



El silencio es algo vivo

Chandra Livia Candiani

Una aproximación poética al arte de la meditación.

En el mundo de Chandra Livia Candiani, donde la palabra es imagen y poesía, meditar es quedarse quieto, seguir con paciencia la respiración y acogerla en silencio y con humildad; es seguir los movimientos de nuestra mente sin detenernos en los pensamientos sobre el pasado y el futuro, y dejar que pasen delante de nosotros como pájaros en un cielo vasto.

Meditar no consiste en crear un vacío a nuestro alrededor, sino en unir dos mundos: el de lo espiritual y el de lo cotidiano. Y entonces los gestos más ordinarios como cocinar, lavar, limpiar o leer pueden convertirse en formas de oración, en rituales que nos conectan en intimidad con nosotros mismos y lo que nos ocurre.

Escrito con una bella prosa poética, *El silencio es algo vivo* nos sumerge en un viaje hacia la práctica meditativa y nos demuestra que sembrar la meditación, así como la poesía, significa ante todo avivar la conciencia y reconocer que comprender es aprender a escuchar y esperar.

Fecha de publicación:

26/10/2022

Sello Editorial:

Editorial Ariel

Contacto de prensa

Nombre: Laura Fabregat

Teléfono: 934928947

Email: lfabregat@planeta.es

Nombre: Laia Barreda Vicent

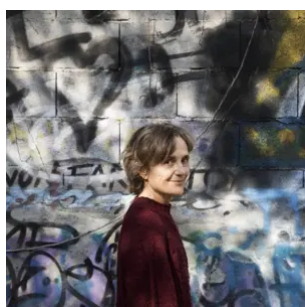
Teléfono: 93 492 8308

Email: laia.barreda@planeta.es

Nombre: Erica Aspas

Teléfono: 934928752

Email: easpas@planeta.es



Chandra Livia Candiani

Chandra Livia Candiani es poeta y traductora. Especialista en meditación y traducción de textos budistas, tiene una amplia carrera como poetisa y profesora de poesía en escuelas y talleres. Ganadora de premios como el Eugenio Montale y el Camaiore, entre sus ensayos más recientes destaca *Questo immenso non sapere*.