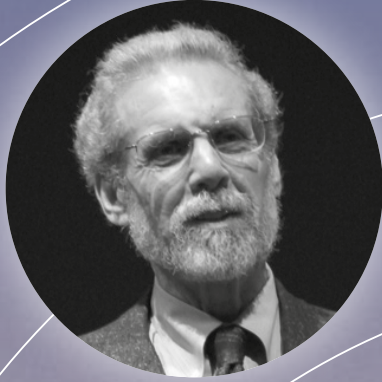


NOVEDADES KAIRÓS



ENERO – JUNIO

2024

Kairós

Las Cuatro Artes

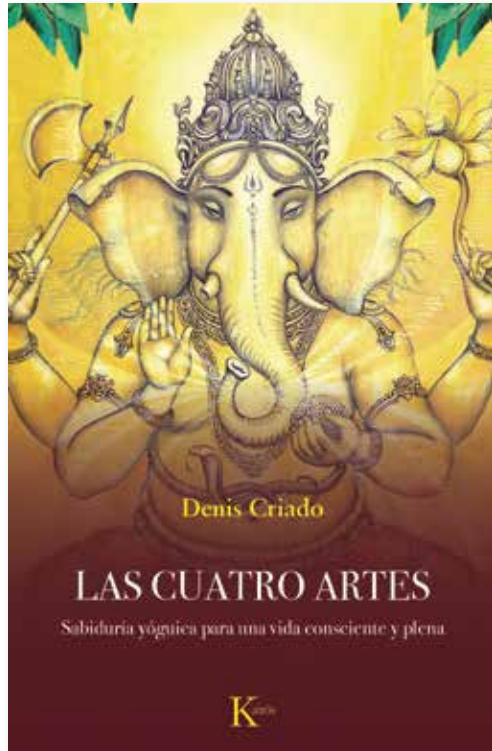
Sabiduría yóguica para una vida consciente y plena

Denis Criado

enero 2024
1ª quincena

Argumentos de venta

1. Denis Criado es un instructor de yoga muy activo y reconocido.
2. Sus anteriores libros en Kairós han funcionado muy bien.
3. Ofrece la sabiduría ancestral hindú en lenguaje claro y asequible.
4. Avalado por Ken Wilber.



ISBN: 978-84-1121-228-1 | BISAC: OCC00000
13 x 20 cm | 144 págs. | PVP: 15€ | Precio sin IVA: 14,42€
SUGERENCIA DE UBICACIÓN: Yoga – Espiritualidad



9 788411 212281



Denis Criado es profesor de yoga y meditación. Durante quince años pasó largas estancias en *ashrams* de Estados Unidos e India, recibiendo en 2011 la transmisión en el linaje de Paramahansa Yogananda. Es Doctor en Estudios de la consciencia (San Francisco) y graduado en Teología oriental por la Universidad de Cambridge (Inglaterra). Actualmente, imparte cursos y retiros. Es autor de *Cuerpo consciente* y *Danza del amor*.

Todos deseamos alcanzar la felicidad y la plenitud de la vida, pero según la tradición india del Yoga, la sociedad nos condiciona para que la busquemos fuera de nosotros, generando una vida de ansiedad y malos hábitos. Denis Criado nos recuerda que la felicidad y la plenitud no dependen de personas u objetos externos, sino de la relación sabia que tengamos con nosotros mismos para sentirnos ecuanímenes, seguros y conectados con el mundo.

En *Las Cuatro Artes* se ofrecen prácticas yóguicas ancestrales –más allá de la esterilla– para dejar atrás los pensamientos, sentimientos y hábitos que nos hacen sufrir. El autor revela que el despertar de la consciencia puede conducirnos a una vida con mayor propósito y liberarnos de las heridas del pasado. Así entendido, desarrollar un estilo de vida consciente y holístico permite aumentar la vitalidad, mejorar la salud, cultivar relaciones sanas y, de este modo, alcanzar nuestro máximo potencial.

«Este es un libro maravilloso, y doy mi más alta recomendación.»

— KEN WILBER

TÍTULOS RELACIONADOS



9 788499 889801



9 788499 888095



9 788472 456556



9 788499 886794

Dignidad

Guía para una vida plena

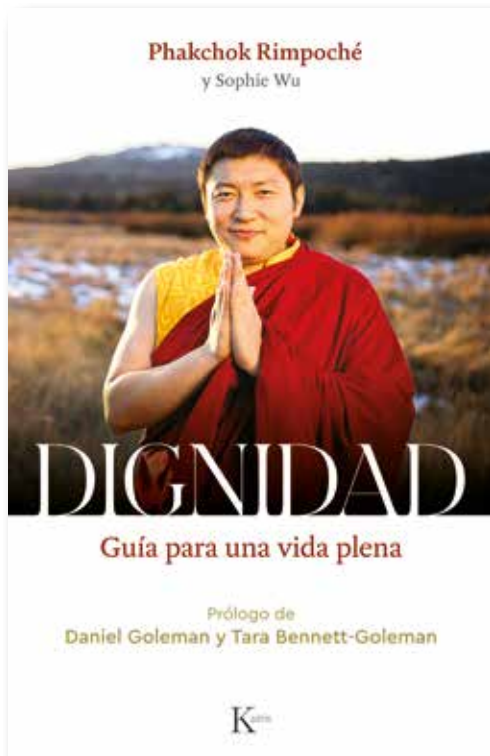
Phakchok Rimpoché | Sophie Wu

Prólogo de Daniel Goleman y Tara Bennett-Goleman

enero 2024
1ª quincena

Argumentos de venta

1. Su estilo de enseñanza es único, dinámico y cautivador.
2. Considerado uno de los jóvenes lamas más activos y admirados.
3. El libro es una mina de reflexiones y consejos prácticos.
4. Respaldado por Tara Bennett y Daniel Goleman.



ISBN: 978-84-1121-230-4 | BISAC: REL007050
13 x 20 cm | 312 págs. | PVP: 19,50€ | Precio sin IVA: 18,75€
SUGERENCIA DE UBICACIÓN: Budismo - Espiritualidad



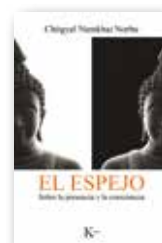
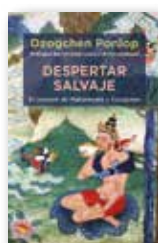
Phakchok Rimpoché es un maestro del budismo tibetano muy aclamado y querido. Nacido en Nepal, fue reconocido como maestro reencarnado con un solo año de edad. Tras recibir una educación formal y entrenamiento en filosofía y meditación budista, Phakchok Rimpoché viaja por todo el mundo ofreciendo sus enseñanzas. Con una aguda comprensión de nuestra cultura global contemporánea, demuestra la relevancia de las antiguas prácticas meditativas en nuestro tiempo.

La importancia de la dignidad en la búsqueda de una vida significativa y plena no puede ser subestimada, especialmente en el contexto actual de incertidumbre, baja autoestima y la sensación de estar atrapados por la ansiedad o la insatisfacción (incluso en el éxito). Phakchok Rimpoché nos sumerge en la tradición de sabiduría del budismo tibetano para ofrecer un enfoque fresco e innovador y mostrarnos cómo cultivar una dignidad auténtica y sólida.

Desde la perspectiva budista, la dignidad es una cualidad inherente a nuestra naturaleza pura y corazón noble. A lo largo de este libro, Phakchok Rimpoché nos enseña cómo reconocer que ya somos seres completos y enteros.

Con una dignidad auténtica podemos afrontar cualquier circunstancia con confianza, claridad y compasión. A través de reflexiones, ejemplos y simples meditaciones, *Dignidad* pone a nuestra disposición todas las herramientas necesarias para encarnar plenamente nuestra dignidad fundamental.

