

Didáctica de la Meditación: El Arte de la Meditación y la Atención Consciente en el Camino del Autoconocimiento (Spanish Edition)

Álvaro González

Didáctica de la Meditación: El Arte de la Meditación y la Atención Consciente en el Camino del Autoconocimiento (Spanish Edition) Álvaro González

El Camino del Autoconocimiento es la vía de la transformación y revolución interior, el cultivo de los verdaderos valores humanos, de la plena felicidad y de la libertad. Es el Camino del Despertar de la Conciencia.

La Meditación es una vía de acceso al Autoconocimiento. Es una herramienta que nos permite crear un espacio interior de mayor Autoconciencia y conexión con nuestra esencia. Es una práctica que nos ayuda a trascender y transformar conscientemente el modo habitual en el que nos percibimos y experimentamos a nosotros mismos, los demás y el entorno.

Esta breve obra profundiza, de un modo sencillo y accesible, y apoyándose en las enseñanzas de la Tradición Espiritual, en la teoría y práctica de la Meditación y el cultivo de la Atención Consciente (*Mindfulness*) como herramientas básicas dentro del Camino del Autoconocimiento. Un libro útil para introducirse y profundizar en el Arte de la Meditación y la Atención Consciente.

Descargar y leer en línea Didáctica de la Meditación: El Arte de la Meditación y la Atención Consciente en el Camino del Autoconocimiento (Spanish Edition) Álvaro González

Format: Kindle eBook

Download and Read Online Didáctica de la Meditación: El Arte de la Meditación y la Atención Consciente en el Camino del Autoconocimiento (Spanish Edition) Álvaro González #FCQ5VO0RJSM

Leer Didáctica de la Meditación: El Arte de la Meditación y la Atención Consciente en el Camino del Autoconocimiento (Spanish Edition) by Álvaro González para ebook en líneaDidáctica de la Meditación: El Arte de la Meditación y la Atención Consciente en el Camino del Autoconocimiento (Spanish Edition) by Álvaro González Descarga gratuita de PDF, libros de audio, libros para leer, buenos libros para leer, libros baratos, libros buenos, libros en línea, libros en línea, reseñas de libros epub, leer libros en línea, libros para leer en línea, biblioteca en línea, greatbooks para leer, PDF Mejores libros para leer, libros superiores para leer libros Didáctica de la Meditación: El Arte de la Meditación y la Atención Consciente en el Camino del Autoconocimiento (Spanish Edition) by Álvaro González para leer en línea.Online Didáctica de la Meditación: El Arte de la Meditación y la Atención Consciente en el Camino del Autoconocimiento (Spanish Edition) by Álvaro González ebook PDF descargarDidáctica de la Meditación y la Atención Consciente en el Camino del Autoconocimiento (Spanish Edition) by Álvaro González DocDidáctica de la Meditación: El Arte de la Meditación y la Atención Consciente en el Camino del Autoconocimiento (Spanish Edition) by Álvaro González MobipocketDidáctica de la Meditación: El Arte de la Meditación y la Atención Consciente en el Camino del Autoconocimiento (Spanish Edition) by Álvaro González EPub

FCQ5VO0RJS MFCQ5VO0RJS MFCQ5VO0RJS M