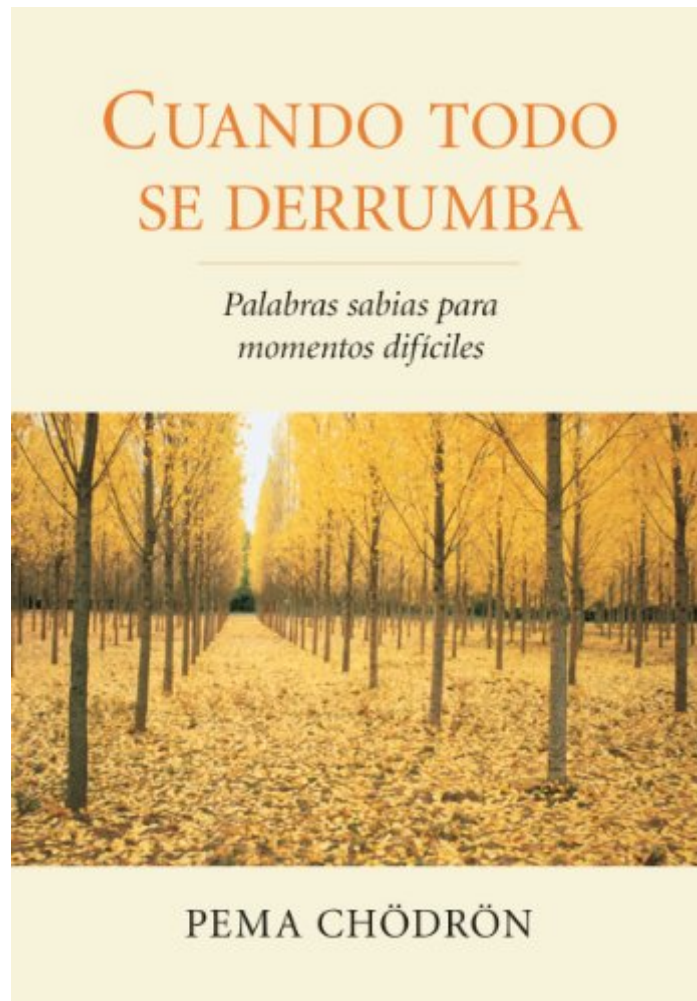


The book was found

Cuando Todo Se Derrumba: Palabras Sabias Para Momentos Dificiles (Spanish Edition)



Synopsis

Tenemos a nuestro alcance una oportunidad fundamental de felicidad que por lo general desperdiciamos, irónicamente, por estar atrapados en nuestros intentos por escapar del dolor y el sufrimiento. Pema Chödrön da un consejo compasivo y radical extraído de la sabiduría budista para cuando todo se derrumba en nuestras vidas, consejo que va a contrapelo de nuestras costumbres y expectativas habituales. Sólo hay una manera de encarar el sufrimiento que proporcione beneficio duradero, nos enseña Pema: ir hacia las situaciones dolorosas con cordialidad y curiosidad, relajándonos en la insubstancialidad fundamental de toda nuestra situación. Es ahí, en medio del caos, que podemos descubrir la verdad y el amor que son indestructibles. El libro incluye:

- Modos de usar las emociones dolorosas para cultivar la sabiduría, la compasión y la valentía
- Métodos de comunicación que llevan a una verdadera apertura hacia los demás y a una verdadera cercanía
- Prácticas para revertir patrones negativos habituales
- Técnicas para trabajar con situaciones caóticas
- Herramientas para cultivar una acción social enérgica y compasiva

There is a fundamental opportunity for happiness right within our reach, yet we usually miss it "ironically while we are caught up in attempts to escape pain and suffering. Drawn from traditional Buddhist wisdom, Pema Chödrön's radical and compassionate advice for what to do when things fall apart in our lives goes against the grain of our usual habits and expectations. There is only one approach to suffering that is of lasting benefit, Pema teaches, and that approach involves moving toward painful situations with friendliness and curiosity, relaxing into the essential groundlessness of our entire situation. It is there, in the midst of chaos, that we can discover the truth and love that are indestructible. Included in the book are:

