

Libro del despertar, El

Consigue la vida que deseas estando presente en la vida que ya tienes

Nepo, Mark

Editorial: Gaia Ediciones

ISBN: 9788484454229

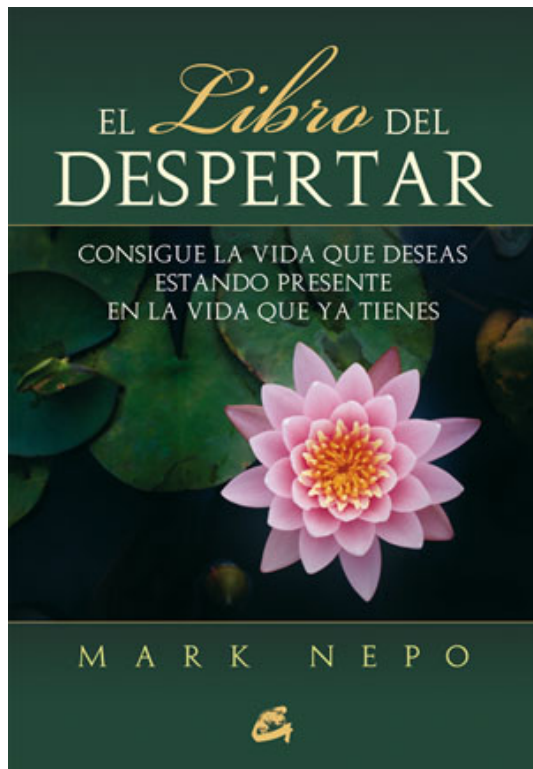
Páginas: 512

Dimensiones: 14,5 x 21 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 19,90 €

Coleccion: Conciencia global



SINOPSIS

Una guía para vivir con autenticidad, día a día, en tiempos difíciles. *El libro del despertar* te ayuda a mantener la cabeza alta, el corazón abierto y los pies en el suelo. "Es verdad -dice Nepo-: Si no puedes ver aquello que estás buscando, observa lo que tienes ante ti. Eso es suficiente."

El libro del despertar, del poeta y profesor Mark Nepo, ofrece pequeñas dosis de lo que realmente importa, además de inspiración de las grandes tradiciones de sabiduría. El comentario para cada día viene acompañado de prácticas sencillas, aunque profundas, destinadas a ayudarnos a vivir la vida que deseamos vivir estando presentes en la vida que tenemos. Porque, en palabras de san Francisco de Asís: "Tú eres eso que estás buscando."

El libro del despertar habla acerca del espíritu y la amistad, sobre nuestra constante necesidad de conservar la vitalidad y de estar enamorados de la vida, por más dificultades que encontremos. Todas las ideas aquí contenidas proceden de múltiples tradiciones, de muchas experiencias, de muchas voces hermosas y honestas, y todas cantan el dolor, la maravilla el misterio del amor.

"Este libro está pensado para ser **útil cada día del año**; para ser un compañero, un amigo del alma. Es ...