

MEDITACIONES PARA DESPERTAR EL CORAZÓN Y CULTIVAR EL AMOR Y LA BONDAD



Trungpa, Chogyam

SINOPSIS

Los cincuenta y nueve principios que contiene este libro, comentados por el maestro de meditación tibetano Chögyam Trungpa, están diseñados para despertar tu corazón y cultivar el amor y la bondad hacia los demás. Son revolucionarios porque, al practicarlos, fomentamos todo nuestro potencial personal para poder, así, comprender el mundo tal y como es. Cada uno de ellos ha sido utilizado por los maestros budistas tibetanos durante ocho siglos para ayudar a los estudiantes de meditación a centrarse durante las prácticas de entrenamiento mental, y todos hacen hincapié en la necesidad de afrontar las situaciones ordinarias de la vida con inteligencia y compasión, manteniéndonos en el momento presente para permitirnos vivir de manera más plena en nuestro día a día....



Editorial	URANO
Materia	AUTOAYUDA Y SUPERACION
EAN	9788418714627
Status	Disponible
Páginas	168
Tamaño	230x150x0 mm.
Precio (Imp. inc.)	13,00€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	08/10/2024