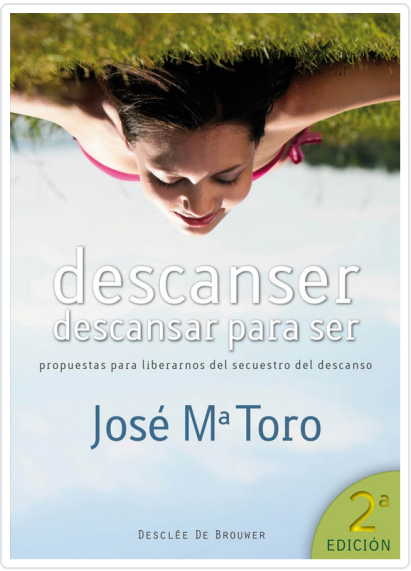
DESCANSER DESCANSAR PARA SER



TORO, JOSE MARIA

SINOPSIS

En este libro se plantea una visión renovada del sentido y modo de gestionar el descanso en una sociedad caracterizada por la velocidad, la tensión, el estrés, la fatiga, el cansancio y la prisa. Su lectura es una invitación a investigar y ahondar en el propio descanso. Descanser es la acción de descansar para ser. A través de ella, la persona puede recuperar su centro, retornar a su identidad más profunda, renovar su materia-energía y reavivar su espíritu para ser devuelta al mundo con una nueva calidad de presencia.Aunque versa sobre el descanso, éste no es un libro para dormir sino para despertar. Despertar a una nueva comprensión del papel nuclear del descanso en una vida más humana, saludable y gozosa. Despertar a una reconsideración del descanso, no como lujo sino como necesidad y no sólo como derecho sino también como obligación con el propio cuerpo y con el resto del mundo, al tiempo que como necesidad política y urgencia cósmica.Se aborda el descanso siguiendo los latidos y rasgos específicos de cada una de las cuatro estaciones del año. Asimismo se incluye la descripción de un buen número de ejercicios y experiencias de descanso, en las que se reconoce y promueve el silencio como su expresión más relevante y significativa.José Mª Toro (Lora del Río, 1961) es maestro de enseñanza primaria, actualmente en excedencia voluntaria y dedicado a tareas de formación de diversos colectivos, especialmente en el ámbito de la educación y en el sanitario. Ha dictado numerosas conferencias y seminarios así como cursos específicos y ponencias en buena parte de las ciudades y universidades de nuestro país. Su libro Educar con Co-razón, publicado por esta misma editorial y traducido ya al portugués, está conmocionando los espacios educativos y es lectura obligada en varias Facultades de Ciencias de la Educación y Escuelas de Magisterio. Es autor también de los libros La Vida Maestra y La Sabiduría de Vivir. ...

Editorial	DESCLEE DE BROUWER S.A., EDITORIAL
Materia	AUTOAYUDA
Colección	A LOS CUATRO VIENTOS
EAN	9788433024510
Status	Disponible
Encuadernación	Tapa dura
Páginas	300
Tamaño	150x210x17 mm.
Peso	392
Precio (Imp. inc.)	17,99€
Fecha de lanzamiento	16/11/2010

Títulos relacionados



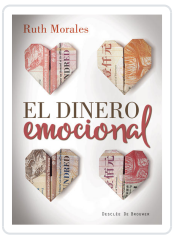
Duelo e inteligencia artificial
Bermejo Higuera, José Carlos



SUPERVISION Y COUNSELLING
JOSE CARLOS BERMEJO;ROSA MARIA BELDA



VIVIR SIN CULPA
ENRIQUE MARTINEZ LOZANO



DINERO EMOCIONAL
MORALES BUENO, RUTH