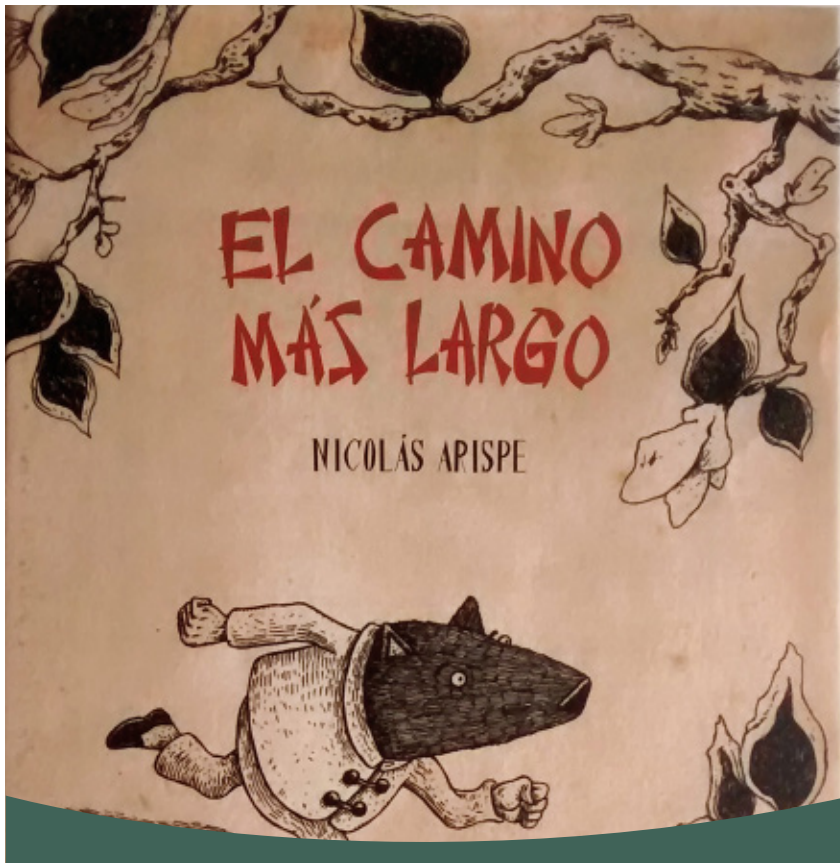


# Reseña libros

Por Martha Pereira Moncayo  
(pereira.martha@gmail.com)



**Título: El camino más largo**

Autor e ilustrador: Nicolás Arispe

Editorial: Fondo de Cultura Económica

Público: infantil, juvenil

Esta es la corta historia ilustrada sobre un pequeño animalito que sale en busca de la sabiduría, aislándose de todo. Cuando cree haber encontrado las grandes respuestas de la vida regresa con su maestro, quien lo recibe gustoso con una sencilla pregunta que cambiará toda la perspectiva del protagonista.

**Título: Selma**

Autora e ilustradora: Jutta Bauer

Editorial: Fondo de Cultura Económica

Público: todas las edades

La respuesta a la pregunta ¿qué es la felicidad?, contestada desde el punto de vista de Selma, la oveja. Ella vive una apacible y sencilla vida, llena de pequeños placeres

cotidianos, como comer y charlar con los amigos. Si ella pudiera tener más dinero o más tiempo libre, ¿cambiaría su manera de vivir?

Jutta Bauer recibió el premio Hans Christian Andersen de ilustración por las expresivas ilustraciones en acuarela que acompañan esta historia.

**Título: Mindfulness (atención plena o conciencia plena)**

Autor: Alazne González

Licencia: Creative Commons

Público: Adulto

Descarga gratuita: <https://mindfulnessenpalabras.wordpress.com/2015/05/10/descarga-gratis-libro-mindfulness-guia-para-educadores/>

Corta guía introductoria en el tema de *mindfulness*, dirigida principalmente a docentes en ambientes educativos formales y no formales.

Está organizada en cuatro partes: la primera, se enfoca en una introducción teórica sobre los orígenes, conceptos y beneficios relacionados con el *mindfulness*.

La segunda parte presenta actividades prácticas, incluyendo ejercicios de meditación y respiración. Le siguen las conclusiones e implicaciones educativas sobre esta práctica, y finalmente una autoevaluación.

El texto es claro y didáctico. Las actividades son sencillas y están respaldadas por fundamentos teóricos. La autora comparte referencias a recursos bibliográficos y ligas de interés sobre el tema.

