

## SECRETO DE LA FELICIDAD, EL

99 BUDAS PARA VIVIR CON ALEGRÍA Y  
PLENITUD... AQUÍ Y AHORA

Kerstin, Gottfried

Editorial: Océano-Ambar

ISBN: 9788475563008

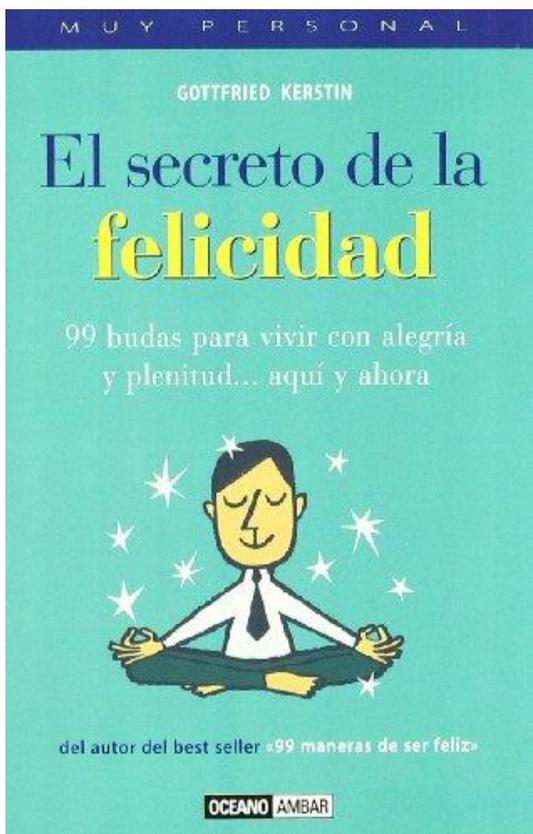
Páginas: 207

Dimensiones: 13,5 x 21

Encuadernación: Rústica

PVP.: 10,40 €

Colección: Muy personal / Relaciones



### SINOPSIS

Desde que Siddhartha Gautama empezó a difundir sus enseñanzas por lo que hoy es la India, hace más de dos milenios, el budismo ha mutado en innumerables variantes e interpretaciones. Del austero zen al colorido lamaísmo tibetano, la rueda del dharma encuentra su modo de expresión en cada cultura del mundo.

A partir de las sonrientes figuritas de Buda que -en la tradición china- apelan a diferentes aspectos de la vida cotidiana, Gottfried Kerstin presenta 99 propuestas inspiradas en las enseñanzas del gran maestro indio para su uso diario.

Cada capítulo se abre con un aforismo y su aplicación práctica en la vida cotidiana: el trabajo, la pareja, las inversiones, el estrés... El autor de 99 maneras de ser feliz cierra cada apartado con un consejo práctico para los que han elegido vivir con alegría y plenitud.