

## Terapéutica budista para una vida de pareja feliz

Choedak Yutnok, Lama

Editorial: Amara

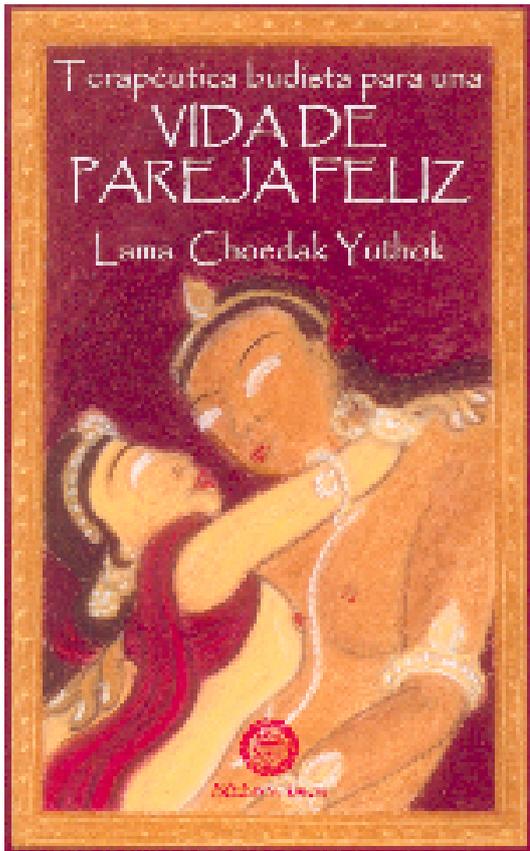
ISBN: 9788495094254

Páginas: 256

Dimensiones: 13,5 x 21,5

Encuadernación: Rústica

PVP.: 18,00 €



### SINOPSIS

El análisis de nuestras actitudes y capacidades a las que nos enfrentamos en nuestras relaciones hacen que sigan siendo vibrantes y sanas, y es desde una perspectiva budista donde exploraremos las causas que produjeron esas dificultades y como erradicarlas si meditamos y practicamos para llegar a curar el pasado transformando de esta manera nuestra actitud, perdonándonos tanto a nosotros mismos como a los demás.

Todo esto nos llevará a aprender de los beneficios que reportan la unión espiritual y el camino que nos lleva a vivir sin negatividad.

Consejos claros y accesibles que aparecen en sus páginas y que nos abren camino para camino para crear una base más estable y satisfactoria sobre la que asentar el resto de nuestra relaciones venideras.