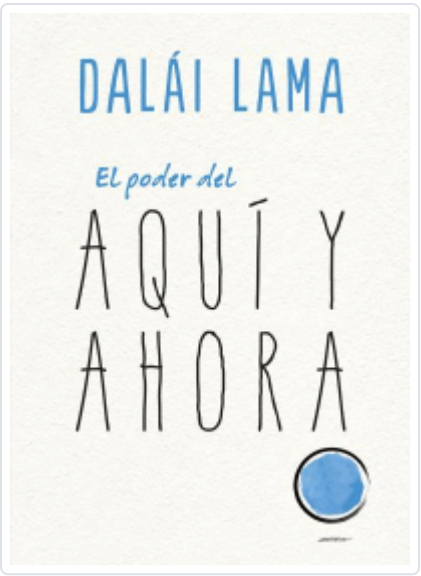
PODER DEL AQUI Y AHORA, EL



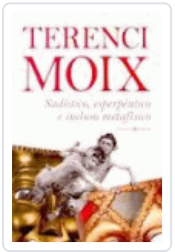
LAMA, DALAI / UEDA, NORIYUKI

SINOPSIS

. El poder de la presencia desde el punto de vista de la meditación budista. . Un libro sencillo y claro sobre uno de los temas más importantes de la espiritualidad. . Dirigido a todo tipo de públicos, incluso niños. Una lección urgente sobre la importancia de volver a conectar con el corazón en este momento clave para la humanidad. A menudo, las prácticas budistas y meditativas insisten en la importancia de experimentar la vida desde el momento presente para evitar el sufrimiento. Pero +qué significa realmente la conexión con el aquí y el ahora? Para su santidad el dalái lama, no implica tanto una práctica de silencio interior o desapego intelectual como un viaje a los estados más elevados del propio corazón. Explorar el poder del aquí y el ahora implica cultivar valores internos como el afecto y la amabilidad, que nos acercan a nuestra humanidad compartida. El venerado líder espiritual está convencido de que distanciarnos de la compasión, que constituye la base misma de la civilización, no solo nos hace sufrir sino que también nos enferma en el plano físico; únicamente el esfuerzo por vivir en el presente, desde un amor compasivo, podrá devolvernos la dicha, la salud y la capacidad de hacer frente a las enfermedades. Una obra impecable, accesible y muy actual, que aporta una perspectiva espiritual a los acontecimientos que están marcando nuestra época. ...

Editorial	URANO
Materia	MEDITACION
Colección	SIN COLECCION
EAN	9788417694104
Status	Disponible
Páginas	128
Tamaño	128xx mm.
Peso	136
Precio (Imp. inc.)	9,50€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	07/05/2021

Títulos relacionados



SADISTICO, ESPERPENTICO E INCLUSO METAFISICO
MOIX,TERENCI

SECRETO DE CHANEL Nº5, EL
MAZZEO,TILAR J

EFECTO MOZART PARA NIÑOS, EL
DON CAMPBELL

COACHING. HERRAMIENTAS PARA EL CAMBIO
DILTS, ROBERT