TÍTULOS RELACIONADOS



El coraje de ser

La aventura del autoconocimiento filosófico

Mónica Cavallé

enero 2024
2ª quincena



ISBN: 978-84-1121-231-1 | BISAC: PHI000000
13 x 20 cm | 400 págs. | PVP: 20€ | Precio sin IVA: 19,23€
SUGERENCIA DE UBICACIÓN: Filosofía – Espiritualidad





Mónica Cavallé es doctora en Filosofía por la Universidad Complutense de Madrid y máster en Ciencias de las Religiones. Ha sido profesora de Filosofía Práctica y durante varios años ha coordinado en la Universidad Complutense de Madrid los seminarios de Introducción Filosófica al Hinduismo y al Budismo. Trabaja como filósofa asesora. Entre sus obras destacan *La sabiduría recobrada*, *El arte de ser* y *La sabiduría de la no-dualidad*.

Todos experimentamos momentos de plenitud vinculados a la expresión directa y auténtica de nosotros mismos: momentos de contemplación de la belleza del mundo en que nuestros sentidos se abren como si vieran el mundo por primera vez, destellos de intimidad y comunión con otro ser humano, de fluidez creativa, de expresión confiada y libre... Estos momentos permiten intuir lo que puede ser una vida en la que no meramente se existe, sino en la que se vive en todo el sentido de esta palabra.

Esta vida solo es posible cuando sabemos quiénes somos, cuando nos conocemos a nosotros mismos de modo experiencial: no cuando nos llenamos de ideas sobre nosotros, sino cuando nos asentamos en nuestro ser real, más allá de nuestras defensas, máscaras y falsos yo.

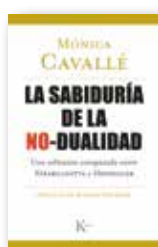
Este libro es una invitación a adentrarnos de forma práctica en el camino del autoconocimiento sapiencial y, más ampliamente, en la vida filosófica. Busca inspirar y acompañar en la apasionante aventura de desnudarnos, reconocer nuestra vulnerabilidad, para poder vernos y ser llenados. Solo esta desnudez lúcida da paso a una vida creativa y verdadera; una vida que no solo es una bendición para nosotros mismos, sino también para los demás y para el mundo.

enero 2024
2ª quincena

Argumentos de venta

1. Una de las pensadoras más brillantes de la actualidad.
2. Activa en seminarios y cursos de filosofía.
3. Filosofía práctica que se abre a la dimensión más profunda.
4. Sus anteriores libros en Kairós siguen vendiéndose muy bien.

TÍTULOS RELACIONADOS



Quimeras del ego

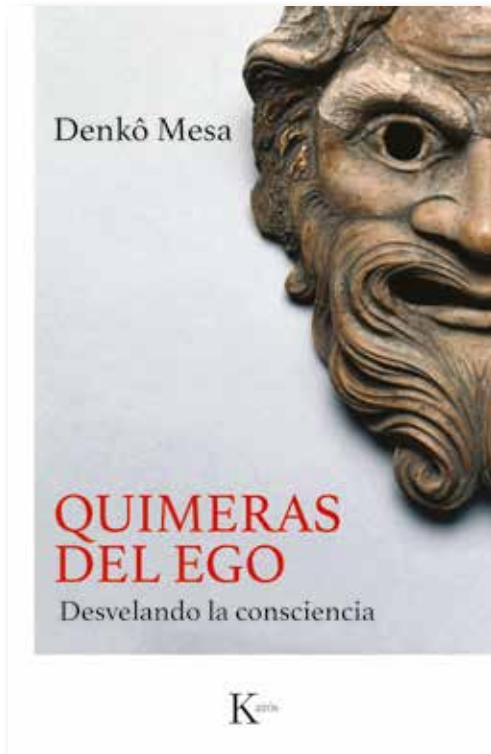
Desvelando la consciencia

Denkô Mesa

febrero 2024
1ª quincena

Argumentos de venta

1. Denkô Mesa es un maestro zen muy conocido.
2. De interés para quienes se asomen a la meditación.
3. Excelente introducción a las enseñanzas principales del budismo.
4. El autor da cursos, conferencias y retiros con frecuencia.



ISBN: 978-84-1121-229-8 | BISAC: PHI025000
13 x 20 cm | 272 págs. | PVP: 17€ | Precio sin IVA: 16,35€
SUGERENCIA DE UBICACIÓN: Zen – Meditación



9 788411 212298



Denkô Mesa es maestro zen, director espiritual de la Comunidad Budista Zen Luz del Dharma, licenciado en Filología Hispánica por la Universidad de La Laguna y profesor del Máster en Mindfulness de la Universidad de Zaragoza. Ha publicado libros como *En los espacios del silencio*, *Zen, entrega y confianza* o *La mirada interior*. Dirige retiros e imparte conferencias y cursos relacionados con las prácticas meditativas.

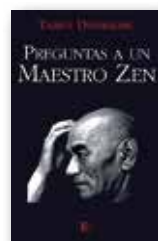
TÍTULOS RELACIONADOS



9 788472 451070



9 788472 451317



9 788472 452466



9 788472 452862

Cosmologías de India

Védica, sāmkhya y budista

Juan Arnau

febrero 2024
1ª quincena



Juan Arnau es astrofísico y doctor en filosofía de la India. Entre sus libros destacan *Antropología del budismo*, *La mente diáfana*, *Historia del pensamiento indio*, *En la mente del mundo* y *Materia que respira luz*. Lleva treinta años estudiando el budismo y el pensamiento hindú. Ha traducido del sánscrito las principales *Upaniṣad* y la *Bhagavadgītā*, así como los textos filosóficos fundamentales del budismo. Actualmente es profesor de filosofía sánscrita en la Universidad Complutense de Madrid.

Argumentos de venta

1. Una obra fundamental para conocer el pensamiento de India.
2. Arnau es uno de los pensadores más reconocidos de la actualidad.
3. Cada vez hay mayor interés en profundizar en las filosofías de Asia.
4. El autor es muy activo en charlas y medios de comunicación.

El universo es un organismo vivo. No tiene leyes, sino hábitos. Esa es la gran intuición de la cosmología budista. A ella se añade otra, que proviene del pensamiento védico y que hereda el *sāmkhya*: la mente no es la conciencia. La naturaleza está hecha de la materia sutil de la mente, una mente extendida, que dialoga constantemente con una conciencia que lo permea todo.

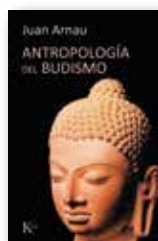
Este libro ofrece un recorrido por tales cosmologías de India. En la época védica, el universo primordial es sonido puro, precursor de la luz. Un mundo que habrá de conocerse a través de la voz de aquellos que han sabido escuchar sus secretos. En el *sāmkhya*, el universo se llena de testigos ocultos a los que la naturaleza trata de complacer. La conciencia, pura y sin contenido, se deja seducir por la naturaleza. Para el budismo, el espacio no se distribuye mediante fuerzas como la gravedad, sino mediante las excentricidades de la vida psíquica.



