

Siruela

Redwood, Ark

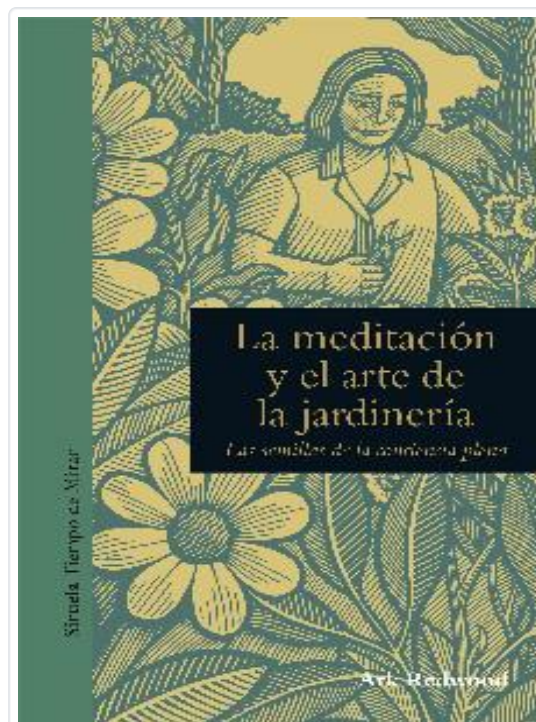
La meditación y el arte de la jardinería

Las semillas de la conciencia plena

¿Qué actividad puede resultar más idónea que la jardinería para aplicar las nuevas tendencias de la meditación y la atención plena?

La meditación y el arte de la jardinería explora el cultivo de las plantas como un ejercicio tanto para el cuerpo como para la mente. Ark Redwood, jardinero jefe de Chalice Well ;unos de los jardines más emblemáticos de Gran Bretaña, que forman parte de la red World Peace Gardens;, nos guía a través de la meditación práctica que puede conllevar el cultivo de las plantas, amplía nuestra conciencia sobre lo vivo y, además, nos ofrece su experta forma de entender la conciencia plena en el entorno de la naturaleza.

Siguiendo capítulo a capítulo la sucesión de las estaciones, nos encontramos con la magia del abono, el poder de la floración y la capacidad de las semillas. Esta obra constituye una lectura imprescindible para quienes pretenden aplicar la dimensión de la conciencia plena a su manera de sentir el cultivo de las plantas.



Editorial	Siruela
Colección	Tiempo de Mirar
Páginas	152
Tamaño	200x130x mm.
Peso	252
Idioma	Español
Tema	Religiones y espiritualidad
EAN	9788416854271
PVP	15,90 €
PVP sin IVA	15,29 €

