

## Mindfulness para el jardín

Plantando semillas conscientes

Danaan, Clea

Editorial: Librero

ISBN: 9789463591607

Páginas: 162

Dimensiones: 11.5 x 14 cm

Encuadernación: Tapa dura

PVP.: 6,95 €



### SINOPSIS

Desde cosechar hasta encontrar la parte buena cuando el jardín nos falla, este libro explora la interconexión de la naturaleza que seducirá a cualquier hábil jardinero.

La jardinería y horticultura son mucho más que plantar semillas y crear compost; son una enriquecedora actividad espiritual que nos reconecta a diario con la naturaleza. Mindfulness para el jardín siembra una serie de meditaciones sobre el cuidado de la tierra, enraizando cada pensamiento en una práctica que puede elevar nuestro espíritu además de nuestras plantas.

Clea Danaan es jardinera y profesora. Ha trabajado como educadora al aire libre y está inmersa en la misión de ayudar a más personas a enamorarse de la tierra.