ser humano feliz. Embarazo, lactancia, parto, límites, el papel del padre, la hora de ir a la cama, los berrinches, las peleas con los amigos, el abuso, la televisión, la escuela, ... son algunos de los temas que Lee Lozowick trata aquí, utilizando muchos casos concretos y dando ejemplos prácticos.

**El autor:**

Lee Lozowick (1943 -2010) es un maestro espiritual norteamericano que ha enseñado a miles de personas en Estados Unidos, Europa e India desde 1975. Es el hijo espiritual del santo pordiosero Yogi Ramsuratkumar. Lee ha escrito más de diecisiete libros incluyendo: "Abundancia o miseria" (Hara Press, 2010), "La alquimia de la transformación" (Gaia Ediciones, 1996) y "The Alchemy of Love and Sex" [La alquimia del amor y del sexo] (Hohm Press, 1995). Ha sido traducido y publicado al francés, alemán, español, portugués y otros idiomas. Lee es también poeta, compositor de canciones y cantante de un grupo de blues norteamericano, SHRI, y de una banda de rock europea, The Lee Lozowick Project [El proyecto de Lee Lozowick]. Vivió en el norte de Arizona.



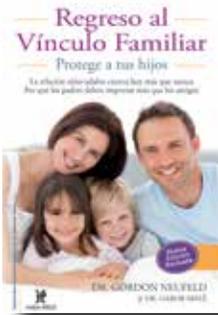
**YOGA Y DIETA VEGETARIANA**  
Qué, cómo y cuánto comer  
Swami Satchidananda

ISBN: 0-9729572-5-1 / 978-0-9729572-5-0  
Fecha de impresión: 2005  
Número de páginas: 152  
Medidas: 16x23 cms.  
Encuadernación rústica con solapas  
Precio de venta al público 16.95 US\$

Este libro contesta todas las preguntas que de ordinario se le pueden ocurrir a una persona que se interese en llevar una vida sana. Basándose en los principios de la dieta vegetariana, toca temas como reducción del peso o la adicción a los cigarrillos. Presenta remedios muy eficaces contra molestias como dolores de garganta, artritis y reumatismos, entre otros. Para mayor facilidad del lector, el libro propone recetas y tablas de menús semanales.

**El autor:**

Swami Satchidananda (1914-2002) ha sido uno de los grandes maestros de yoga de nuestro tiempo. Vegetariano desde su nacimiento y firme creyente en la ahimsa (la no violencia en pensamiento, palabra y obra), fue un ejemplo de la meta del yoga, a saber, vivir una vida sosegada, apacible y útil. En su ashram de Virginia, Yogaville, se siguen graduando cada año cientos de profesores de hatha yoga.



## REGRESO AL VÍNCULO FAMILIAR

La relación niño-adulto cuenta hoy más que nunca  
Dr. Gordon Neufeld y Dr- Gabor Maté

ISBN: 978-0-9777899-5-5

Fecha de impresión 2ª edición: 2010

Número de páginas: 360

Medidas: 15x23 cms.

Encuadernación rústica con solapas

Precio de venta al público 24.95 US\$

“Regreso al vínculo familiar” trata de la importancia fundamental de la relación que une los niños a las personas que se encargan de ellos y del terrible impacto que genera, en nuestra sociedad, la competencia a esta relación representada por la orientación a los compañeros. Éste es más que un libro acerca de la orientación a los pares: trata acerca de ejercer el rol de padre teniendo en mente la importancia de la relación, del vínculo. El libro devuelve a los padres su instinto natural, obstaculizado por técnicas como los tiempos de punición o la utilización de lo que más importa a los niños en contra de ellos. Ofrece estrategias efectivas para preservar y restaurar la relación padres-hijos y propone una alternativa natural a los métodos coercitivo de control de comportamiento.

El contenido es dirigido a padres con hijos de toda edad. A menudo los lectores han comentado que hubieran podido ahorrarse mucha severidad y confusión si hubiesen podido acceder a la información contenida en este libro desde el comienzo de su paternidad.

“Regreso al vínculo familiar” ha sido publicado por primera vez en Canadá en 2004 y, en pocas semanas, se ha vuelto un best seller. Está disponible actualmente en Estados Unidos y ha sido traducido al francés, alemán, español, hebreo, portugués, coreano, italiano y sueco.

El libro ha recibido una acogida impresionante por parte de la revista Publishers Weekly, ha sido entre los más vendidos de Amazon.ca en la categoría no ficción, recibió la aclamación de los lectores y el entusiástico apoyo por parte del mundo profesional y de famosos autores norteamericanos. Ha sido galardonado con 5 estrellas por parte de Amazon.ca y amazon.com. Por la cálida acogida que ha tenido este libro, podemos decir que el mensaje a favor del vínculo, de la relación, ha sido como agua para corazones sedientos.

