



La  
Huerta  
Grande



Título: **El espejo del cerebro**  
Autor/a: **Nazareth Castellanos**  
Colección: Ensayo  
Edición: Rústica con solapas  
Categoría: Ensayo  
Idioma: Español  
Páginas: 80 páginas apróx.  
Formato: 120 X 200 mm  
F. publicación: abril 2021  
PVP: 12 €  
ISBN: 9788417118853  
EPUB: 9788417118860

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.



**«Este libro es una invitación a conocer el cerebro, para conocernos a nosotros mismos».**

**NAZARETH CASTELLANOS** es licenciada en Física Teórica y doctora en Neurociencia por la Facultad de Medicina de la Universidad Autónoma de Madrid. Lleva más de veinte años dedicada a la investigación científica de la actividad cerebral. Ha trabajado en universidades españolas y europeas como el King's College de Londres o el instituto Max Planck de Alemania.

Dirige un laboratorio que investiga la neurociencia de la meditación y la relación entre el cerebro y el resto del cuerpo. Realiza formaciones, para todos los públicos, de crecimiento personal basadas en la filosofía de diferentes tradiciones y en la evidencia aportada por la neurociencia.

PARA MÁS INFORMACIÓN:

La Huerta Grande • info@editoriallahuertagrande.com  
Serrano n 6, 6º-1. 28001 Madrid • Teléf: (+34) 915218791 •

[www.lahuertagrande.com](http://www.lahuertagrande.com)