



ENSEÑANZAS DE ECKHART TOLLE, LAS **GUÍA PRÁCTICA PARA EL DÍA A DÍA**

Autor: Borruso, Marina

Editorial: Gaia Ediciones

ISBN: 9788484452966

Páginas: 120 + CD AUDIO

Dimensiones: 15,5 x 15,5 cm

Encuadernación: Tapa dura

PVP: 12,00 €

La presente obra (éxito de ventas internacional) está diseñada para ayudar a poner en práctica, día a día, las enseñanzas de Eckhart Tolle, y se ha revelado de gran utilidad para llevar el estado de Presencia a la vida cotidiana y saber convertir las palabras de este gran maestro contemporáneo en una práctica aplicable en el trabajo, en las relaciones y durante las actividades cotidianas, así como para afrontar los momentos de dificultad interior y exterior.

MARINA BORRUSO es maestra espiritual, fotógrafa, escultora y apasionada viajera, y transmite la práctica de **El Poder del Ahora** en todo Europa.

Ha diseñado ejercicios y meditaciones que llevan la práctica de las enseñanzas de Eckhart Tolle a la vida cotidiana. Su enseñanza -impartida durante más de treinta años- va directamente a la esencia de cada ser humano y más allá de las formas temporales o culturales de cada sociedad.

Este libro viene acompañado del CD titulado «Meditación en la Presencia», con cinco meditaciones presentadas en castellano por la propia autora.

1. Meditación de la mañana
2. Meditación en la densidad del sufrimiento
3. Meditación de no-hacer
4. Meditar comiendo
5. Meditación de la noche