ISBN: 978-84-1121-234-2 | BISAC: PHI003000
13 x 20 cm | 240 págs. | PVP: 16€ | Precio sin IVA: 15,38€
SUGERENCIA DE UBICACIÓN: Filosofía – Espiritualidad



TÍTULOS RELACIONADOS

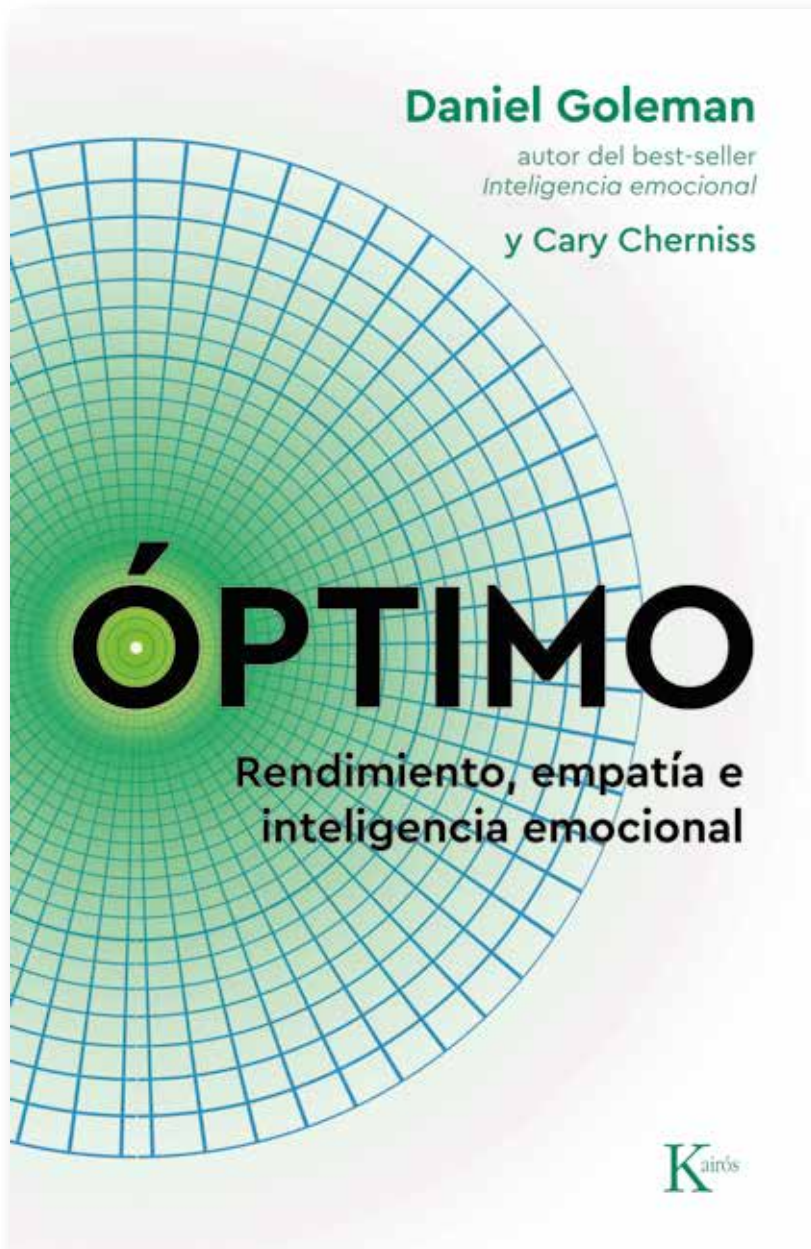


Óptimo

Rendimiento, empatía e inteligencia emocional

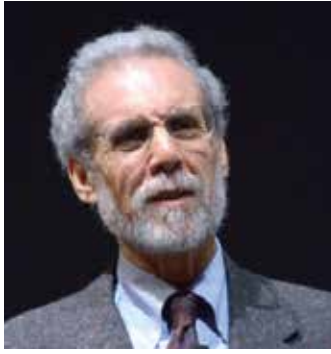
Daniel Goleman y Cary Cherniss

febrero 2024
1ª quincena



ISBN: 978-84-1121-232-8 | BISAC: PSY017000
13 x 20 cm | 320 págs. | PVP: 20€ | Precio sin IVA: 19,23€
SUGERENCIA DE UBICACIÓN: Psicología – Empresa





Daniel Goleman es autor de *Inteligencia emocional*, uno de los best-sellers más longevos y audaces de los últimos años. Doctorado en Harvard, ha escrito sobre ciencias conductuales y cerebrales para el *New York Times* durante doce años. Goleman profundizó en algunos de los conceptos de *Inteligencia emocional* con *La práctica de la inteligencia emocional*, *Inteligencia emocional en el trabajo*, *Focus* o *Inteligencia social*.



Cary Cherniss es director y copresidente del Consorcio para la investigación sobre la inteligencia emocional en organizaciones y profesor emérito de Psicología aplicada en la Universidad de Rutgers. Ha publicado numerosos artículos y libros, entre los que destaca *Inteligencia emocional en el trabajo* (con Daniel Goleman) y *Liderazgo emocional*.

© Nick Romanenko

febrero 2024
1ª quincena

En su bestseller *Inteligencia emocional*, Daniel Goleman revolucionó la forma como concebimos la inteligencia. Ahora, revela métodos prácticos para utilizar estos recursos internos y alcanzar un estado óptimo de alto rendimiento y satisfacción.

Existen momentos en los que alcanzamos el máximo provecho: un deportista juega un partido perfecto, una empresa tiene un trimestre con ganancias únicas... pero estos momentos suelen ser esquivos, y por cada día asombroso, podemos tener cien días normales o insatisfactorios.

En *Óptimo*, Daniel Goleman y Cary Cherniss revelan cómo la inteligencia emocional puede ayudarnos a tener un gran día, todos los días. Explican cómo alcanzar de una manera realista la satisfacción, trabajando de manera constante en un nivel óptimo. Basados en la investigación sobre cómo cientos de personas construyen la arquitectura interna de un buen día productivo, los autores describen de qué manera se siente un estado óptimo y muestran cómo la inteligencia emocional es la clave para nuestro mejor rendimiento personal o laboral.

Óptimo es la culminación de décadas de descubrimientos científicos relacionados con la inteligencia emocional. En este libro, encontrarás las claves para aplicarla de manera efectiva.

Argumentos de venta

1. El autor n.º1 en ventas de la editorial.
2. *Inteligencia emocional* ha vendido más de 5 millones de ejemplares en todo el mundo.
3. Proporciona inteligencia emocional mejorada, refinada y aplicada.
4. De interés tanto para el público general como para el mundo de las organizaciones y de la empresa.

