

image not found or type unknown



# Cerebro y mindfulness

Daniel J. Siegel

**Fecha de publicación:**  
16/09/2010

Un libro que integra la práctica mindfulness con la investigación sobre el cerebro. La técnica del mindfulness se revela como una nueva forma de vida.

**Sello Editorial:**  
Ediciones Paidós

## Enlaces relacionados

Web

**Web del autor**

<http://drdansiegel.com/>

**Entrevista al autor en el programa radiofónico de Oprah Winfrey**

<http://www.oprah.com/oprahradio/Overcoming-Trauma>

Primer-capitulo

**primer capítulo**

[https://www.planetadelibros.com/pdf/primer\\_siegel.pdf](https://www.planetadelibros.com/pdf/primer_siegel.pdf)