



El Arte de Vivir (Crecimiento personal)

Thich Nhat Hanh

[Download now](#)

[Read Online](#) 

El Arte de Vivir (Crecimiento personal)

Thich Nhat Hanh

El Arte de Vivir (Crecimiento personal) Thich Nhat Hanh

- Nominado al Premio Nobel de la Paz, el maestro budista Thich Nhat Hanh es uno de los líderes espirituales más reconocidos del mundo.
- Una obra que combina la esencia de las enseñanzas del budismo con la prosa emotiva, iluminadora e intemporal del autor.
- A través de meditaciones, nos invita a experimentar felicidad, paz y libertad en nuestra vida.

Thich Nhat Hanh, uno de los maestros zen más venerados en Occidente, ofrece por primera vez un conjunto de siete meditaciones guiadas inspiradas en las bases del budismo. Vivimos inmersos en percepciones y juicios erróneos que nos provocan todo tipo de sufrimiento. El maestro Thich Nhat Hanh nos presenta por primera vez dos grupos de meditaciones budistas que podemos incorporar a nuestra vida diaria con el fin de liberar a la mente de su prisión y acceder al momento presente, el único que nos permite afrontar la vida desde la alegría y la serenidad.

Pero el budismo, afirma el maestro, no es un sistema filosófico estático, sino el arte mismo de vivir. De ahí que conciba la atención plena, ante todo, como una ruta hacia la compasión, un estado interior integrado con el universo que elimina los sentimientos de miedo y soledad para sustituirlos por otros de felicidad e integración.

Una introducción elegante y delicada al lado más vivo del budismo, para leer, pero también para ceder espacios al silencio, esa región privilegiada donde se ilumina la eternidad del instante.

El Arte de Vivir (Crecimiento personal) Details

Date : Published February 12th 2018 by Urano

ISBN :

Author : Thich Nhat Hanh

Format : Kindle Edition 192 pages

Genre :

 [Download El Arte de Vivir \(Crecimiento personal\) ...pdf](#)

 [Read Online El Arte de Vivir \(Crecimiento personal\) ...pdf](#)

Download and Read Free Online El Arte de Vivir (Crecimiento personal) Thich Nhat Hanh

From Reader Review El Arte de Vivir (Crecimiento personal) for online ebook

Pamic says

"Mis actos son mi única pertenencia. No puedo escapar de las consecuencias de mis actos. Mis actos son la base sobre la que me sostengo."
