

image not found or type unknown



Los lugares que te asustan

Pema Chödrön

Fecha de publicación:
19/11/2019

Un clásico del bienestar que nos enseñará no solo a enfrentarnos a nuestros miedos, sino a convertirlos en sabiduría y valor.

Sello Editorial:
Ediciones Paidós

Las inevitables penalidades de la vida, nos recuerda la autora de este libro esclarecedor, pueden volvernos cada vez más cobardes y amargados o, por el contrario, pueden ser un motivo de fortalecimiento interior. Y estas enseñanzas sencillas y de directa aplicación a la vida cotidiana nos suministran las herramientas mentales necesarias para convertir nuestros temores, angustias y frustraciones en sabiduría y valor.

Contacto de prensa

Nombre: Paloma
Cordón

Teléfono: 93 492 86
33

Email:
pcordon@planeta.es

image not found or type unknown



Pema Chödrön

Pema Chödrön es una monja budista estadounidense del linaje de Chögyam Trungpa, el célebre maestro de meditación tibetano. Es maestra residente en Gampo Abbey, Cape Breton, Nueva Escocia (Canadá), el primer monasterio tibetano creado en Norteamérica para occidentales. Es autora de varios libros, entre los que destacan los éxitos de ventas *Los lugares que te asustan* y *La sabiduría de la no-evasión*, ambos publicados por Oniro.