Los autores:

El Dr. Gordon Neufeld ejerce como psicólogo clínico privado en Vancouver, Columbia Británica (Canadá), y ha pasado gran parte de su vida profesional ideando teorías para entender el desarrollo infantil. Es conocido por su labor en torno a la agresividad y a la violencia en niños y jóvenes. Se presenta con regularidad en radio y televisión, tanto en Vancouver como a nivel internacional. Se puede obtener más información sobre su labor en su sitio web: [www.GordonNeufeld.com](http://www.GordonNeufeld.com)

El Dr. Gabor Maté, canadiense, es médico y autor. Su más reciente libro “When the Body Says No: Understanding the Stress-Disease Connection” [Cuando el cuerpo dice “no”: para entender la conexión estrés-enfermedad] ha sido un best-seller en Canadá y se ha publicado en muchos idiomas. Actualmente trabaja en una clínica para personas sin hogar y escribe un libro sobre la adicción. El Dr. Maté vive en Vancouver, Canadá. Su sitio web es: [www.drgabormate.com](http://www.drgabormate.com)



AUTO OBSERVACIÓN  
El despertar de la Consciencia  
Manual del usuario  
Red Hawk

ISBN: 978-0-9840430-5-7  
Fecha de impresión: 2016  
Número de páginas: 232  
Medidas: 13,5 x21 cms.  
Encuadernación rústica con solapas  
Precio de venta al público 16 US\$

“Conócete a ti mismo” es una de las enseñanzas más antiguas para lograr el Despertar. La auto observación es el medio para alcanzar dicho estado.

“Desde que me incorporé a los grupos Gurdjieff en París, hace más de sesenta años, siendo aún un joven, he leído, en francés y en inglés, muchos libros sobre la auto observación, la consciencia de sí mismo y el recuerdo de sí. Fue para mí una grata sorpresa descubrir en el libro de Red Hawk ideas importantes que no había encontrado en ningún otro lado, o al menos, no tan convincentemente expresadas. Muchos libros espirituales son interesantes, pocos son de verdadera ayuda. Este es en verdad valioso.”

– Arnaud Desjardins, eminente maestro espiritual francés; autor de numerosos libros, incluyendo L’audace de vivre (Editions de la Table Ronde) y Una vida feliz, un amor feliz (Hara Press). Estudió con Madame Jeanne de Salzmán desde 1950 hasta 1965.

“La auto observación es un aspecto fundamental de la práctica del Cuarto Camino que amerita la enfocada atención que recibe en este hermoso y conciso libro de fácil lectura. Red Hawk escribe sobre la auto observación con la inequívoca voz de la autoridad espontánea, la cual está disponible solo a través de una larga y profunda experiencia, persistente y productiva. Tanto practicantes experimentados en la auto observación y en otras formas de meditación, como neófitos a la rigurosa auto exploración, encontrarán un alimento rico en esta única contribución a la literatura del Cuarto Camino. Esta obra ofrece inspiración y una excelente dirección práctica. Lo recomiendo ampliamente.”

– Robert A. Schmidt, Ph.D., director espiritual, Centro de Meditación Tayu; editor, Archaeologies of Sexuality.

“Red Hawk dice aquí la verdad. Él habla tan elocuentemente del proceso del despertar y del poder de la auto observación que yo quisiera haber tenido este libro cuando comencé a trabajar con grupos. No hay mejor disertación del tema en el mercado editorial, sigan sus indicaciones y tendrán éxito.”

–E.J. Gold, artista; autor, American book of the Dead, y muchos libros más.

El autor:

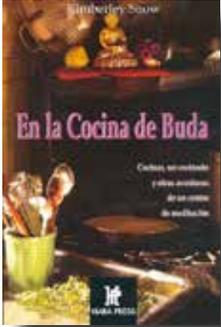
La Universidad de Princeton ha nombrado a Red Hawk como Hodder Fellow, título otorgado anualmente a artistas de excepcional talento tanto escritores como no literatos, y actualmente enseña en la Universidad de Arkansas en Monticello.

Ha escrito Journey of the Medicine Man (August House); The Sioux Dog Dance (Cleveland State University); The Way of Power (Hohm Press, 1996); The Art of Dying (Hohm Press, 1999) y Wreckage with a Beating Heart (Hohm Press, 2005). También ha publicado en revistas como The Atlantic, Poetry y Kenyon Review.

