

FELICIDAD



HANH, THICH NHAT

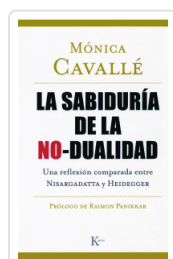
SINOPSIS

La enseñanza fundamental del maestro Zen Thich Nhat Hanh es que la plena conciencia o mindfulness puede enseñarnos a vivir en el presente y desarrollar la paz interior. Accesible tanto a los recién iniciados en el budismo como a practicantes más experimentados, Felicidad es el único libro que recopila todas las prácticas desarrolladas por Thich Nhat Hanh durante sus más de sesenta años como monje y maestro budista. Con secciones dedicadas a la práctica cotidiana, las relaciones, el ejercicio físico, la comida atenta y la práctica con los niños, Felicidad es una guía comprensiva para vivir con plena conciencia nuestra vida cotidiana. ...



Editorial	KAIROS
Materia	AUTOAYUDA Y SUPERACION
Colección	SIN COLECCION
EAN	9788499883144
Status	Disponible
Páginas	232
Tamaño	130xx14 mm.
Peso	1
Precio (Imp. inc.)	16,00€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	29/06/2020

Títulos relacionados



SABIDURÍA DE LA NO-DUALIDAD
CAVALLE CRUZ, MONICA



TRANQUILOS Y ATENTOS COMO UNA RANA
SNEL, ELINE



CUEVA Y EL COSMOS
HARNER, MICHAEL



SENDA DEL CHAMAN
HARNER, MICHAEL