

AUTORE DI INTELLIGENZA EMOTIVA

# DANIEL GOLEMAN

RICHARD J. DAVIDSON



## LA MEDITAZIONE COME CURA



UNA NUOVA SCIENZA PER GUARIRE  
CORPO, MENTE E CERVELLO

Daniel Goleman  
Richard J. Davidson

La meditazione come cura

BUR  
Rizzoli

Pubblicato per



da Mondadori Libri S.p.A.

Proprietà letteraria riservata

© 2017 by Daniel Goleman and Richard J. Davidson

All rights reserved

© 2017 Rizzoli Libri S.p.A. / Rizzoli, Milano

© 2018 Mondadori Libri S.p.A., Milano

ISBN 978-88-17-10511-8

Titolo originale dell'opera:

*Altered Traits*

Traduzione di Daniele Didero

Prima edizione Rizzoli: 2017

Prima edizione Best BUR: ottobre 2018

Realizzazione editoriale: NetPhilo, Milano

*Seguici su:*

[www.rizzolilibri.it](http://www.rizzolilibri.it)

 /RizzoliLibri

 @BUR\_Rizzoli

 @rizzolilibri

# La meditazione come cura

Finito di stampare nell'agosto 2018 presso  
Elcograf S.p.A. – Stabilimento di Cles (TN)  
Printed in Italy