



Fin del sufrimiento, El

La esencia de la espiritualidad, nuestra naturaleza real y el retorno a la gracia

Autor: Adyashanti

Editorial: Gaia Ediciones

ISBN: 9788484454366

Páginas: 256

Dimensiones: 14,5 x 21 cm

Encuadernación: Rústica

PVP: 12,00 €

A lo largo de sus más de quince años como maestro espiritual, Adyashanti ha descubierto que cuanto más sencilla es la enseñanza, más poder tiene para cambiar nuestras vidas. Por ello, en *El fin del sufrimiento* presenta las comprensiones fundamentales para «desatar una revolución en nuestra manera de percibir la vida», abandonar nuestras luchas y abrirnos a la promesa plena del despertar espiritual y al descubrimiento de nuestro ser esencial.

Por medio de una indagación progresiva, esta obra explora:

- El dilema humano: el concepto de un yo separado y la posibilidad de dejar de creernos los pensamientos que perpetúan el sufrimiento.
- Cómo «dar un paso atrás» para salir de la ilusión e instalarnos en el potencial puro del momento presente.
- Por qué el despertar espiritual puede ser un proceso inquietante.
- La intimidad y la disponibilidad: sentir la unión absoluta con toda parte de nuestra experiencia.
- La autonomía verdadera: la experiencia única de nuestro sentido de libertad.

El fin del sufrimiento llega al núcleo del por qué sufrimos y muestra que, del mismo modo que caes en brazos de un ser querido o que reposas la cabeza en la almohada por la noche, igualmente puedes «dejarte llevar por un momento de gracia y ...