

The book was found

El Libro De La Paciencia: Un MÃ©todo Eficaz Para Combatir El Enojo Y Reducir El EstrÃ¡s. (Spanish Edition)

El libro de la PACIENCIA

Un mÃ©todo eficaz para combatir el enojo y reducir el estrÃ©s.



Alberto Atala
Prólogo de Marco Antonio Karam



Synopsis

El objetivo principal de este ensayo es abordar el tema de la paciencia y, su contraparte, la emoción afflictiva del enojo. El autor enumera una serie de preguntas y aforismos para despertar en ustedes una sana curiosidad y animarlos a emprender la aventura de investigar a partir de su propia experiencia.

La Paciencia: ¿Es ésta una utopía?
La Paciencia: ¿Es debilidad o virtud?
La Paciencia: ¿Es un remedio contra el estrés?
La Paciencia: ¿Desarrollarla conlleva a mejorar nuestra calidad de vida?
La Paciencia: ¿Es una tarjeta de crédito las 24 horas del día?
La Paciencia: ¿Es ésta un arte?
La Paciencia: Es un filtro para las emociones afflictivas.
La Paciencia: Cuerpo enfermo en mente sana; esta se torna en un don.
La Paciencia: Antídoto del enojo.
La Paciencia: El mejor regalo que te puedes dar.
La Paciencia: La persona que te daña, maestra por excelencia para practicar.
La Paciencia: Cualidad para afrontar la adversidad sin miedo.
La Paciencia: Cuando es auténtica antecede al enojo.
La Paciencia: Elemento medular de la espiritualidad.

En realidad lo que se acaba de describir son solamente ideas que nos pueden hacer pensar con cual de estas propuestas nos identificamos o, por el contrario disentimos. Lo cierto es que tarde o temprano enfrentaremos situaciones que nos remitan a lo anterior.

"La decisión de publicar este libro en nuestra Editorial es justamente la relevancia que tiene la paciencia como un posible antídoto al incendio de violencia que vivimos actualmente en nuestro mundo y país. Hoy más que nunca necesitamos de una herramienta que nos de equilibrio, una cierta paz interna que nos permita acceder a un dominio ejemplar sobre nosotros mismos, como un freno de mano que ayude a disminuir la velocidad de nuestras vidas y que en esa pausa nos permita responder a situaciones de una manera apropiada y compasiva, en lugar de impactarnos con nuestras propias emociones y problemas. Es de vital importancia aprender a ser pacientes así como mostrar este valioso camino a otros. Por ello, Alberto ha llamado así a este manual: 'el libro de la paciencia', estructurado como una excelente guía. Sin duda, será de beneficio para cualquiera que esté buscando progresar en el sendero hacia la madurez espiritual".

Marco Antonio Karam

Book Information

File Size: 1052 KB

Print Length: 117 pages

Simultaneous Device Usage: Unlimited

Publisher: Casa Tibet Maficó; 1 edition (July 17, 2016)

Publication Date: July 17, 2016

Sold by: Digital Services LLC

Language: Spanish

ASIN: B01IO2OSMQ

Word Wise: Not Enabled

Lending: Not Enabled

Enhanced Typesetting: Not Enabled

Best Sellers Rank: #713,090 Paid in Kindle Store (See Top 100 Paid in Kindle Store) #69
in Books > Libros en espaÃƒÂnol > ReligiÃƒÂn y espiritualidad > Budismo #108 in Books >
Libros en espaÃƒÂnol > No-FicciÃƒÂn > FilosofÃƒÂa > Oriental #1234 in Kindle Store > Kindle
eBooks > Foreign Languages > Spanish > ReligiÃƒÂn

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

El libro de la paciencia: Un mÃ©todo eficaz para combatir el enojo y reducir el estrÃ©s. (Spanish Edition)
Libro de colorear - Jardín de fantasía: Para reducir el estrÃ©s, la ansiedad y la depresión (Spanish Edition)
Libro de Cocina de la Dieta DASH: Recetas Rápidas y deliciosas para perder peso, prevenir la diabetes y reducir la presión sanguínea (Spanish Edition)
Equilibrio. Libro de colorear para adultos: Técnicas de reducción de estrés (Color Nirvana) (Volume 1) (Spanish Edition)
EL CACHORRO 8 ESENCIALES NORMAS DE CAPACITACIÓN: Aprender 8 Poderosamente Eficaz Y Reglas Simples Para Entrenar A Tu Cachorro Para Convertirse En Un Perro ... Mascota Fácil Serie nº 4) (Spanish Edition)
Como Crear Un Plan De Marketing Eficaz: Guía para novatos y expertos para crear un estrategia de marketing efectiva (Internet Marketing nº 2) (Spanish Edition)
El mono estresado: Todo lo que usted necesita saber sobre el estrÃ©s, su prevención y su tratamiento, como nunca se lo habÃ¡an contado (Spanish Edition)
Lego libro de colorear: Un 60 encantador libro de colorear pÃ¡ginas para niÃ±os de 3 aÃ±os. Todos los Ãºltimos personajes de caballeros de Nexo y Ninjago ... en todo mundo de lego. (Spanish Edition)
Tus Zonas Erroneas / Your Erroneous Zones: Guia Para Combatir Las Causas De LA Infelicidad (Spanish Edition)
Tus zonas erróneas: Guía para combatir las causas de la infelicidad (Spanish Edition)
El cerebro obeso: Las claves para combatir la obesidad están en el cerebro (Spanish Edition)
Alegria: Libro Para Colorear Para Adultos (Mandalas Fantásticos, Volumen 2): Un Maravilloso Libro de Arte Terapia Antiestres con Mandalas Zen Para ... Desarrollar la Creatividad (Spanish Edition)
Pokemon Libro de Colorear para niÃ±os Volume 2: En este tamaÃ±o A4 del libro de colorear, hemos capturado 76 criaturas capturable de Pokemon Go para que ... De Colorear Para NiÃ±os) (Spanish Edition)
Â¿Dios existe?: El libro que todo creyente deberÃ¡ (y todo ateo temerÃ¡) leer (Spanish Edition)
COMUNICACIÓN EFECTIVA: (Secretos de un Publicista)

Principios bÁsicos de persuasiÃ n aplicados para lograr una comunicaciÃ n efectiva, eficaz y movilizadora (Spanish Edition) El pequeÃ o libro para invertir con sentido comÃ³n: El mejor mÃ©todo para garantizar la rentabilidad en bolsa (Spanish Edition) Children's Spanish books: "Â Si no estuviera tan solo!":: Libro en EspaÃ ol para niÃ os (Spanish Edition) libro de animales (series book) Cuento para Dormir ... ESL Books: (Spanish book for kids) nÂº 2) GuÃ-a Sin EstrÃ©s Para Organizar Tu Hogar en 7 DÃ-as (Spanish Edition) Los 7 pasos para ser mÃjs feliz: CÃ mo liberarte del estrÃ©s, las preocupaciones y las angustias del pasado (Spanish Edition) Proponte Ser Feliz: Pinta Una Sonrisa En Tu Rostro Todos Los DÃ-as y Elimina El EstrÃ©s y La Ansiedad Para Siempre. 30 Conductas Proactivas de Autoayuda (GuÃ-a de Vida, nÂº)

[Dmca](#)