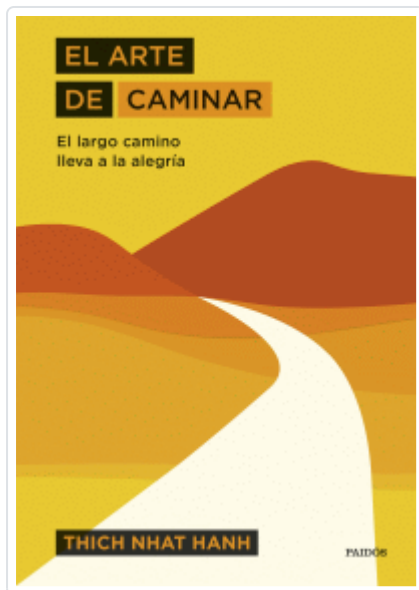


# ARTE DE CAMINAR



## HANH, THICH NHAT

### SINOPSIS

Al revés de lo que mucha gente cree, la meditación no es una práctica obligatoriamente estática. De hecho, una de las formas más sencillas de meditar consiste en hacerlo mientras caminamos, acompasando la respiración al suave movimiento de las piernas y los brazos al pasear. Y el monje budista vietnamita Thich Nhat Hanh nos enseña a dar los primeros pasos, disfrutando de cada movimiento respiratorio, del cielo azul y de las vistas y fragantes aromas que hay a lo largo del camino. ...

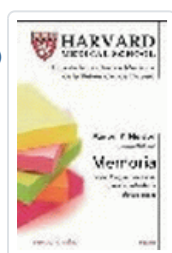


Editorial	PAIDOS
Materia	<Genérica>
Colección	SIN COLECCION
EAN	9788449335730
Status	Disponible
Páginas	96
Tamaño	125xx mm.
Peso	1
Precio (Imp. inc.)	14,00€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	01/04/2019

### Títulos relacionados



COLESTEROL (HARVARD MEDICAL SCHOOL)  
FREEMAN,M



MEMORIA (HARVARD MEDICAL SCHOOL)  
NELSON,A



QUE ES LA GLOBALIZACION?



CREATIVIDAD DE BONO, E.