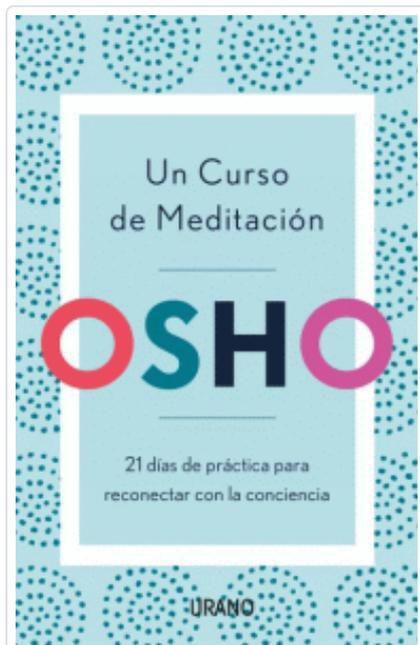


CURSO DE MEDITACION, UN



OSHO

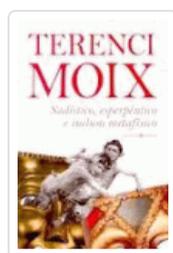
SINOPSIS

aÇó Un libro para los que quieren empezar a practicar la meditación. A diferencia de otros libros de Osho, dirigidos a un público experto, esta obra es mucho más sencilla y llega a un público mucho más amplio. aÇó La página Facebook de Osho en español tiene 1.000.000 de seguidores. aÇó Un programa sencillo en 21 días para aprender las pautas básicas de la meditación e incorporar un hábito saludable que reduce el estrés y favorece la felicidad. Hay muchas ideas distintas acerca de lo que significa meditar. Para el místico contemporáneo OSHO, la meditación es un estado de pura consciencia que nos permite romper la identificación con el pensamiento para experimentar la vida en toda su plenitud. Su magia particular consiste en ofrecer un camino de despertar adaptado a los desafíos de la mente moderna. Dividido en 21 lecciones, este curso está diseñado para explorar de primera mano la vida consciente según sus enseñanzas: desde aspectos del universo anímico como el amor, las relaciones, las emociones negativas o la felicidad hasta facetas que abordan de lleno el desarrollo espiritual, como trascender el ego, observar la mente, autoaceptación o presencia. Cada una de las lecciones viene acompañada de ejercicios de meditación y atención plena, pensadas para superar las barreras de la mente y poder acceder de manera tan sencilla como efectiva a la alegría de vivir con presencia. ...



Editorial	URANO
Materia	MEDITACION
Colección	SIN COLECCION
EAN	9788416720903
Status	Disponible
Páginas	224
Tamaño	135xx mm.
Peso	284
Precio (Imp. inc.)	16,00€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	12/02/2020

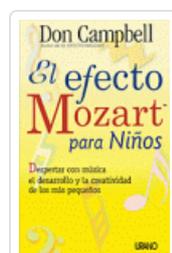
Títulos relacionados



SADISTICO, ESPERPENTICO E INCLUSO METAFISICO
MOIX, TERENCE



SECRETO DE CHANEL Nº5, EL MAZZEO, TILAR J



EFFECTO MOZART PARA NIÑOS, EL DON CAMPBELL



COACHING. HERRAMIENTAS PARA EL CAMBIO
DILTS, ROBERT