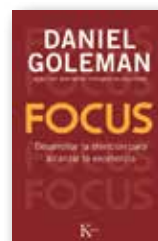
TÍTULOS RELACIONADOS



9 788472 453715



9 788411 211277



9 788499 863052



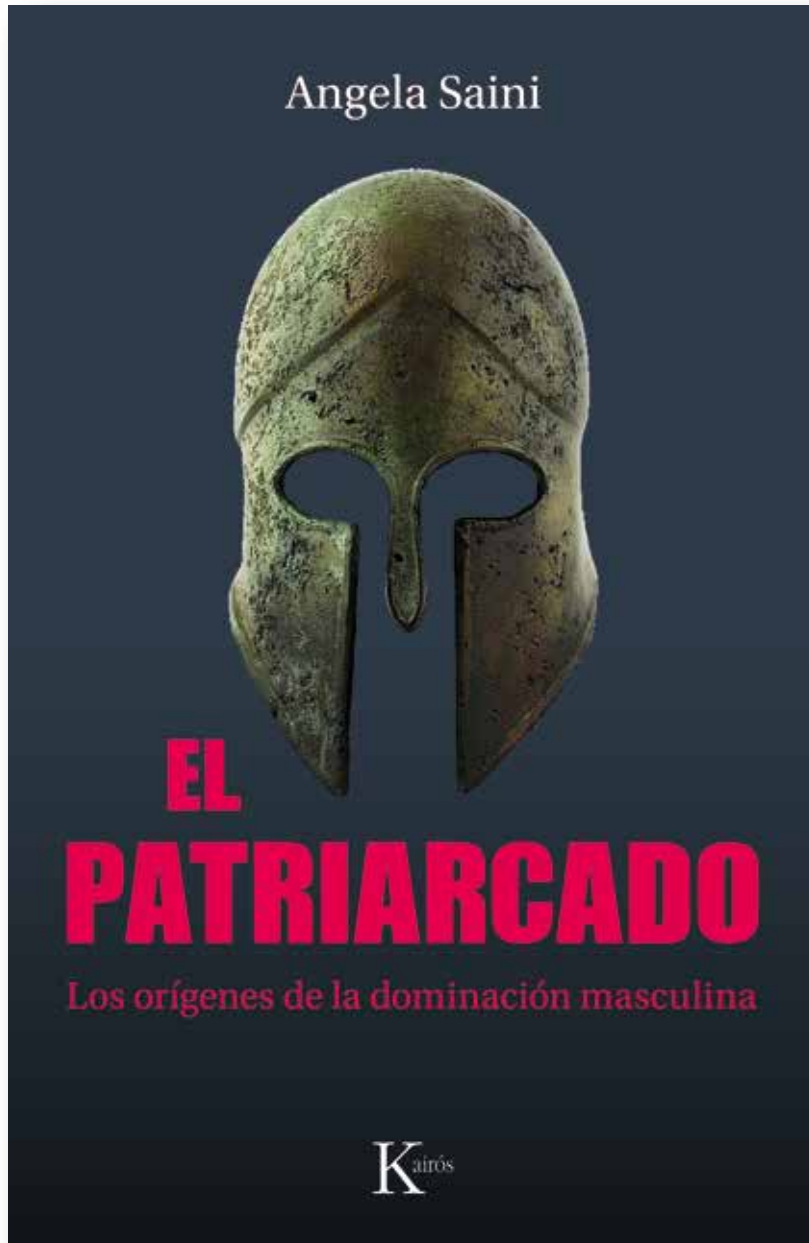
9 788472 455832

El patriarcado

Los orígenes de la dominación masculina

Angela Saini

febrero 2024
2ª quincena



ISBN: 978-84-1121-233-5 | BISAC: SOC010000
13 x 20 cm | 448 págs. | PVP: 22€ | Precio sin IVA: 21,15€
SUGERENCIA DE UBICACIÓN: Ensayo – Género



9 788411 212335



Angela Saini es una periodista científica y presentadora de radio británica muy galardonada. Su anterior libro, *Superior: El retorno del racismo científico*, fue finalista del Premio al Libro del *LA Times* y nombrado libro del año por *Nature*, el *Financial Times* y el programa *Science Friday* de NPR. Su libro *Inferior* ha sido traducido a 14 idiomas.

Durante siglos, las sociedades han tratado la dominación masculina como lo «natural». ¿Y si viéramos, no obstante, la desigualdad de género como algo más frágil que ha tenido que ser constantemente reconstruido y reafirmado?

En este libro audaz y radical, la reconocida periodista científica Angela Saini explora las raíces de lo que llamamos «patriarcado», descubriendo una historia compleja de cómo se incrustó por primera vez en las sociedades y se extendió por todo el mundo desde la Prehistoria hasta el presente. Saini viaja a los asentamientos humanos más antiguos, analiza los últimos hallazgos de la ciencia y la arqueología y rastrea las historias culturales y políticas desde las Américas hasta Asia.

Hace más de un siglo que filósofos, historiadores, antropólogos y feministas han cuestionado lo que significa el patriarcado. En nuestra época, a pesar de la resistencia al sexismo, el abuso y la discriminación, incluso los esfuerzos revolucionarios por lograr la igualdad a menudo han terminado en fracaso. Pero *El patriarcado* es un libro profundamente esperanzador, que revela una multiplicidad de arreglos humanos que socavan las viejas narrativas grandiosas y exponen la supremacía masculina como no más (y no menos) que un elemento en constante cambio en los sistemas de control.

«*El patriarcado... demuestra que las sociedades más igualitarias son posibles y prosperan (históricamente, ahora y en todas partes).*»

— THE GUARDIAN

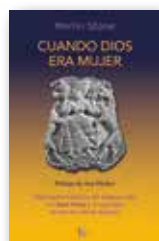
febrero 2024

2ª quincena

Argumentos de venta

1. Una rigurosa investigación histórica y antropológica.
2. Desde los orígenes, hace 7000 años, hasta el impacto del colonialismo.
3. Para los fans de *Sapiens*.
4. Absolutamente esperanzador y de adictiva lectura.

TÍTULOS RELACIONADOS



9 788499 889092



9 788499 888574



9 788499 888484



9 788499 887456

Mano de mujer

Método y arte de la caligrafía japonesa

María Eugenia Manrique



M^a Eugenia Manrique es licenciada en Bellas Artes. Ha estudiado pintura y caligrafía tradicional china en la R.P. China. Ha recibido prestigiosos premios en China y Japón. Imparte clases de pintura oriental y de caligrafía en Barcelona. Es autora de los libros *Pintura Zen: método y arte del Sumi-e*, *Palabras con corazón*, *Arte naturaleza y espiritualidad: evocaciones taoístas*, *Sabiduría de la antigua China: proverbios, cuentos y leyendas del chéng yǔ*.

marzo 2024
1^a quincena

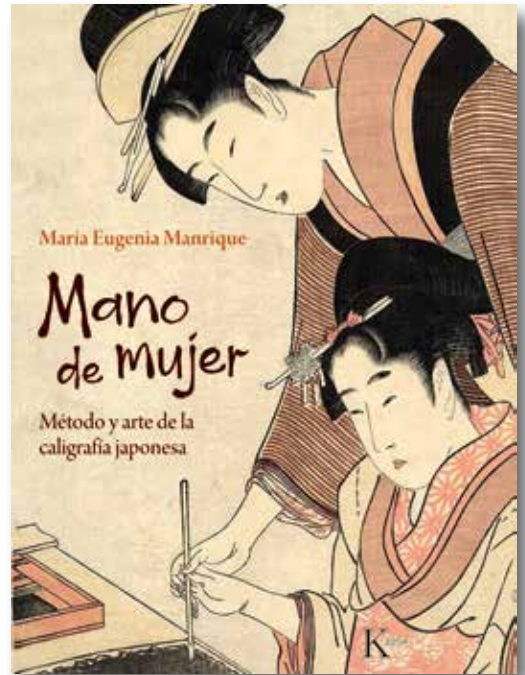
Argumentos de venta

1. Una de las más reconocidas calígrafas que hay en España.
2. El arte de la caligrafía como vía de desarrollo personal.
3. De especial interés para las mujeres.
4. Sus libros anteriores, publicados en Kairós, siguen siendo muy demandados.

El *hiragana* es la escritura creada por las mujeres japonesas durante el período Heian para poder expresarse en su propia voz (cuando se les impidió aprender los *kanji*).

Tras un breve repaso a la fascinante historia del antiguo Japón y el arte de la caligrafía, M^a Eugenia Manrique nos sumerge en el origen de esta escritura caligráfica libre y expresiva, entendida como iniciación al *shodō* o «camino de la escritura»; un arte que se describe como *un medio para cultivar el ser interior*, a través del cual se alcanza un estado meditativo de quietud mental y de encuentro y armonía con nuestro ser interior.

De manera detallada, el libro muestra las indicaciones necesarias para comenzar el aprendizaje del *hiragana* incluyendo los modelos de los 46 *kana* que lo conforman y finalizando con el antiguo poema *iroha*, reflejo del sentir de la impermanencia, en el cual se contienen sin repetición todas las sílabas del *hiragana*.

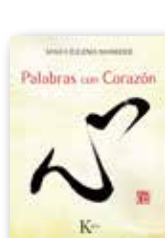


ISBN: 978-84-1121-235-9 | BISAC: ART003000
18,5 x 24,5 cm | 168 págs. | PVP: 19€ | Precio sin IVA: 18,27€
SUGERENCIA DE UBICACIÓN: Arte – Espiritualidad



9 788411 212359

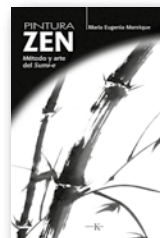
OTROS LIBROS DE LA AUTORA



9 788499 884110



9 788499 886668



9 788472 456211



9 788499 886251

El síndrome de la impostura

Cómo identificarlo y superarlo

Valerie Young

marzo 2024
1ª quincena

Argumentos de venta

1. El libro «clásico» sobre la materia: difundió el concepto del síndrome de la impostura alrededor del mundo.
2. Traducido a numerosos idiomas.
3. Aporta soluciones prácticas.
4. Un síndrome que atañe a todo tipo de mujeres (y hombres).



