

Sobre la autora

Shanti Ragyi, autora de siete libros sobre crecimiento personal y espiritualidad y profesional de la salud preventiva. Su experiencia profesional como terapeuta de masaje y profesora de la ciencia yoga son el fundamento de su obra literaria.

Shanti Ragyi, Lydia Z. Barreto Ramos, nació en Santurce, Puerto Rico. Posee un grado de maestría en Literatura y Medios de Comunicación de la Universidad de Buffalo, en Nueva York. Fue directora y editora de la Revista Penélope o el mundo nuevo, publicación que aunaba a la nueva generación de cuentistas bajo la guía del insigne escritor puertorriqueño René Marqués.

Estuvo al cuidado de la serie de Literatura Hoy del Instituto de Cultura Puertorriqueña. Es autora de "Busco un arma de emergencia", poemario incluido en dicha serie.

Es directora/ fundadora de la Escuela de Artes Místicas, institución que ofrece entrenamientos en Terapia de Masaje Holístico y para el profesorado de la ciencia Yoga. Es fundadora/presidente de Om Shanti International Yoga.

Durante una década, produjo Milagros de Sanación, programa radial sabatino donde aportaba a la salud preventiva para una mejor y más consciente, calidad de vida. Ha sido reconocida como guía de la humanidad por parte de IYTA PR, Escuela de Yoga y Centro multidisciplinario. Es la presentadora del podcast Shanti Medita Contigo que se transmite por Spotify.

Premios y reconocimientos:

Guía de la Humanidad IYTA PR, Escuela de Yoga y Centro Multidisciplinario.



Shanti Ragyi
(Lydia Barreto)

shantiragyi@gmail.com

artesmisticas.com

Contacto: +1 (787) 725 5888

 @shantiragyi



Libros publicados



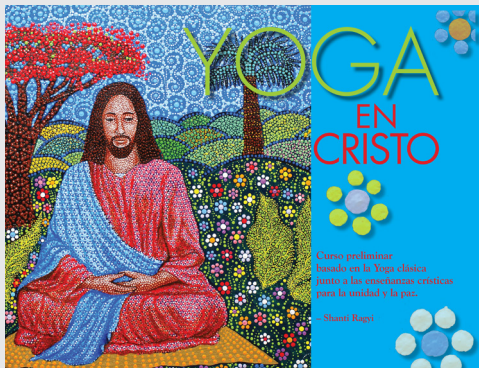
El vuelo de la mariposa y la oruga ***Un mensaje para cada día del año***

Esta obra aporta una nueva conciencia basada en el amor compasivo para la el bienestar, la paz y el servicio a la humanidad. Ofrece una reflexión diaria que nos lleva a la esencia de su espíritu poético, devocional, entusiasta y, a la vez, honesto, lúdico e iluminador.

Como las mariposas azules que vuelan libres a través de sus páginas, la autora comparte la hermosa historia de su encuentro con sus Maestros Espirituales. Describe su camino hacia la iluminación a través del servicio amoroso y compasivo a la humanidad, en especial a la juventud con la esperanza hacia una vida más consciente y mejor calidad de vida.

- ISBN: Portada suave: 9781618872340
- Editorial: Divinas Letras
- Puerto Rico, 2012
- Número de páginas: 380
- Género literario: Crecimiento personal / Transformación personal
- Edades / Audiencia / Grupos de interés: Jóvenes y adultos, Adultos (18 años o más)
- **A la venta en:** <https://a.co/d/ObwFdJlO>
Casa Norberto | Librería Laberinto | Escuela de Artes Místicas





- ISBN: Portada suave: 9780972242608
- Editorial: Divinas Letras
- Puerto Rico, 2020
- Número de páginas: 110
- Género literario: No ficción / Espiritualidad Crística, vivencial, devocional y reflexivo
- Libro ilustrado por: Edward Ross "Anudasi"
- Edades / Audiencia / Grupos de interés: Jóvenes y adultos, Adultos (18 años o más)
- **A la venta en:** <https://a.co/d/055PptDQ>
Casa Norberto | Librería Laberinto | Escuela de Artes Místicas

Yoga en Cristo

Curso preliminar basado en la Yoga clásica junto a la enseñanzas Crísticas para la unidad y la paz

Yoga en Cristo es una guía espiritual inspiradora que fusiona la milenaria práctica del yoga con la consciencia crística para alcanzar la paz interior. A través la presencia viva de Cristo en nuestro interior, el libro invita al lector a despertar sus poderes espirituales y profundizar su conexión divina. En sus páginas, la autora comparte enseñanzas y reflexiones destinadas a iniciar al lector en el camino de la transformación interior y el crecimiento del espíritu.

