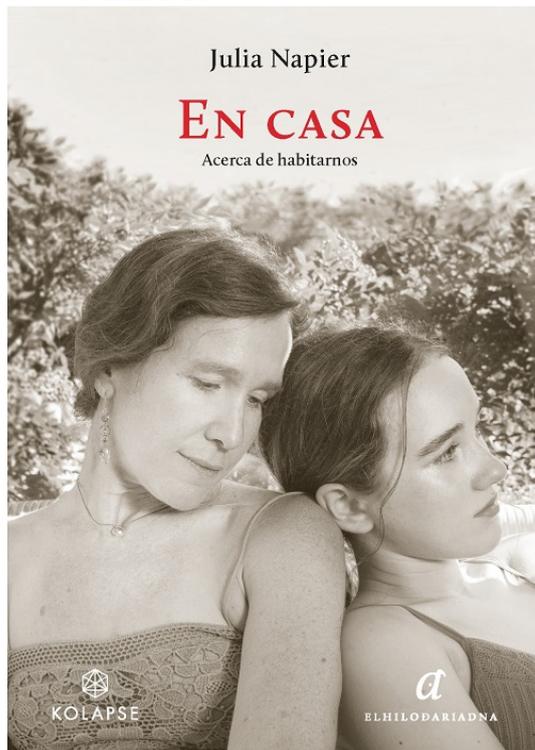


## NOVEDAD



## En casa

Acerca de habitarnos

Julia

Editorial: El hilo de Ariadna

ISBN: 9788419741110

Páginas: 384

Dimensiones: 15,5 x 22 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 22,00 €

## SINOPSIS

En esta colección sentida de ensayos personales, Julia Napier, autora de *En la práctica*, explora la experiencia de estar en casa en la vida que nos toca. Desde el lente de las prácticas contemplativas del yoga y la meditación, este libro ahonda en los vínculos, el cuerpo, la familia y la experiencia femenina. Con humor y honestidad, *En casa* nos invita a vivir plenamente y a despertar a la realidad que nos convoca. “Astutos, sugestivos y sabios, los ensayos de *En casa* son tan hospitalarios como impactantes. Repleta de sorpresas, su prosa posee el don poco común de la auténtica intimidad. Leer este libro es como hacerte una amiga nueva, la mejor experiencia que nos puede ofrecer la lectura”.

—Mark Epstein, MD, autor de *Pensamientos sin pensador* y *El trauma de la vida cotidiana* “*En casa* cautiva desde la primera línea. Escrito con honestidad y ternura, humor y humildad, Julia Napier realza la vulnerabilidad y sabiduría que mujeres en todo el mundo atraviesan y cultivan. A través de reflexiones sobre su experiencia como practicante de yoga, madre, hija y esposa (y alguien en busca de sentido), Napier demuestra cómo el acto de llegar al hogar de quienes somos verdaderamente puede ser ...