ISBN: 978-84-1121-238-0 | BISAC: PSY010000
13 x 20 cm | 360 págs. | PVP: 21€ | Precio sin IVA: 20,19€
SUGERENCIA DE UBICACIÓN: Psicología – Ensayo



© Kevin Downey



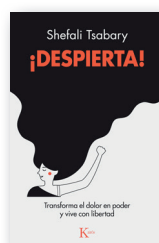
Valerie Young es cofundadora del Instituto del Síndrome de la Impostura. Experta internacionalmente reconocida, ha impartido su programa Repensar el Síndrome del Impostor® a más de medio millón de personas en diversas organizaciones, como Pfizer, Google, NASA, Harvard, Stanford y Oxford. Young obtuvo su doctorado en la Universidad de Massachusetts, Amherst.

«Es solo porque les caigo bien». «Estaba en el lugar correcto en el momento adecuado». «Simplemente trabajé más duro que los demás». Si eres una mujer trabajadora, es probable que este monólogo interno te resulte familiar. Un sorprendente número de mujeres de éxito en todos los ámbitos profesionales se sienten como impostoras en sus propias vidas y carreras.

Si bien el síndrome de la impostura no es exclusivo de las mujeres, estas son más propensas a angustiarse por pequeños errores, a ver incluso las críticas constructivas como evidencia de sus deficiencias y a atribuir sus logros a la suerte en lugar de la habilidad. A menudo, tratan de compensarlo con el perfeccionismo, la sobrepreparación, mantener un perfil bajo o no expresar sus opiniones.

En este libro, Valerie Young ofrece a estas mujeres la solución que han estado buscando. Combinando un análisis perspicaz con consejos efectivos y anécdotas, explica qué es el síndrome de la impostura, por qué los temores a ser un fraude son más comunes en las mujeres y cómo puedes reconocer la forma en que se manifiesta en tu vida.

TÍTULOS RELACIONADOS



Goraḷṣaśataka y Yogabīja

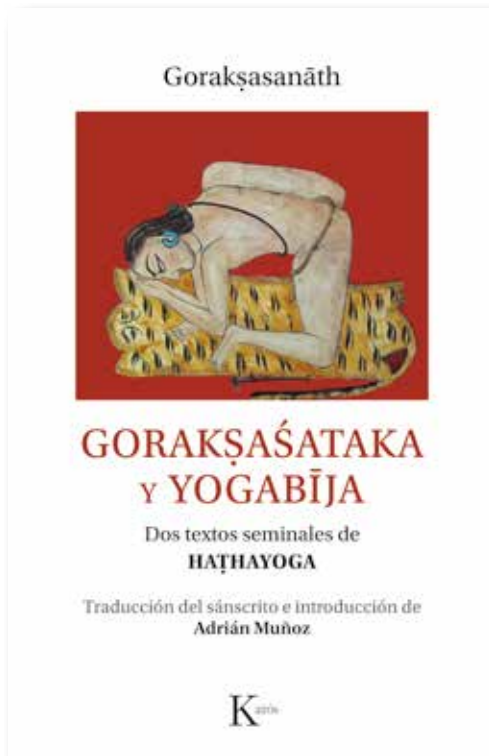
Dos textos seminales de Haṭṡayoga

Goraḷṣasanāth | Traducción del sánscrito e introducción de **Adrián Muñoz**

marzo 2024
2ª quincena

Argumentos de venta

1. Dos textos básicos del yoga traducidos directamente del sánscrito.
2. Muñoz es uno de los más prestigiosos expertos en la cultura yoga.
3. De interés para todos los practicantes e interesados en la espiritualidad hindú.
4. Soberbia introducción para contextualizar el haṭṡayoga.



ISBN: 978-84-1121-236-6 | BISAC: REL032030
13 x 20 cm | 256 págs. | PVP: 18€ | Precio sin IVA: 17,31€
SUGERENCIA DE UBICACIÓN: Yoga – Hinduismo



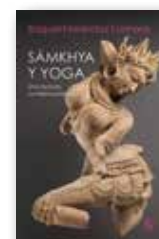
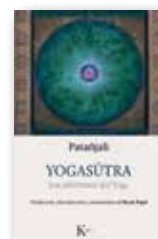
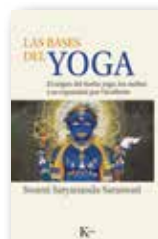
Adrián Muñoz es indólogo, escritor y profesor en el Centro de Estudios de Asia y África de El Colegio de México. Se ha especializado en la historia, la literatura y la cultura del yoga, temas sobre los cuales ha escrito numerosos artículos y libros, como *Radiografía del haṭṡayoga* o la *Historia mínima del yoga*. También es fundador y responsable de Proyecto YoLA®, una iniciativa colectiva que se dedica al estudio de la historia y la evolución del yoga en América Latina.

Hablar de yoga nos lleva irremediablemente a pensar en posturas físicas. También en meditación. Pero, ¿qué relación existe entre una y otra? Y la respiración, ¿qué papel juega? En última instancia: el yoga, ¿busca unir o separar el cuerpo y la mente?

Parecería que la tradición de posturas yóguicas tiene su exponente más importante en el haṭṡayoga, una tradición que se remonta a unos mil años atrás. Sin embargo, entre esa tradición y la práctica contemporánea de yoga existen un sinnúmero de transformaciones que dan cuenta de la gran diversidad que el mundo del yoga siempre ha tenido.

Este volumen presenta por primera vez a un público amplio *Las cien estrofas de Goraḷṣa* (*Goraḷṣaśataka*) y *El germen del yoga* (*Yogabīja*) en traducción directa del sánscrito al español. Acompañados de un estudio muy riguroso, los dos obras servirán de apoyo invaluable para toda persona interesada en las prácticas y enseñanzas de esta fascinante tradición yóguica.

TÍTULOS RELACIONADOS



Historia del yoga

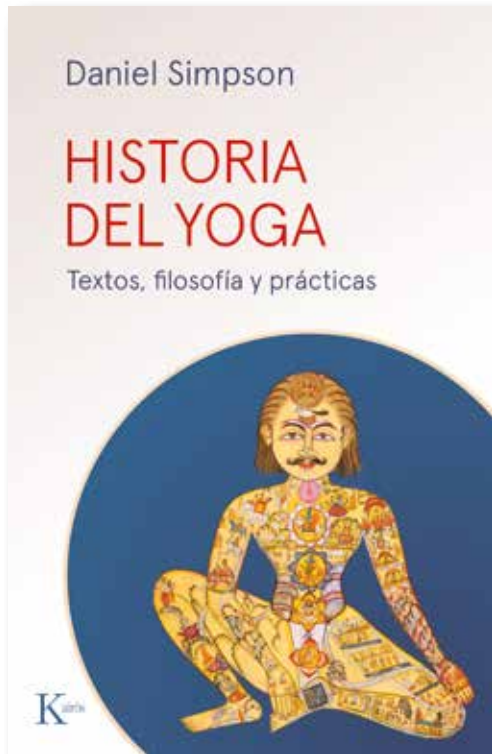
Textos, filosofía y prácticas

Daniel Simpson

mayo 2024
1ª quincena

Argumentos de venta

1. Una historia asequible y rigurosa del yoga.
2. Aborda todos los aspectos y significados.
3. Desmonta estereotipos y mitos acerca del yoga.
4. De interés tanto para practicantes como estudiosos de la espiritualidad.



ISBN: 978-84-1121-242-7 | BISAC: HEA025000
13 x 20 cm | ± 312 págs. | PVP: 20€ | Precio sin IVA: 19,23€
SUGERENCIA DE UBICACIÓN: Espiritualidad – Yoga



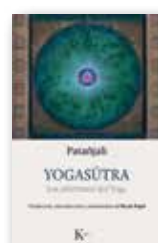
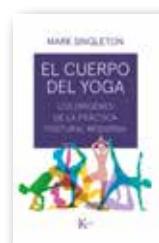
© Richard Coldman

Daniel Simpson imparte clases en el Centro de Estudios Hindúes de Oxford, en programas de formación de profesores en todo el Reino Unido y en Triyoga en Londres. Es egresado de la Universidad de Cambridge y posee una maestría de la Universidad de Londres SOAS.

