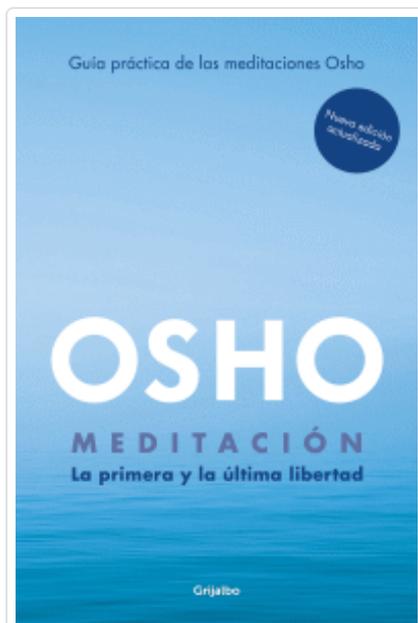


MEDITACION (EDICION AMPLIADA CON MAS DE 80 MEDITACIONES OSHO



OSHO

SINOPSIS

Un gran clásico de OSHO, el manual para la práctica de la meditación. Las páginas de este libro nos transmiten un mensaje claro: la meditación no es una disciplina espiritual alejada de la vida diaria sino que, en su esencia, es el sencillo arte de ser consciente de lo que está sucediendo en nuestro interior y a nuestro alrededor. * Nuevas meditaciones* Nueva presentación de las Meditaciones Activas OSHO y de las Terapias Meditativas OSHO y nuevas meditaciones * Nuevas secciones como: los niños y la meditación * Meditaciones para aprender a morir, meditación y actividad deportiva * Meditaciones para gestionar nuestras emociones * Hacer del sueño una meditación y gestionar el insomnio * MindfulnessEn este libro, Osho nos presenta más de 80 prácticas meditativas fundamentales y responde, con claridad y sencillez, las cuestiones más relevantes sobre este tema, por ejemplo, qué es la auténtica meditación, cuáles son las claves y el objetivo específico de toda técnica meditativa o cómo vencer los obstáculos naturales que podrían surgir durante su práctica. El talento especial de Osho permite al lector profundizar en el espíritu y la consciencia de la meditación. Su clara visión es como un faro nítido y certero que posibilita la realización de la auténtica experiencia mística. ...

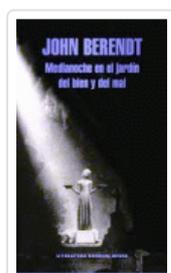


Editorial	GRIJALBO
Materia	PSICOLOGIA
Colección	SIN COLECCION
EAN	9788425362392
Status	Disponible
Páginas	336
Tamaño	140xx24 mm.
Peso	378
Precio (Imp. inc.)	20,90€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	30/08/2023

Títulos relacionados



MALA HORA, LA
GARCIA MARQUEZ



MEDIANOCHE EN EL JARDIN DEL BIEN Y DEL MAL
BERENDT, JOHN



NOTICIA DE UN SECUESTRO
GARCIA MARQUEZ, GABRIEL



POR LA LIEBRE (OBRA PERIODISTICA 4)
GARCIA MARQUEZ, GABRIEL