En doce capítulos prácticos, Yoga en Cristo presenta 12 métodos fundamentales para despertar la conciencia y lograr un estado de armonía cuerpo-mente-espíritu. Cada capítulo guía al lector en la realización de posturas de yoga (asanas) acompañadas de meditaciones y técnicas de introspección, ofreciendo explicaciones claras de sus beneficios físicos, mentales y emocionales. Gracias a estas prácticas detalladas, el libro promueve un profundo sentido de autoayuda y autocuidado, permitiendo que el lector avance a su propio ritmo en el camino espiritual.

Escrita con un tono cercano y lleno de fe, esta obra busca ser un faro de luz en medio del caos del mundo moderno. Yoga en Cristo inspira a refugiarse en el corazón del Cristo vivo, recordándonos que en Él podemos encontrar consuelo, confianza y seguridad. Al seguir las lecciones de este libro, el lector descubrirá cómo integrar la serenidad del yoga con la fortaleza de la fe cristiana, recuperando la confianza perdida y abrazando una vida colmada de paz, equilibrio y esperanza espiritual.



¡Tú puedes sanar!

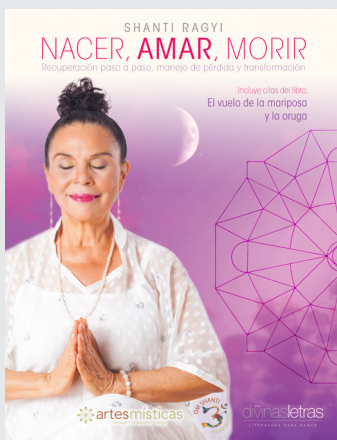
Diario íntimo de escritura y mandalas para la sanación total

Los secretos de la sanación holística están a nuestra disposición para cada área de nuestra vida material o espiritual.

El vuelo de la mariposa y la oruga te presenta su Diario íntimo de escritura y mandalas para la salud total que te ayudará a descubrir tu voz de poder sanador. En estas páginas encontrarás una guía para sentir tu espíritu de sanación al manifestar armonía en tu vida.

Las meditaciones incluidas en este modelo de diario sanador son parte esencial del libro El vuelo de la mariposa y la oruga. Cuando complementas las afirmaciones y meditaciones con el proceso de escritura meditativa y sanadora, creas el escenario perfecto para atraer la armonía para el cuerpo, mente, corazón y espíritu.

- ISBN: Portada suave: 9780990470601
- Editorial: Divinas Letras
- Puerto Rico, 2020
- Número de páginas: 66
- Género literario: No ficción / Desarrollo personal y bienestar
- Libro ilustrado por: Edward Ross "Anudasi"
- Edades / Audiencia / Grupos de interés: Jóvenes y adultos
- **A la venta en:** <https://a.co/d/0gQ5b4SU>
Casa Norberto | Librería Laberinto | Escuela de Artes Místicas



Nacer, Amar, Morir

Recuperación paso a paso manejo de pérdida y transformación

En este libro los lectores podrán encontrar muchas contestaciones y recomendaciones de cómo podemos ajustarnos y manejar efectivamente los cambios que surgen en nuestro diario vivir.

Shanti Ragyi, MA, LMY, RYT, comparte su amplia experiencia profesional en el campo de la salud preventiva al proveer las herramientas que nos permitirán transitar a través de la muerte del ser amado, las enfermedades, la pérdida del trabajo o la falta de propósito de vivir.

Esta publicación es una guía que ayudará a recuperar la confianza a través de las afirmaciones, la cromoterapia, el Cristo Reiki, el diario íntimo, la escritura meditativa, la gemoterapia, los mandalas y los Doce Pasos.

Esta obra sirve para la transformación del dolor en alivio, el sufrimiento en creación, la muerte en liberación, para lograr la paz, hasta poder escoger morir dignamente.

