

Camino con corazón

Una guía a través de los peligros y promesas de la vida espiritual

Kornfield, Jack

Editorial: La Liebre de Marzo

ISBN: 9788487403323

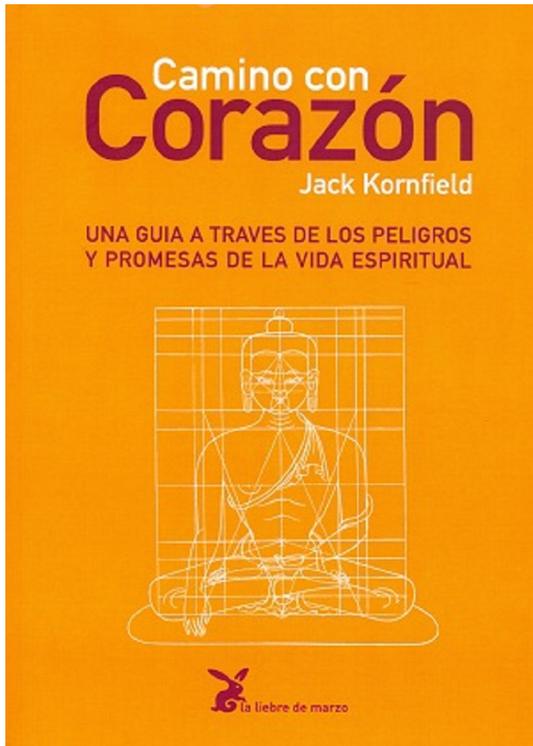
Páginas: 330

Dimensiones: 17 x 24 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 20,00 €

Colección: Ciencia y sabiduría



SINOPSIS

Tal vez este es el libro más importante que se ha escrito sobre la meditación, el proceso de transformación interior y la integración de la práctica espiritual en nuestro modo de vida en Occidente.

Camino con corazón ilumina las posibilidades de paz interior, plenitud y logro de la felicidad, que no dependen de las condiciones exteriores.

Escrito por un profesor, psicólogo y maestro de meditación conocido internacionalmente, este libro cálido, inspirador y, por encima de todo, práctico considera una amplia gama de temas esenciales, incluyendo algunos que, en contadas ocasiones, se contemplan en los libros espirituales. Desde la compasión, la adicción y la sanación psicológica y emocional, pasando por problemas como las relaciones interpersonales y la sexualidad, hasta la creación de una sencillez y equilibrio estilo zen en todas las facetas de la vida, su sutil sabiduría nos guiará con habilidad a través de los obstáculos de la vida contemporánea, aportando una claridad de percepción y un sentido de lo sacro a nuestra vida cotidiana.

JACK KORNFIELD se formó como monje budista en Tailandia, Birmania e India, y enseña, desde 1974, meditación en distintos países del mundo. Es uno de los maestros clave en la introducción a Occidente de la práctica del budismo ...