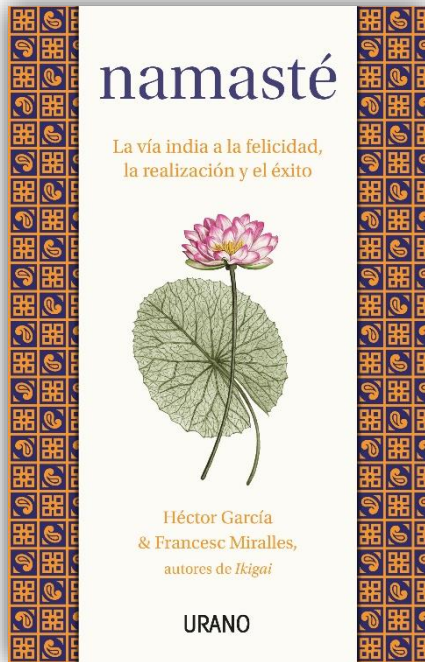


DOSIER DE PRENSA



Namasté

La vía india a la felicidad, la realización y el éxito

Francesc Miralles y Héctor García

Formato:	135 x 213 cm
Núm. de pág.:	224
PVP:	14 €
ISBN:	978-84-17694-76-0
Colección:	crecimiento personal

SINOPSIS

Tras el fenómeno editorial **Ikigai**, número uno en las listas de los países anglosajones y en la India y traducido a más de 65 idiomas, **Francesc Miralles** y **Héctor García** proponen una vía hacia la armonía, la conciencia y el bienestar, inspirada en la sabiduría tradicional india.

En menos de veinte conceptos clave, los autores trazan una completa geografía de la felicidad que nos permite **dejar atrás el sufrimiento, despertar el poder creativo y vivir con salud y energía cualquier fase de la vida.**

Salpicado de referencias y guiños al lector y articulado en torno a ejercicios prácticos, *Namasté* es un delicioso camino de reconexión con lo sagrado que queremos emprender para construir el presente que merecemos y el futuro que soñamos.

Un libro lleno de sorpresas, que aporta un camino luminoso desde el **que afrontar los desafíos individuales y colectivos que nos plantea este mundo convulso.**



LOS AUTORES

Francesc Miralles (Barcelona, 1968) es un premiado escritor, periodista y creador de tendencias de desarrollo personal. Licenciado en filología alemana, actualmente imparte conferencias de crecimiento personal en todo el mundo, además de colaborar habitualmente en El País Semanal, Cuerpomente, la cadena SER y RNE. Es autor de decenas de títulos de éxito, tanto de ensayo como de ficción, entre ellos la novela inspiradora *amor en minúscula*, traducida a 27 idiomas.



©Montse Campins



Héctor García nació en España, pero vive en Japón desde 2004. Trabajó en el CERN, en Suiza, antes de trasladarse a Japón, donde compaginó su actividad de ingeniero con la escritura. Es el creador del popular blog kirainet.com, con más de un millón de visualizaciones mensuales, y autor de varios libros de éxito, entre ellos *Un Geek en Japón*, traducido a una decena de idiomas. Está considerado una referencia mundial en cultura popular japonesa y sus libros han vendido más de dos millones de ejemplares.

FRASES RELEVANTES DEL LIBRO

- «Este libro bebe de una sabiduría tan antigua como la cultura humana, y contiene las claves para dar forma tanto al presente como al futuro que soñamos».
- «Llevar una vida plena y exitosa depende de cultivar buenas conexiones humanas, de establecer vínculos basados en la amistad y el amor. Pero para conseguir eso, primero tienes que ser cariñoso contigo mismo. Solo entonces podrás serlo de forma genuina con los demás».
- «Alimentarnos de forma consciente y saludable nos procurará energía y bienestar físico y anímico. Es una parte fundamental de la vía a la felicidad».
- «¿Cómo podemos aportar la serenidad y lucidez de un receso espiritual a nuestra vida cotidiana? Crea tu propio oasis en casa, adquiere los buenos hábitos de un monasterio y cuida de tu círculo».
- «Desde que publicamos *Ikigai* en 2016, hemos hecho miles de entrevistas, presentaciones y charlas en muchos países, y una pregunta que aparece muy a menudo es: ¿Por dónde empezar cuando no sabes cuál es tu propósito en la vida?»



- «Ciertamente, pensar que los objetos nos producirán felicidad permanente, cuando esta solo puede venir del interior, de nuestras fuentes inmateriales, es un grave error de cálculo».
- «Para tener un buen karma, nuestra experiencia, imaginación y deseo deben orientarse voluntariamente hacia la bondad, porque todo lo que ofrecemos al mundo repercute en nosotros».

PRESENTACIÓN DEL LIBRO

The poster features a central orange background with a decorative border. At the top, a dark blue banner contains the text 'PRESENTACIÓN DE NAMASTÉ'. Below this, the title 'RECONECTA CON TU CHISPA DIVINA, CONSTRUYE TU FELICIDAD' is written in a serif font. The date and time 'Sábado, 1 de octubre. 12:00h' are prominently displayed. The location 'Casa del Libro (Rambla Catalunya, 37) Barcelona' is listed below. The publisher 'URANO' is at the bottom. A small image of the book 'namasté' is shown on the right, with its cover featuring a pink lotus flower and the authors' names. A contact email 'activitatsbcn@casadellibro.com' is at the very bottom.

PRESENTACIÓN DE NAMASTÉ

**RECONECTA CON TU CHISPA DIVINA,
CONSTRUYE TU FELICIDAD**

**Sábado, 1 de octubre.
12:00h**

Casa del Libro
(Rambla Catalunya, 37)
Barcelona

URANO

Imprescindible confirmación: activitatsbcn@casadellibro.com

Para concertar una entrevista con los autores, no dudes en contactar.

¡Que tengas un buen día!

Bibiana Ripol - 93 368 84 66 - 607 71 24 08 - bibiana@ripol.es

Gerard Lombarte - 652 40 90 15 - comunicacion@ripol.es

