

Meditación

Introducción a la práctica de meditar

Schmidt, Robin; Zimmermann, Heinz

Editorial: Antroposófica

ISBN: 9789876820448

Páginas: 200

Dimensiones: 14 x 21 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 17,00 €



SINOPSIS

Los autores transmiten un panorama acerca de las bases antroposóficas de la meditación y sus posibilidades prácticas para el desarrollo de la vida interior. En el punto central de esto se encuentra la capacidad de conducirse a sí mismo y poder aportar los frutos del trabajo meditativo a la vida cotidiana. Para ello son fundamentales los puntos de vista del escrito de Rudolf Steiner "¿Cómo se alcanza el conocimiento de los mundos superiores?" (La iniciación). A partir de su tarea de muchos años en cursos los autores compendian las experiencias más importantes e ilustran mediante ejemplos de qué forma se construye una meditación y de este modo comenzar una evolución espiritual. Este libro sirve como guía práctica para los principiantes.

En el apéndice se encuentran las más importantes meditaciones y ejercicios de Rudolf Steiner reimprimos y explicados íntegramente.