Gran parte de lo que se dice sobre el yoga es engañoso. Tomemos dos ejemplos: no tiene cinco mil años de antigüedad, como comúnmente se afirma, ni significa exclusivamente «unión». En el que es quizá el texto más famoso, los *Yoga Sutras* de Patañjali, el objetivo es la separación, aislar la conciencia de todo lo demás. Y la evidencia más temprana de la práctica se remonta a unos dos mil quinientos años. Los estudiosos hoy conocen mucho más sobre la historia del yoga, pero su investigación puede ser difícil de consultar y suele estar dirigida más a especialistas que a lectores generales.

Historia del yoga ofrece una visión panorámica de la evolución del yoga desde sus orígenes más antiguos hasta el presente, de forma asequible a todo tipo de lectores. Se puede leer de manera cronológica o utilizarse como guía de referencia para la historia y la filosofía. Cada sección breve aborda un elemento, citando textos tradicionales y poniendo sus enseñanzas en contexto. La intención es mantener las cosas claras sin simplificar en exceso.

TÍTULOS RELACIONADOS



Conocimiento sagrado

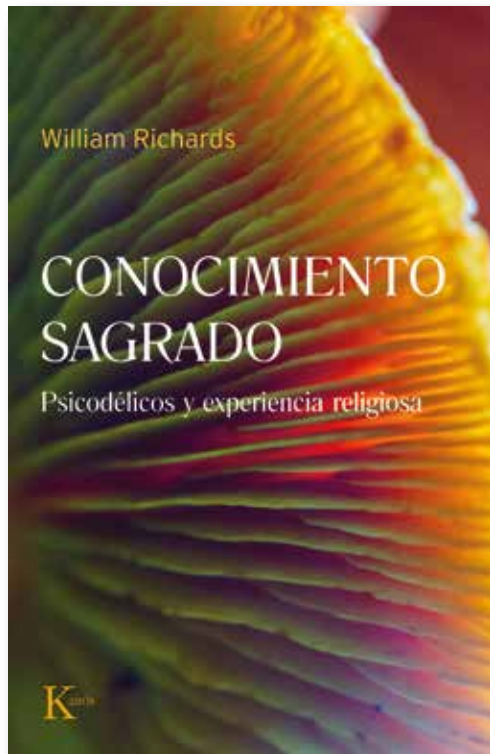
Psicodélicos y experiencia religiosa

William Richards

mayo 2024
1ª quincena

Argumentos de venta

1. Cada vez hay mayor interés en el mundo de los psicodélicos.
2. La inminente legalización médica de los psicodélicos reforzará su estudio.
3. Un análisis muy serio en profundidad sobre el tema.
4. Richards da cursos online para la audiencia hispano-hablante.



ISBN: 978-84-1121-239-7 | BISAC: OCC000000
13 x 20 cm | 352 págs. | PVP: 22€ | Precio sin IVA: 21,15€
SUGERENCIA DE UBICACIÓN: Ensayo – Psicología



William A. Richards es un psicólogo clínico en el Centro Médico Johns Hopkins Bayview con formación en teología y religiones comparadas. Se ha dedicado a la investigación psicodélica en el Centro Hospitalario Spring Grove y en el Centro de Investigación Psiquiátrica de Maryland. Su educación de posgrado incluyó estudios en la Universidad de Yale, la Universidad Brandeis, el Seminario Teológico Andover-Newton y la Universidad de Göttingen.

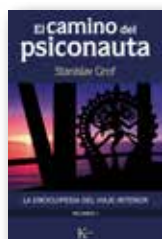
Conocimiento sagrado es el primer texto bien documentado y sofisticado sobre el efecto de los psicodélicos en los procesos biológicos, la consciencia humana y las experiencias religiosas. Basado en tres décadas de investigación con voluntarios, William Richards argumenta que, si se utilizan de manera responsable y legal, los psicodélicos tienen el potencial de aliviar el sufrimiento y afectar constructivamente la calidad de la vida humana.

El análisis de Richards contribuye a los debates sociales y políticos sobre la integración responsable de sustancias psicodélicas en la sociedad moderna. Su libro será de máxima utilidad para los lectores que, ya sea de manera espontánea o con la facilitación de psicodélicos, han experimentado estados de consciencia significativos y buscan claridad sobre sus experiencias.

«Una obra que se convertirá en lectura obligada para cualquier persona seriamente interesada en la experiencia religiosa o en la investigación psicodélica.»

— JAMES FADIMAN

TÍTULOS RELACIONADOS



Escuchar, acompañar, bientratar

Fina Sanz

mayo 2024
2ª quincena



© Eva Mañez

Fina Sanz es psicoterapeuta, sexóloga y pedagoga. Creadora de la Terapia de Reencuentro. Ha sido profesora de psicología de la Universidad de Valencia, cofundadora de la Sociedad Sexológica del País Valencià y de la Asociación de Mujeres por la Salud de Valencia. Formadora de profesionales en España y Latinoamérica, directora del Instituto Terapia de Reencuentro y de diversos másters. Es autora de numerosos libros, todos publicados por Kairós.

Argumentos de venta

1. Una de las psicoterapeutas más reconocidas en España y México.
2. Noveno libro de la autora en Kairós.
3. Apenas existe bibliografía sobre la escucha.
4. Con prólogos de Roxanna Pastor y María Huertas Zarco.

Aunque todas las personas tenemos la capacidad de la escucha, hemos de aprender a escuchar como un arte para la convivencia, el diálogo y el acompañamiento desde el buentrato.

La reconocida psicoterapeuta Fina Sanz ahonda en la escucha en toda su amplitud: la social, la relacional y la personal. Y propone un arte de la escucha fundamentado en la empatía, el conocimiento y la apertura.

En este contexto, resulta inestimable conocer nuestras dificultades para escuchar o, al contrario, detectar qué la favorece, ya sea en el ámbito profesional, en la comunicación con personas cercanas (familia, amistades, pareja...), en los trabajos comunitarios de ayuda a la población, lo mismo que en la escucha a personas con problemas, enfermas o incluso en proceso de morir.

El texto es una mina de recursos de autoayuda tanto para aprender a escucharnos y autocuidarnos como para escuchar y acompañar a otras personas.



