

Cuando todo se derrumba

Palabras sabias para momentos difíciles

Chödrön, Pema

Editorial: Gaia Ediciones

ISBN: 9788484454298

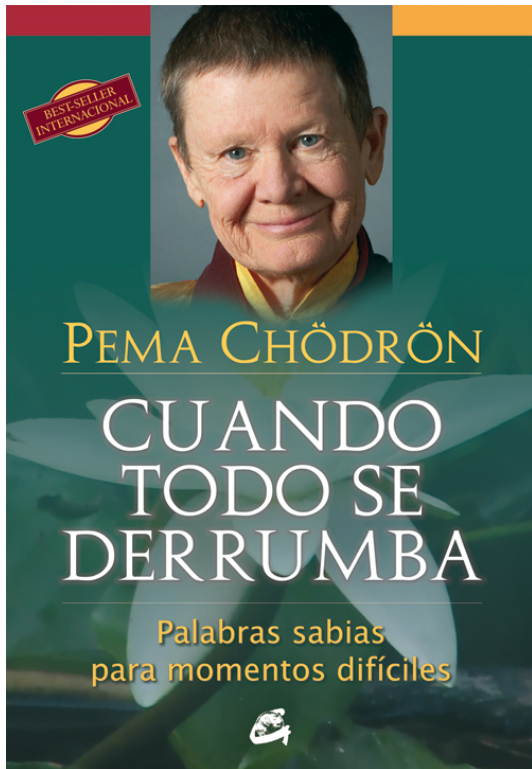
Páginas: 190

Dimensiones: 14,9 x 21 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 10,00 €

Coleccion: Espiritualidad - Budismo Tibetano



SINOPSIS

El término chino para la palabra “crisis” consta de dos ideogramas: uno significa dificultad; el otro, oportunidad. La ancestral sabiduría china refleja así que los momentos de crisis, además de conflictivos, son también momentos «adecuados» que encierran la oportunidad y la promesa de nuevas y más amplias posibilidades.

Esta obra cálida, llena de aliento y de consejos sabios, nos recuerda que la vida es un buen maestro y un buen amigo; y que los momentos difíciles de nuestra vida, aquellos en los que uno se siente descentrado y todo parece derrumbarse, son precisamente una situación ideal para librarnos de lo que nos mantenía atrapados y para abrir nuestro corazón y nuestra mente más allá de los antiguos límites.

Tenemos a nuestro alcance una felicidad esencial que, sin embargo, suele escabullirse entre nuestros dedos. La ironía es que ello sucede precisamente cuando lo que pretendemos es justo lo contrario: escapar del dolor y del sufrimiento.

Los sabios consejos de Pema Chödrön para afrontar esos difíciles momentos de crisis provienen del corazón de la sabiduría tradicional budista y alcanzan directamente la raíz de nuestras habituales actitudes negativas frente a la adversidad.

Sólo hay una manera provechosa de afrontar el sufrimiento, señala Pema. Y esa manera consiste ...