- ISBN: Portada suave: 9780990470656
- Editorial: Divinas Letras
- Puerto Rico, 2020
- Número de páginas: 240
- Género literario: No ficción / Una obra de conciencia y sentido de la vida
- Edades / Audiencia / Grupos de interés: Jóvenes y adultos
- **A la venta en:** <https://a.co/d/0cfsxv0m>
Casa Norberto | Librería Laberinto | Escuela de Artes Místicas



Cocina sana

Sabiduría culinaria para transformar tu vida

Cocina sana es un libro de cocina saludable y consciente que invita a transformar la alimentación diaria en un acto de amor, presencia y bienestar integral. Es una aventura culinaria que te ayudará a estar más consciente de tu capacidad sanadora presente en la económica y fácil confección de los alimentos de un alto valor nutritivo. Podrás crear tus propias recetas para potenciar y revitalizar tu salud física y mental.

Comida celebrativa

¡Goza en la elaboración de comida para festejar en sanidad!

Comida consciente

Aprende a bendecir con tus manos y tu corazón, cada mes al manejar que elabores.

Comida satvica

Alternativas, fáciles y saludables para los practicantes de la ciencia Yoga.

Comida criolla sana

Añádele el toque criollo a tus recetas vegetarianas.

Además, se incluyen recetas para el proceso detoxificación entre otras variedades culinarias internacionales.

- ISBN: Portada suave: 9780990470632
- Editorial: Divinas Letras
- Puerto Rico, 2020
- Número de páginas: 200
- Género literario: No ficción / Bienestar y salud integral, Alimentación con intención
- Libro ilustrado por: Sandra Rodríguez
- Edades / Audiencia / Grupos de interés: Adultos (18 años o más)
- **A la venta en:** <https://a.co/d/00FWZ16S>
Casa Norberto | Librería Laberinto | Escuela de Artes Místicas



Activa tu paz
Una guía práctica para transformar el stress en serenidad

Activa tu Paz es una guía consciente para quienes desean reconectar con la serenidad interior en medio de las exigencias de la vida cotidiana. A través de reflexiones accesibles, prácticas posturales sencillas y herramientas inspiradas en la conciencia plena, el libro invita al lector a transformar el estrés, la ansiedad y el ruido mental en oportunidades de equilibrio, presencia y autocompasión.

Con un lenguaje cercano y humano, la autora propone pequeños actos de conciencia que pueden integrarse al día a día, recordándonos que la paz no es un destino lejano, sino una experiencia que puede activarse aquí y ahora. Activa tu Paz acompaña al lector en un proceso íntimo de reconexión consigo mismo, fomentando bienestar emocional, claridad interior y una relación más amorosa con la vida.

- ISBN: Portada suave: 9798585728617
- Editorial: Divinas Letras
- Puerto Rico, 2020
- Número de páginas: 142
- Género literario: No ficción / Desarrollo personal y bienestar, Espiritualidad práctica
- Libro ilustrado por: Melody Mok
- Edades / Audiencia / Grupos de interés: Jóvenes y adultos
- **A la venta en:** <https://a.co/d/01hTTYev>
Casa Norberto | Librería Laberinto | Escuela de Artes Místicas



Yoga en la niñez, paz en la juventud
La paz da comienzo en la infancia y florece en la juventud

Yoga en la Niñez, Paz en la Juventud es una guía práctica y consciente que propone la educación de la paz desde la infancia como base para el desarrollo de jóvenes emocionalmente saludables y resilientes. A través de la ciencia del yoga aplicada a la niñez, la autora ofrece herramientas accesibles para fomentar el equilibrio físico, emocional, mental y espiritual.

El libro integra posturas de yoga, respiración consciente, meditación, relajación y actividades creativas, diseñadas para fortalecer la autoestima, la concentración, la autorregulación emocional y la convivencia armoniosa. Dirigido a familias, educadores y profesionales de la salud, esta obra presenta un enfoque preventivo y transformador frente a los retos del mundo actual.

Una invitación a sembrar hoy la paz interior para cultivar una juventud más consciente, compasiva y comprometida con el bienestar individual y de toda la humanidad.

- ISBN: Portada suave: 9798262838813
- Editorial: Divinas Letras
- Puerto Rico, 2025
- Número de páginas: 240
- Género literario: No ficción / Desarrollo personal y bienestar, Yoga y Mindfulness para la niñez
- Libro ilustrado por: Carlos López
- Edades / Audiencia / Grupos de interés: Niños y jóvenes, Jóvenes y adultos. Escuela elemental 5 a 7 años
- **A la venta en:** <https://a.co/d/0h1I2OYY>
Casa Norberto | Librería Laberinto | Escuela de Artes Místicas