

The book was found

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



Synopsis

Comienza donde estás es un manual imprescindible para cultivar nuestro espíritu intrínseco y despertar el corazón compasivo. Con lucidez y humor, Pema Chödrön, 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 «empezar allí donde estamos», abrazando los aspectos dolorosos de nuestras vidas en lugar de negarlos. Pema Chödrön enmarca sus enseñanzas sobre la compasión en torno a cincuenta y nueve máximas o eslóganes recogidos de la tradición budista tibetana, como: «Mantén siempre y únicamente una mente alegre.» «No busques en el dolor de otros tu propia felicidad.» «Medita siempre sobre aquello que te provoca resentimiento.» «Siéntete agradecido a todos.» Trabajando con estas máximas, y mediante la práctica de la meditación, Comienza donde estás 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 CHÖDRÖN es una monja budista americana y alumna muy destacada de Chögyam 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 > Religión y espiritualidad > Budismo #58 in Books > Libros en español > No-Ficción > Filosofía > Oriental #712 in Kindle Store > Kindle eBooks > Foreign Languages > Spanish > Religión

Customer Reviews

De manera muy amena la autora nos trasmite su pasi3n, dedicaci3n y entrega a la pr3ctica de la compasi3n como un camino y una elecci3n de vida.Me pareci3 un libro muy f3cil 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 m3is que una bella teor3a 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 est3s: Gu3a para vivir compasivamente (Budismo) (Spanish Edition) Los Principios del Exito: Como Llegar de Donde Esta a Donde Quiere Ir (Spanish Edition) Budismo (Cl3sicos del Budismo n3 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 despu3s de los 40,la vida apenas comienza (Spanish Edition) Juntos para toda la vida: Una preparaci3n para la celebraci3n 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: Gu3a completa sobre los tratamientos de Presoterapia y Mesoterapia (Mundo Est3tica n3 1) (Spanish Edition) El calendario del jardinero: Una gu3a para cuidar su jard3n durante todo el a3o (Gu3as pr3cticas de jardiner3a) (Spanish Edition) Una Gu3a de Kindle Fire para Novatos: La Gu3a de Principiantes de Hacer Todo (Spanish Edition) La Gu3a Completa sobre Plomer3a: -Materiales modernos y c3digos actualizados -Una nueva Gu3a para trabajar con Tuber3a de Gas (Black & Decker Complete Guide) (Spanish Edition) Cuidando Su Hogar: La gu3a Chapman para mejorar las relaciones con su c3nyuge (La Gu3as Chapman) (Spanish Edition) Gu3a de la Cura para perder peso con HCG: Un suplemento a la gu3a del Dr. Simeons, "Libras y Pulgadas" (Spanish Edition) Autismo: Explicado Para Principiantes - Tratamiento definitivo para el autism y gu3a de recuperaci3n (T3cnicas disponibles de prevenci3n y detecci3n para superar el autismo n3 1) (Spanish Edition) Budismo: Iniciando el camino hacia la Verdad (Spanish Edition) Introducci3n al budismo: Una presentaci3n

del modo de vida budista (Spanish Edition)

[Dmca](#)