- Ways to use painful emotions to cultivate wisdom, compassion, and courage
- Methods of communicating that lead to openness and true intimacy with others
- Practices for reversing negative habitual patterns
- Techniques for working with chaotic situations
- Tools for cultivating compassionate, energetic social action

Book Information

File Size: 402 KB

Print Length: 190 pages

Publisher: Shambhala Publications (June 29, 2012)

Publication Date: June 29, 2012

Sold by: Digital Services LLC

Language: Spanish

ASIN: B008H35KW0

Word Wise: Not Enabled

Lending: Not Enabled

Enhanced Typesetting: Enabled

Best Sellers Rank: #715,255 Paid in Kindle Store (See Top 100 Paid in Kindle Store) #72

in Books > Libros en espaÃol > Religión y espiritualidad > Budismo #108 in Books > Libros en espaÃol > No-Ficción > Filosofía > Oriental #487 in Kindle Store > Kindle eBooks > Religion & Spirituality > Buddhism > Tibetan

Customer Reviews

Lo compré porque me fue recomendado libro de la monja. Es excelente te da guías para trabajar contigo misma, prácticas sencillas y que funcionan. Recomendando este libro, te ayuda realmente.

Libro sencillo, fácil de leer y con enseñanzas prácticas, con esa mentalidad del budismo tibetano de lo simple que puede hacer más fácil los momentos duros de la vida

I bought it for my mom. It is great to have Pema Chodron's books in other languages. Pema's words are perfect when you have problems and feel really down.

Wonderful book. Very helpful when you are in the blur. It help me and many other friends in difficult times.

I have given this book away so many times, now to a Spanish speaking friend. Really worth the read. Thanks!

[Download to continue reading...](#)

Cuando todo se derrumba (When Things Fall Apart): Palabras sabias para momentos difíciles (Spanish Edition) Cuando todo se derrumba: Palabras sabias para momentos difíciles (Spanish Edition) Que Pasa Por Alla Abajo?: Respuestas Faciles a Preguntas Dificiles para un Adolescente Runas, el oráculo de las piedras sabias: Aprenda a tirar las runas fácilmente (Spanish Edition) Aprendiendo a amar.: Cuando tu cambias, todo cambia. (Spanish Edition) Mujeres difíciles, hombres complicados (Conferencia grabada en vivo) (Spanish Edition) Momentos especiales /

Digital Wedding Photography: Fotografía de boda y reportaje social / Capturing Beautiful Memories (Spanish Edition) Romantica: Momentos De Química "Libro 1": Romantica Erotica en Español (Spanish Edition) Ser papá: Saboreando esos momentos dados por Dios (Spanish Edition) Oraciones que las Mujeres Oran: Momentos Intimos con Dios (Spanish Edition) QUÉ HACER en los MOMENTOS de SOLEDAD: CÓMO PERDER NUESTROS MIEDOS (BEST SELLERS CATOLICOS DE AUTO SUPERACIÓN) (Spanish Edition) MÃ©todo de Castañuelas (MÃ©todo de Castañuelas - Teresa Laiz -) (Volume 1) (Spanish Edition) ¿Dios existe?: El libro que todo creyente debería (y todo ateo temer) leer (Spanish Edition) Encuentros con hombres notables (Del Todo Y De Todo, Segunda Serie) (Spanish Edition) Cuando el día tiene 36 horas: Una guía para cuidar a enfermos con pérdida de memoria (Spanish Edition) Como cuidar de tus padres cuando envejecen / Caring for your aging parents: 7 pasos para cuidar y atender adecuadamente a las personas mayores / A planning and action guide (Spanish Edition) 8 pasos para una espalda sin dolor: Recuerde cuando no dolía (Spanish Edition) 100 palabras en inglés que los niños deben leer en 2o grado: Spanish (101 Words Kids Need to Read) (Spanish Edition) La Guía Para Construir Tu Huerto Elevado De Baja Mantenimiento: Todo lo que necesitas saber para construir tu huerto casero y comenzar a cultivar tus propias verduras y frutas frescas (Spanish Edition) 365 cuentos para leer en la cama: Historias para leer a los niños antes de dormir durante todo el año (Spanish Edition)

[Dmca](#)