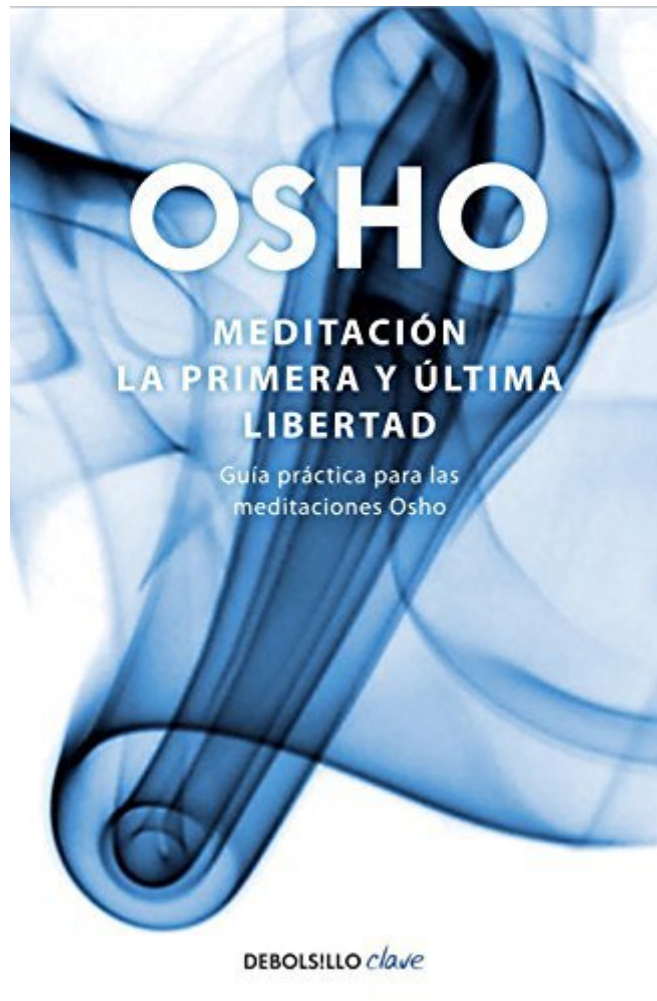


## Meditación (CLAVE)



Editor: Debolsillo

Autor: OSHO

Longitud de impresión: 264

Idioma: Español

PDF

Meditación, la primera y última libertad es un manual para la práctica de la meditación. Se trata de un gran clásico de Osho, que incluye más de sesenta prácticas meditativas, basadas todas ellas en tres aprendizajes esenciales: alcanzar un estado de relajación, aprender a observar la mente sin interferir y hacerlo sin juzgar. Muy particularmente, esta obra recoge las instrucciones para las populares «Meditaciones Activas Osho», creadas específicamente por Osho para permitir al hombre moderno, inmerso en una vida ajetreada, conocer de forma rápida el silencio y el sabor de la meditación. A través de las páginas de este libro el mensaje es claro: la meditación no es una disciplina espiritual alejada de la vida diaria en el mundo real sino que, en su esencia, es el sencillo arte de ser consciente de lo que está sucediendo en nuestro interior y a nuestro alrededor. Más de sesenta prácticas meditativas fundamentales y respuestas a cuestiones claves sobre meditación. Osho ha sido descrito por el Sunday Times

de Londres como «uno de los mil artifices del siglo xx» y por el Sunday Mid-Day (India) como una de las diez personas #junto a Gandhi, Nehru y Buda# que ha cambiado el destino de la India. En una sociedad donde tantas visiones religiosas e ideológicas tradicionales parecen irremediabilmente pasadas de moda, la singularidad de Osho consiste en que no nos ofrece soluciones, sino herramientas para que las personas las encuentren por sí mismas.

<http://k2s.cc/file/dec389030db5f/a7DY7vLFe.pdf.rar>