Red Hawk ha impartido conferencias con Allen Ginsberg (1994), Rita Dove (1995), Miller Williams (1996), Tess Gallagher (1996), y Coleman Barks (2005), y ha dado más de setenta lecturas en Estados Unidos.

El autor está disponible para lecturas, conferencias y talleres. Se le puede contactar a la dirección: 824 N. Hyatt, Monticello, AR, 71655; o por correo electrónico en: moorer@uamont.edu





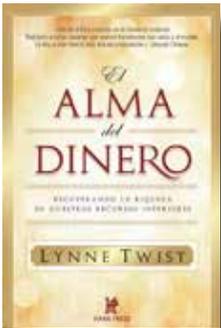
EN LA COCINA DE BUDA  
Kimberley Snow

ISBN: 0-9729572-6-X / 978-0-9729572-6-7  
Fecha de impresión: 2005  
Número de páginas: 176  
Medidas: 16x23 cms.  
Encuadernación rústica con solapas  
Precio de venta al público 16 US\$

Kimberley Snow nos ofrece un relato irreverentemente divertido y honesto de su aventura como cocinera en un centro de retiro budista-tibetano. Con su realista sensibilidad y agudo sentido del humor, la autora nos muestra este mundo en una luz exenta de preciosismos, al tiempo que expresa con el corazón la integridad del trabajo espiritual que se lleva entre manos. Salimos de la visita a este exótico reino tras haberlo encontrado extraordinaria y sorprendentemente familiar. Las neurosis, obsesiones y preocupaciones expuestas por Snow -las que se refieren a ella misma y a sus compañeros- son el cebo para el descubrimiento de la gracia inherente a la vida tal cual es.

La autora:

Kimberley Snow es cofundadora del Programa de Estudios Femeninos de la Universidad de California en Santa Bárbara. Es autora de "Writing Yourself Home" [Escribiendote a casa] y "Keys to the Open Gate" [Llaves del portón abierto]. En 1991 se trasladó con su esposo, el poeta Barry Spacks, a una comunidad budista-tibetana del norte de California, donde vivieron durante seis años. Ahora se dedica a viajar y dirige seminarios de lectura y redacción sobre la elección de la paz. Conferenciante huésped de la Universidad de California en Santa Bárbara sobre redacción y las mujeres en la literatura, pasa el tiempo entre Santa Bárbara y el norte de California.



EL ALMA DEL DINERO  
"Recuperando la riqueza de nuestros recursos interiores"  
Lynne Twist

ISBN 978-0-9840430-1-9  
Fecha de impresión: 2014  
Páginas: 360  
Medidas: 16x23 cms.  
Encuadernación rústica con solapas  
Precio de venta al público 20.00 US\$

Lynne Twist nos lleva a un viaje de sabiduría e inspiración que explora la conexión entre el dinero y el cumplimiento de una vida plena. Este libro, apasionante y fundamentalmente liberador, nos muestra cómo al examinar nuestras actitudes hacia el dinero —al ganarlo, al gastarlo y al repartirlo— podemos descubrir sorprendentes revelaciones acerca de nuestra vida, nuestros valores y la esencia de la prosperidad. A través de relatos personales y consejos prácticos, la activista Lynne Twist nos explica cómo podemos reemplazar los sentimientos de escasez, culpabilidad y agobio por experiencias de abundancia, libertad y propósito. Twist nos proporciona una visión crítica y honesta del extraordinario poder que el dinero tiene en nuestras vidas y su profunda, y a menudo destructiva, influencia en la conformación de nuestra imagen y relaciones. Dentro de una sociedad de consumo en la que se glorifica la publicidad, la venta, y el insaciable apetito de poseer más como una medida de auto-valoración, "El alma del dinero" nos invita a dar un paso atrás, examinar la relación que tenemos con el dinero, evaluar nuestra conexión con los valores humanos esenciales, realizar un cambio en esta relación, y al hacerlo, transformar nuestras vidas.

La autora:

Lynne Twist es una activista veterana y experta en recaudación de fondos a nivel mundial. Desde hace más de cuarenta años es reconocida como una de las personas que más visión tiene para erradicar la pobreza y el hambre en el mundo. Es paladina de la justicia social y de la cultura para el sustentamiento y la salvaguardia del ambiente. El haber trabajado con Madre Teresa de Calcuta, haber vivido en los campos de refugiados de Etiopía y en la foresta amazónica, la ha llevada a tener una comprensión profunda de la condición social del mundo y le ha dado una visión histórica muy clara del mundo en el que vivimos.

Lynne vive en San Francisco.

Para mayor información visite su página web: [www.soulofmoney.org](http://www.soulofmoney.org)

