

editorial Kairós

Hanh, Thich Nhat

Estás aquí

La magia del momento presente

Thich Nhat Hanh muestra, en este libro, que la atención plena y la intuición pueden despertarnos del estado de letargo, curar nuestras heridas emocionales, mejorar la relación que mantenemos con los demás, conectarnos amorosamente con el universo en que vivimos y ayudarnos, en suma, a romper las cadenas que nos mantienen atados a la rueda del nacimiento y a la muerte.

La obra es también un claro ejemplo de meditación guiada, en la que el maestro dirige, en tiempo real, los pasos que su discípulo va dando por el camino de la sabiduría.



Editorial	Kairós
Colección	Sabiduría perenne
Encuadernación	Tapa blanda o rústica
Páginas	160
Tamaño	200x130x12 mm.
Peso	186
Idioma	Español
Tema	Religiones y espiritualidad
EAN	9788499880280
PVP	16,20 €
PVP sin IVA	15,58 €

