

image not found or type unknown



Doce pasos hacia una vida compasiva

Karen Armstrong

Fecha de publicación:
22/09/2020

Karen Armstrong abandona los debates sobre las doctrinas y la historia y nos ofrece un libro práctico y apasionado cuyo objetivo es ayudarnos a hacer del mundo un lugar más compasivo, explicándonos el benéfico papel de la compasión en la sociedad actual.

Sello Editorial:
Ediciones Paidós

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordon

La autora cree firmemente que la compasión es una característica de todos los seres humanos y que es preciso que nos esforcemos en cultivar y poner en práctica nuestra capacidad de compadecernos en las situaciones difíciles que experimentan quienes nos rodean.

En este libro **Armstrong** nos hace reflexionar sobre todo ello y nos propone un programa que nos conduce a una vida más compasiva.

Teléfono: 93 492 86 33

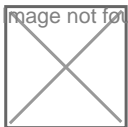
Los doce pasos que Armstrong sugiere empiezan con "Aprendamos sobre la compasión" y se cierran con "Ama a tus enemigos". Entre ambos capítulos, nos habla de la compasión hacia nosotros mismos; de la práctica del *mindfulness*; del sufrimiento; de las alegrías compartidas y también de los límites de nuestro conocimiento de los demás.

Email:
pcordon@planeta.es

A lo largo del texto, propone formas concretas de poner en práctica la compasión en nuestras vidas cotidianas, y nos insta a que aprendamos a ponernos en el lugar de los demás.

El libro recoge también la *Carta de la Compasión* que ha sido firmada por destacadas personalidades de diversas religiones.

image not found or type unknown



Karen Armstrong

Premio Princesa de Asturias de Ciencias Sociales 2017

Karen Armstrong es una de las principales expertas del mundo en temas religiosos. Pasó siete años como monja católica, pero en 1969 colgó los hábitos para estudiar inglés en el St Anne's College de Oxford. En 1982 se convirtió en escritora y locutora a tiempo completo. Es autora de dieciséis libros y ha sido galardonada con honores y premios en todo el mundo, incluido el premio inaugural Nayef Al-Rodhan de la Academia Británica para mejorar el entendimiento transcultural en 2013 y el premio Princesa de Asturias de ciencias sociales en 2017.