

The book was found

Comienza Donde Estás: Guía Para Vivir Compasivamente (Budismo) (Spanish Edition)



Synopsis

Comienza donde est s es un manual imprescindible para cultivar nuestro espíritu intrépido y despertar el corazón compasivo. Con lucidez y humor, Pema Ch dr n, autora del best seller Cuando todo se derrumba, nos presenta una guía práctica de cómo hacernos amigos de nosotros mismos y desarrollar la auténtica compasión hacia los demás. Nos muestra además que podemos Â«empezar all  donde estamosÂ», abrazando los aspectos dolorosos de nuestras vidas en lugar de negarlos. Pema Ch dr n enmarca sus enseñanzas sobre la compasión en torno a cincuenta y nueve máximas o eslóganes recogidos de la tradición budista tibetana, como: Â«Mantén siempre y únicamente una mente alegre.Â» Â«No busques en el dolor de otros tu propia felicidad.Â» Â«Medita siempre sobre aquello que te provoca resentimiento.Â» Â«Siéntete agradecido a todos.Â» Trabajando con estas máximas, y mediante la práctica de la meditación, Comienza donde est s nos muestra cómo todos podemos tener la valentía de afrontar y trabajar con nuestro dolor interno y lograr cultivar la alegría, el bienestar y la confianza. PEMA CH DR N es una monja budista americana y alumna muy destacada de Ch gyam Trungpa, el renombrado maestro de meditación. Es profesora residente de la abadía Gampo, en Cape Breton, Nueva Escocia, el primer monasterio tibetano establecido en Norteamérica para los occidentales.

Book Information

File Size: 872 KB

Print Length: 224 pages

Publisher: Gaia Ediciones; 1 edition (December 19, 2011)

Publication Date: December 19, 2011

Language: Spanish

ASIN: B006VXENBC

Word Wise: Not Enabled

Lending: Not Enabled

Enhanced Typesetting: Enabled

Best Sellers Rank: #478,399 Paid in Kindle Store (See Top 100 Paid in Kindle Store) #40

in  Books > Libros en español > Relig i n y espiritualidad > Budismo #58 in  Books >

Libros en español > No-Ficci n > Filosof a > Oriental #712 in  Kindle Store > Kindle

eBooks > Foreign Languages > Spanish > Relig i n

Customer Reviews

De manera muy amena la autora nos trasmite su pasión, dedicación y entrega a la práctica de la compasión como un camino y una elección de vida.Me pareció un libro muy fácil de leer con un mensaje e instrucciones que se pueden seguir. Si sientes que es el momento para ti de abrirte al Amor Compasivo, para que sea más que una bella teoría y haga parta de una experiencia de vida, este libro es genial!.

All of Pema's books are great, and it is even better when they are translated! More people to enjoy them!

Excellent book, recommended ...

[Download to continue reading...](#)

Comienza donde est s: Guía para vivir compasivamente (Budismo) (Spanish Edition) Los Principios del Exito: Como Llegar de Donde Esta a Donde Quiere Ir (Spanish Edition) Budismo (Clásicos del Budismo n  1) (Spanish Edition) Todo Donde esta Wally? Edicion completa (Spanish Edition) LEGO Las Leyendas de Chima: Comienza la leyenda: (Spanish language edition of LEGO Legends of Chima: The Legend Begins) (Spanish Edition) Mindfulness para Principiantes: Budismo Simple y Claro (Spanish Edition) La historia comienza (Biblioteca Amos Oz) (Spanish Edition) PISO 47: Por que después de los 40,la vida apenas comienza (Spanish Edition) Juntos para toda la vida: Una preparación para la celebración del matrimonio (Celebrar Y Vivir El Sacramento Del Matrimonio) (Spanish Edition) Como Entrenar a un Perro para Que Haga sus Necesidades donde Tu Quieres (Spanish Edition) Donde No Hay Doctor Para Animales (Spanish Edition) Presoterapia y Mesoterapia: Guía completa sobre los tratamientos de Presoterapia y Mesoterapia (Mundo Est tica n  1) (Spanish Edition) El calendario del jardinero: Una guía para cuidar su jardín durante todo el año (Guías prácticas de jardinería) (Spanish Edition) Una Guía de Kindle Fire para Novatos: La Guía de Principiantes de Hacer Todo (Spanish Edition) La Guía Completa sobre Plomería: -Materiales modernos y códigos actualizados -Una nueva Guía para trabajar con Tubería de Gas (Black & Decker Complete Guide) (Spanish Edition) Cuidando Su Hogar: La guía Chapman para mejorar las relaciones con su cónyuge (La Guías Chapman) (Spanish Edition) Guía de la Cura para perder peso con HCG: Un suplemento a la guía del Dr. Simeons, "Libras y Pulgadas" (Spanish Edition) Autismo: Explicado Para Principiantes - Tratamiento definitivo para el autism y guía de recuperación (Técnicas disponibles de prevención y detección para superar el autismo n  1) (Spanish Edition) Budismo: Iniciando el camino hacia la Verdad (Spanish Edition) Introducción al budismo: Una presentación

del modo de vida budista (Spanish Edition)

[Dmca](#)