ISBN: 978-84-1121-245-8 | BISAC: PSY010000

13 x 20 cm | ± 304 págs. | PVP: 18€ | Precio sin IVA: 17,31€

SUGERENCIA DE UBICACIÓN: Psicología – Desarrollo personal



9 788411 212458

OTROS LIBROS DE LA AUTORA



9 788499 887821



9 788499 865254



9 788472 453616



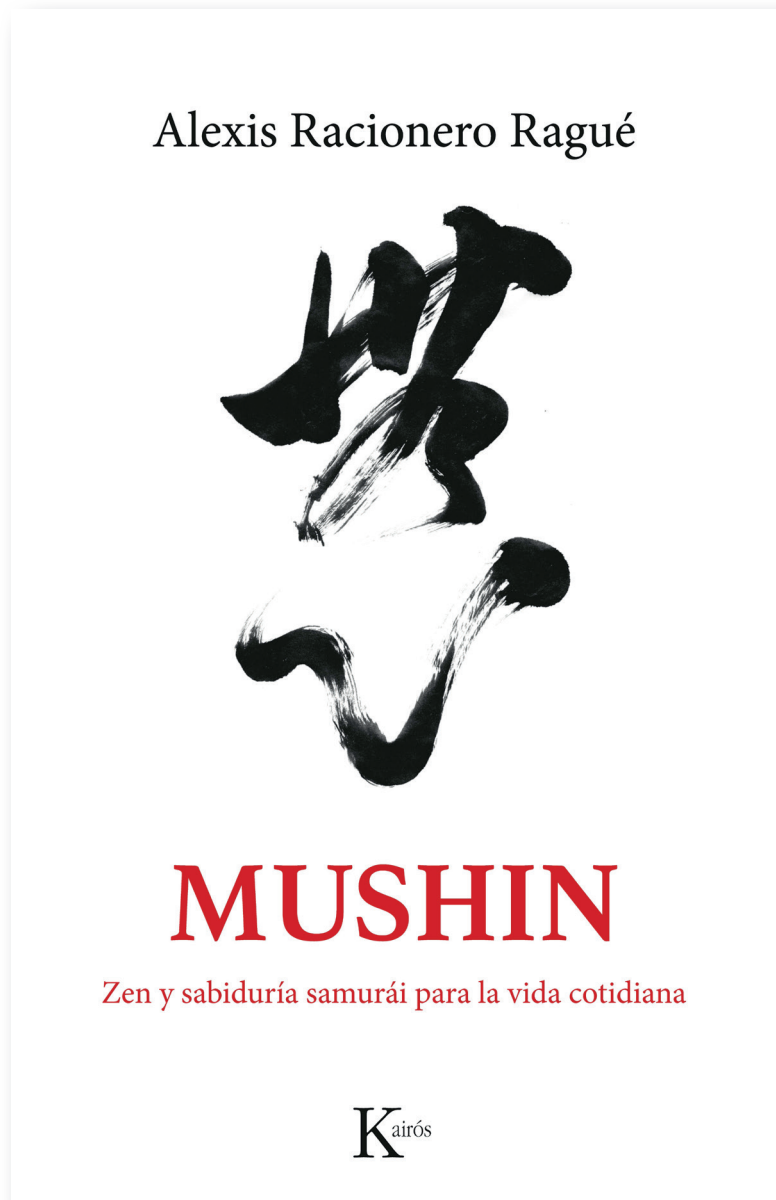
9 788499 881782

Mushin

Zen y sabiduría samurái para la vida cotidiana

Alexis Racionero | Ilustraciones de María Eugenia Manrique

mayo 2024
2ª quincena



ISBN: 978-84-1121-246-5 | BISAC: PHI003000
13 x 20 cm | ± 320 págs. | PVP: 18€ | Precio sin IVA: 17,31€
SUGERENCIA DE UBICACIÓN: Espiritualidad – Viaje



9 788411 212465



Alexis Racionero es doctor en Historia del Arte, licenciado en Geografía e Historia, especialista en filosofía oriental, contracultura y el viaje del héroe. Ha sido profesor de cine en la Escac, terapeuta Gestalt, además de maestro de yoga y meditación. Imparte conferencias motivacionales y retiros de crecimiento personal con su método Wakenpath. Colaborador de *La Vanguardia* y el *Mundo Deportivo*. Autor, entre otros, de *Darshan, filosofía oriental para la vida cotidiana*, *El ansia de vagar*, *El viaje del héroe*, *Ecotopía* o *La mirada de oriente*.

El camino del zen y la senda del samurái son formas de sabiduría para transitar nuestra cotidianidad. En tiempos de cambio e incertidumbre, valores de ética samurái como la devoción o la resiliencia pueden ser muy convenientes. La austeridad y el vacío fértil del zen nos enseñan a vivir en el presente.

Alexis Racionero Ragué nos sumerge en el universo japonés combinando de forma muy amena la filosofía y la espiritualidad con el libro de viajes. A partir de una ruta por Japón, nos introduce en la ética, la estética y la espiritualidad del samurái, el monje guerrero imbuido por el zen. Su mirada constituye una moderna reinterpretación de este arquetipo que hoy puede encarnarse tanto en un hombre como en una mujer.

Mushin recorre lugares como el monasterio de Eiheiji, cuna del soto zen, la tumba de los 47 *ronin*, la montaña sagrada del Koyasan, los bosques de Nikko o la fortaleza de Himeji. Paralelamente, aparecen apuntes de cine clásico japonés, referentes contemporáneos como *Kill Bill* o textos clásicos del Bushido.

mayo 2024
2ª quincena

Argumentos de venta

1. Existe una nueva ola de japonismo.
2. Budismo zen moderno al alcance de todos.
3. Dirigido a los interesados en la espiritualidad, el cine o el viaje.
4. Autor muy activo en redes y medios de comunicación

TÍTULOS RELACIONADOS



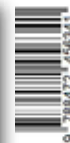
9 788499 888453



9 788499 885698



9 788411 211260



9 788472 456341

Respira

50 ejercicios para recuperar la calma y la serenidad

Yvan Cam

junio 2024
1ª quincena

Argumentos de venta

1. La clave para aliviar el estrés y recuperar la calma está en la respiración.
2. Libro teórico y práctico.
3. El método REBO2T ha ayudado a cientos de atletas y miles de personas.
4. Encuentro de ciencia de vanguardia y prácticas tradicionales.



ISBN: 978-84-1121-244-1 | BISAC: HEA000000
13 x 20 cm | ± 224 págs. | PVP: 18€ | Precio sin IVA: 17,31€
SUGERENCIA DE UBICACIÓN: Salud – Ciencia

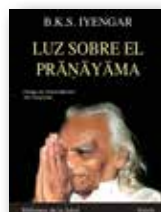


Yvan Cam, doctor en biología e instructor de artes marciales, es un reconocido experto en el arte de la respiración. Autor de *La Maîtrise du Souffle*, desarrolló el método REBO2T, cuyo objetivo es reconstruir al individuo a través de la respiración.

He aquí un método de gestión del estrés, utilizado por atletas de élite, ahora al alcance de todos. A lo largo de milenios, se han explorado diversas técnicas de manera empírica para liberarnos del estrés, ya sea el provocado por un examen, hablar en público o enfrentar dilemas complicados. Sin embargo, ninguna de estas técnicas había sido previamente analizada a la luz de nuestros actuales conocimientos científicos. Yvan Cam ha llevado a cabo este trabajo, desarrollando su propio método de ejercicios de respiración que ha arrojado resultados sorprendentes para deportistas de alto nivel.

Adéntrate en esta explicación única de los procesos respiratorios y pon en práctica ejercicios simples que tienen el potencial de transformar tu vida, otorgándote un mayor control sobre la ansiedad y el estrés.

TÍTULOS RELACIONADOS



Anatomía para el yoga: La rodilla

Blandine Calais-Germain | François Germain

junio 2024
1ª quincena

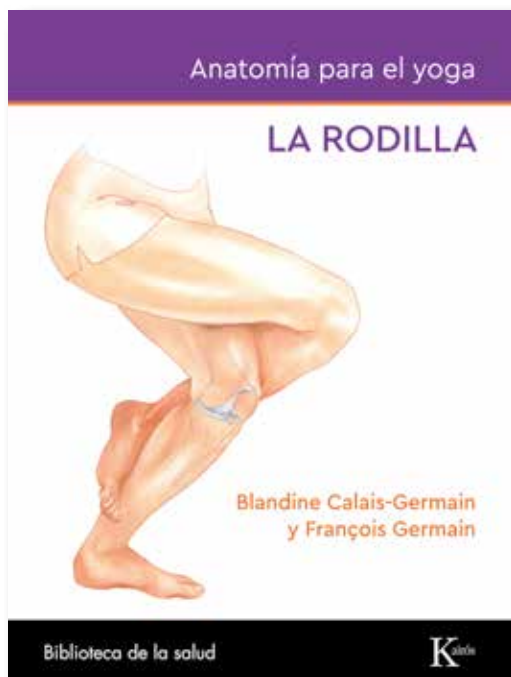
Argumentos de venta

1. Reconocida autora de la serie «Anatomía del Yoga» y «Anatomía del movimiento».

2. Profusamente ilustrado y detallado.

3. Muy útil para practicantes e instructores de yoga (y técnicas cercanas).

4. La autora imparte talleres y forma a instructores en España.



ISBN: 978-84-1121-243-4 | BISAC: HEA025000
18,5 x 24,5 cm | 224 págs. | PVP: 26€ | Precio sin IVA: 25€
SUGERENCIA DE UBICACIÓN: Yoga – Salud



Blandine Calais-Germain es profesora de danza y fisioterapeuta. Autora de los libros *Anatomía para el movimiento*, *El perineo femenino y el parto* y *La respiración*. En el año 1980 creó un método homónimo de enseñanza de la anatomía en constante relación con el movimiento. Imparte enseñanzas en su propio centro en Francia, en universidades, hospitales y escuelas.

