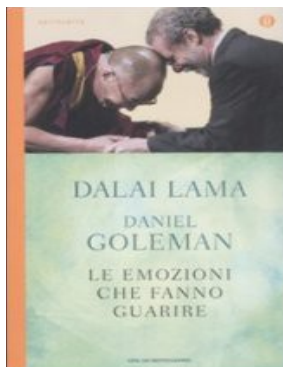


Goleman D. *Le emozioni che fanno guarire*, Mondadori Milano 1998

recensione di dr.ssa IRENE GIARDINI



In occasione degli incontri della terza Mind and Life Conference, svoltasi nel 1991 a Dharamsala, in India, alla presenza del Dalai Lama, illustri scienziati occidentali e maestri buddhisti hanno cercato di rispondere a questi e ad altri interrogativi di carattere scientifico ed etico. Daniel Goleman ha raccolto alcuni degli interventi e dei dibattiti più significativi della conferenza. In questo interessante libro troveranno risposta domande come: "In che modo interagiscono, cervello, stati emotivi e sistema immunitario?" "La meditazione può davvero apportare effetti positivi sulla salute?" "Quali emozioni possono portare un miglioramento nella qualità della vita degli individui e in che modo?" "In che misura sono correlati autostima e condizioni psicofisiche?" Il dibattito è aperto!