

Padres conscientes, hijos felices

Kabat-Zinn, Jon Y Myla

Editorial: Editorial Faro

ISBN: 9788493843243

Páginas: 256

Dimensiones: 15 x 22 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 17,00 €



SINOPSIS

Jon Kabat-Zinn -considerado como el padre del Mindfulness en Occidente- y su mujer Myla, comparten en esta obra su visión de la paternidad como un trabajo interior de los padres. Sus lúcidas aportaciones, basadas en su experiencia como padres y como educadores en la consciencia, constituyen una magnífica guía para orientar a los padres a construir su propio modelo de paternidad.

“Por fin, un manual de inteligencia emocional para padres” Daniel Goleman, autor de Inteligencia Emocional.

“La paternidad consciente es una práctica espiritual profunda... este libro será una guía e inspiración para todos los padres”. Thich Nhat Hanh, autor de Hacia la Paz Interior y El Milagro de Mindfulness.

“La lectura de este libro puede ser un acontecimiento que cambie tu vida” Marian Wright Edelman, Presidenta del Children's Defense Fund

“Este libro puede ayudarnos a convertir las relaciones de nuestra vida en bendiciones cotidianas... Deberían tenerlo todos los padres.” Rachel Naomi Remen, Autora de Historias para Crecer, Recetas para Sanar.

Jon Kabat-Zinn es internacionalmente conocido por su trabajo como científico, escritor y profesor de meditación implicado en difundir la consciencia plena en la medicina convencional y la sociedad. Es Profesor Emérito de la Facultad de Medicina de la Universidad de