



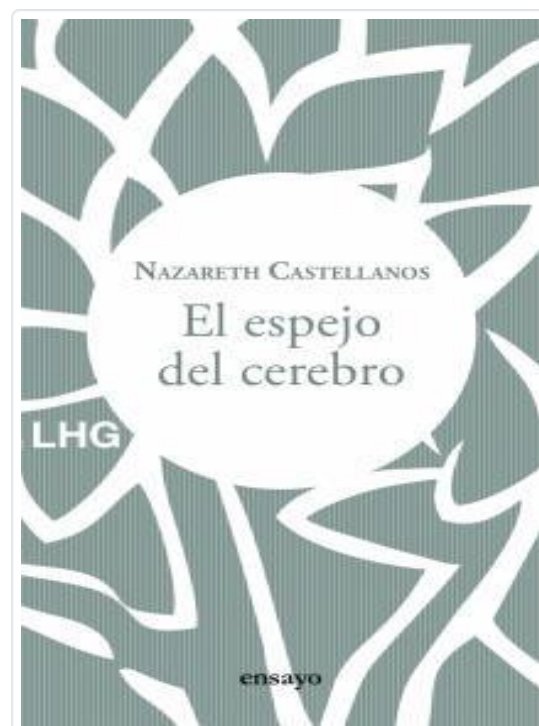
La
Huerta
Grande

Castellanos, Nazareth

El espejo del cerebro

Conocer el cerebro es el gran reto de la neurociencia, y se podría decir que es uno de los grandes retos de nuestro tiempo. La autora de este ensayo nos invita a hacerlo a través de su experiencia científica en laboratorios y su continua búsqueda de conocimiento en áreas, todas interconectadas, como la medicina, la filosofía o la espiritualidad. Este libro recoge los resultados de la neurociencia de la meditación donde se muestran los cambios cerebrales que suceden cuando tenemos una actitud atenta y consciente. Estas investigaciones nos invitan a conocer los obstáculos de la mente y a recordar que la biología nos permite moldearnos y ser escultores de nuestro propio cerebro. «Escribir este libro, nos dice la autora, ha sido como destilar la neurociencia para extraer el aceite que nos ayude a conocernos a nosotros mismos».

Este libro es una oda al crecimiento personal basado en la neurociencia y la reflexión filosófica.



Editorial La Huerta Grande

Colección Ensayo

Páginas 105

Tamaño 120x200x10 mm.

Peso 200

Idioma Español

Tema Medicina y salud

EAN 9788417118853

PVP 14,00 €

PVP sin IVA 13,46 €



9788417118853

AUTOR/ES

Nazareth Castellanos es licenciada en Física teórica y doctora en Neurociencia por la Facultad de Medicina de la Universidad Autónoma de Madrid. Ha trabajado como investigadora científica en universidades de Alemania, Inglaterra y España. Actualmente es la directora de investigación del proyecto Interacción Cerebro-Cuerpo durante la meditación, desarrollado en la Universidad Complutense de Madrid. Su actividad como investigadora se compagina con la formación, comunicación y divulgación científica.