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.

Argitaletxea	Kairós
Bilduma	Sabiduría perenne
Azalak	Tapa blanda o rústica
Orrialdeak	160
Neurria	200x130x12 mm.
Pisua	186
Hizkuntza	Español
Gaia	Religiones y espiritualidad
EAN	9788499880280
PVP	16,20 €
PVP,BEZik gabe	15,58 €

9788499880280