


[DOWNLOAD](#)


## LAS 40 PUERTAS

By DORIA, JOSE M

LA ESFERA, LA ESFERA DE LOS LIBROS S.L., 2016. Rústica (Tapa blanda). Book Condition: Nuevo. Dust Jacket Condition: Nuevo. La consciencia o darse cuenta de lo que se está viviendo, el estar atentos, representa la capacidad emergente que puede permitir un cambio en el corazón humano y, en consecuencia, un cambio de paradigma en el mundo. De la misma forma que todos los ríos llegan al mar, lo mismo sucede con nuestra mirada interna: todas conducen a lo profundo de la presencia. Por tanto, asumir la necesidad de silencio e introspección es fundamental para reconocer los propios procesos mentales y cultivar una progresiva autoconsciencia. . El entrenamiento mindfulness que José María Doria nos regala en estas páginas supone un camino vivencial para activar la inteligencia transpersonal. A través de 40 puertas nos ofrece un amplio abanico de herramientas prácticas para enriquecer nuestra vida cotidiana y desplegar una comprensión transformadora. Cada una de dichas puertas clarifica nuestra mirada y a su vez permite gestionar la vida desde la alta cultura que inspira la esencia. . . El goce de crecer. . Meditación y compasión . . Bienvenidos al desengaño y la desilusión. . El halago. . La ansiedad y el...



**READ ONLINE**

[ 6.7 MB ]

### Reviews

*This published publication is wonderful. Of course, it is actually engage in, still an interesting and amazing literature. It is extremely difficult to leave it before concluding, once you begin to read the book.*

-- **Vickie Wolff**

*This is an awesome publication which i have actually read. This is certainly for all who statte that there was not a well worth reading through. Its been designed in an extremely straightforward way and it is merely after i finished reading this ebook in which actually changed me, affect the way in my opinion.*

-- **Marques Pagac**