La rodilla es la articulación más grande del cuerpo. Desempeña un papel central en la unión de nuestros dos principales huesos de soporte: el fémur y la tibia. Muchas posturas de yoga pueden resultar beneficiosas al fortalecer y ajustar nuestras rodillas. Sin embargo, en ocasiones, debido a la falta de información, estas pueden convertirse en un punto de tensión, excesiva presión o forzamiento.

¿Cuáles son los indicadores que nos señalan que una postura es adecuada para nuestras rodillas? ¿En qué medida los ejercicios nos permiten avanzar sin sobrecargar los ligamentos, meniscos y tendones? ¿Cuáles son las señales de advertencia que debemos interpretar para saber cuándo detenernos? Este libro ofrece una visión detallada de la anatomía de las rodillas, incluyendo los cartílagos, los meniscos, los ligamentos y los músculos. Además, explora cómo estos elementos deben trabajar en conjunto para mantener el equilibrio adecuado de las rodillas en las posturas de yoga.

TÍTULOS RELACIONADOS



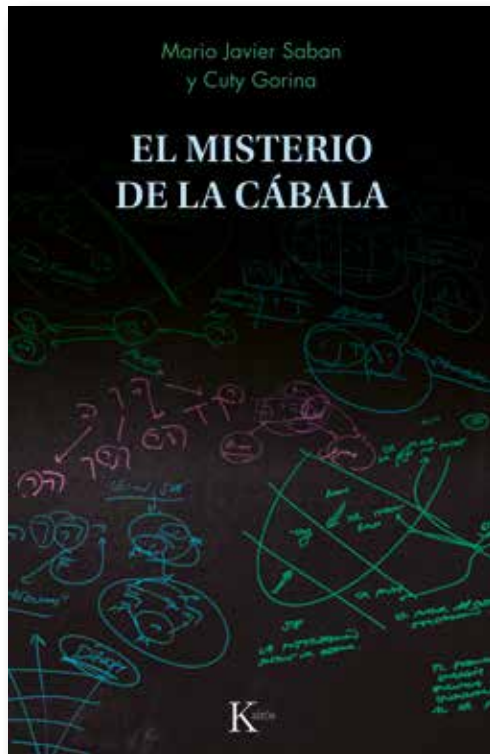
El misterio de la cábala

Mario J. Saban y Cuty Gorina

junio 2024
2ª quincena

Argumentos de venta

1. La enseñanza del gran cabalista Mario Saban en un volumen introductorio.
2. La Cábala despierta cada vez mayor interés y entusiasmo.
3. Un libro teórico y práctico a la vez.
4. Será ampliamente promocionado en redes y medios.



ISBN: 978-84-1121-237-3 | BISAC: REL040060
15 x 23 cm | ± 448 págs. | PVP: 24€ | Precio sin IVA: 23,08€
SUGERENCIA DE UBICACIÓN: Espiritualidad – Judaísmo



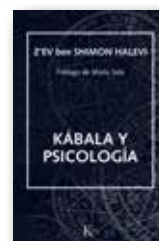
Mario Javier Saban es doctor en filosofía, antropología, psicología, historia, teología y matemática aplicada. Es autor de 24 libros, entre los que sobresalen *Las estrategias del Satán*, *El Secreto*, *El Misterio de la Creación* y, en Kairós, *La Cábala*. *La psicología del misticismo judío*. Es fundador y director de la Escuela de Psicología y Cábala que forma a miles de maestros en todo el mundo.



Cuty Gorina es diplomada en Dirección y administración de empresas. Estudió en Barcelona, España, en Suiza e Inglaterra. Actualmente, cursa maestría en Cábala en la Escuela de Psicología y Cábala de Mario Saban.



TÍTULOS RELACIONADOS



Kairós Top 20



9 788472 453715



9 788499 889931



9 788499 889948



9 788499 884813



9 788472 451919



9 788472 454132



9 788472 455955



9 788472 452637



9 788499 883137



9 788499 886022



9 788472 455795



9 788472 453319



9 788499 883090



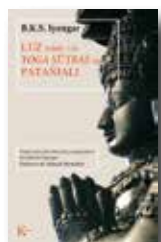
9 788499 884905



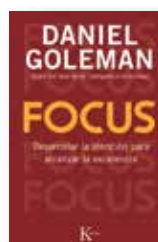
9 788411 211185



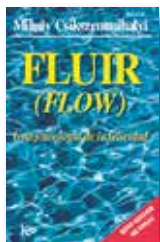
9 788499 884875



9 788472 455252



9 788499 883052



9 788472 453722



9 788499 889832

DISTRIBUIDORES EN ESPAÑA

ESPAÑA (exceptuando MADRID, TOLEDO, CIUDAD REAL, CUENCA, GUADALAJARA e ISLAS CANARIAS)
Les Punxes Distribuidora, S.L.
c/Sardenya, 75-81
08018 Barcelona
Tel.: (34) 902 10 75 81
E-mail: punxes@punxes.es

MADRID, TOLEDO, CIUDAD REAL, CUENCA, GUADALAJARA
Machado Grupo de Distribución, S.L.
c/Labradores, 5
P. I. Prado del Espino
28660 Boadilla del Monte (Madrid)
Tel.: (34) 916 32 48 93
E-mail: machadolibros@machadolibros.com

ISLAS CANARIAS
DISMALIBRO, S.L.
c/Ingeniero Cervera, 8
Pol. Ing. El mayorazgo
38110 Santa Cruz de Tenerife
Tel.: (34) 952 34 88 74
E-mail:
jesuscontreras@grupodismalibro.com

DISTRIBUIDORES EN AMÉRICA

MÉXICO
Nirvana Libros, S.A. de C.V.
Avenida Michoacán 20, Módulo 27, bodega 1
Col. Renovación - Delegación Iztapalapa
Ciudad de México 09209
Tel.: (52-55) 5615 84 79
E-mail: info@nirvanalibros.com.mx

ESTADOS UNIDOS
IPG Independent Publishers Group
814 North Franklin Street
Chicago, Illinois 60610
Tel.: (1-312) 337 07 47
E-mail: frontdesk@ipgbook.com

URUGUAY
Libros Gussi
Yaro, 1119
Montevideo
Tel.: (59-8) 12 413 6195
E-mail: gussilib@adinet.com.uy

PERÚ
SBS Librería Internacional
Felipe Santiago Salaverry 542
Urbanización El Pino
San Luis
Lima
Tel.: (51-1) 206 4900
E-mail: sbsperu@sbs.com.pe

CHILE
Ediciones Urano
Padre Mariano 391, oficina 806
Providencia
7500015 Santiago de Chile
Tel.: (56-2) 341 72 32
E-mail: info@edicionesurano.cl

COSTA RICA
Desarrollos Culturales Costarricenses D. C. C. S. A.
Centro Comercial Plaza Mayor
Segunda Etapa, Piso 3, Of. 18
Sobre el Bulevard Rohrmoser
San José
Tel.: (506) 2220 3015
E-mail: info@dcc.cr

ARGENTINA
Ediciones Continente
Pavón 2229
1248 Buenos Aires
Tel.: (54-11) 4308 3535
E-mail: info@edicontinente.com.ar

COLOMBIA
Ediciones Urano
Barrio Orquídeas
Calle 163 A No. 20-65
Bogotá, D. C.
Tel.: (57 1) 668 06 74
E-mail: infoco@edicionesurano.com

REPÚBLICA DOMINICANA
Centro Cuesta Nacional
Av. Luperón esq. Prol. Gustavo Mejía Ricart
Santo Domingo
Tel.: (1 809) 537 5017
E-mail: hkuehn@ccn.net.do

editorial **K**airós

Numancia, 117-121. 08029 Barcelona. España
Tel.: (34) 93 494 94 90
E-mail: info@editorialkairos.com
www.editorialkairos.com