

ÁRBOL DE LA MEDITACIÓN. DE LA ASPIRACIÓN A LA PLENITUD



PERAGÓN, JULIÁN

SINOPSIS

Es un libro que invita a todos, meditadores y no meditadores, a recorrer un camino interior de autodescubrimiento. Con una escritura poética e inspiradora y en ciertos momentos mística el autor vincula los diferentes procesos de la meditación con la metáfora fecunda del árbol. Ensalza la figura del árbol como una buena metáfora de la savia que recorre el proceso meditativo. No podríamos entender los méritos de la meditación (frutos) y las variadas experiencias que se dan en su seno (flores) sin comprender las técnicas que utilizamos y las estrategias básicas que buscan calma y claridad (ramas). No podríamos darle consistencia a todo el proceso sin una disciplina estable (tronco). Tampoco sostener el anhelo de trascendencia que surge desde la revisión de la insatisfacción (raíces) y, por supuesto, no habría árbol sin la intención nuclear que nos mueve (semilla) y sin contar con la realidad en la que estamos insertos (tierra). El árbol de la meditación ejemplifica el camino que va de la semilla al fruto, de nuestras intenciones a sus consecuencias y nos recuerda que hay un tiempo de siembra y otro de labor ardua antes de la cosecha....



Editorial	ACANTO
Materia	MENTE, CUERPO Y ESPIRITU: PENSAMIENTO Y PRACTICA
Colección	ACANTO
EAN	9788412666489
Status	Disponible
Páginas	100
Tamaño	215x145x0 mm.
Precio (Imp. inc.)	16,90€
Fecha de lanzamiento	24/02/2026

Títulos relacionados



DIRECTORIO DE
ORIGAMI
WOOD, ASHLEY



APRENDE A
TOCAR EL BAJO
CAPONE, PHIL



APRENDER A
LEER MUSICA + CD
FOGG, ROD



BIBLIA DEL
BATERISTA
SCOTT, JUSTIN