



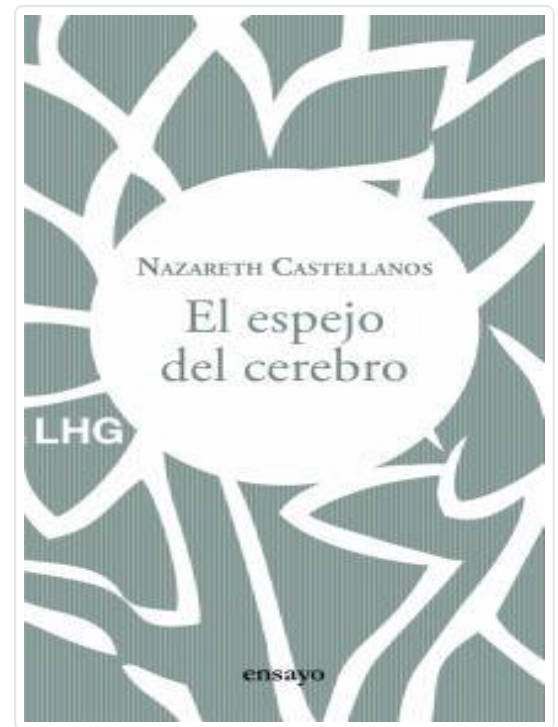
La  
Huerta  
Grande

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.



<b>Editorial</b>	La Huerta Grande
<b>Colección</b>	Ensayo
<b>Encuadernación</b>	Tapa blanda o rústica
<b>Páginas</b>	105
<b>Tamaño</b>	120x200x10 mm.
<b>Peso</b>	200
<b>Idioma</b>	Español
<b>Tema</b>	Medicina y salud
<b>EAN</b>	9788417118853
<b>PVP</b>	14,00 €
<b>PVP sin IVA</b>	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.