

El trabajo interior

Blay, Antonio

Editorial: Sincronía Editorial

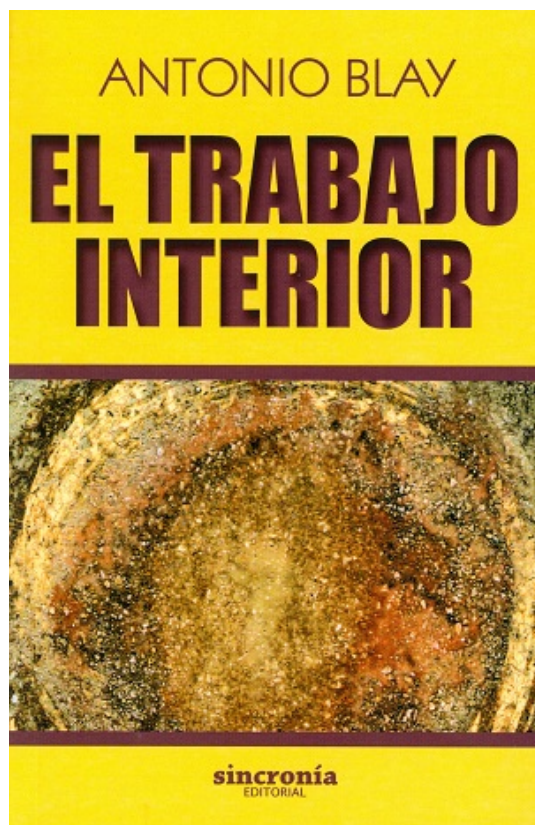
ISBN: 9788494586866

Páginas: 170

Dimensiones: 13 x 20 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 10,00 €



SINOPSIS

Los ejercicios de meditación o de trabajo interior son necesarios para equilibrar nuestra vida, mejorar la personalidad y descubrir la verdad interior.

En este libro recopilatorio se presenta una manografía dedicada a la meditación. En su primer capítulo se exponen los fundamentos teóricos de las prácticas meditacionales. El segundo se dedica a la puesta en práctica de la meditación, con las recomendaciones pertinentes destinadas a que una persona que se inicia en el trabajo interior pueda conseguir unos resultados fructíferos: cómo solventar los escollos y las dificultades y cómo percibir la evolución del trabajo. Y, por último, cinco conferencias de Blay dirigidas a los alumnos con una cierta práctica en la meditación, permitiendo así que se cimienten los hábitos adquiridos con la práctica cotidiana de la meditación.