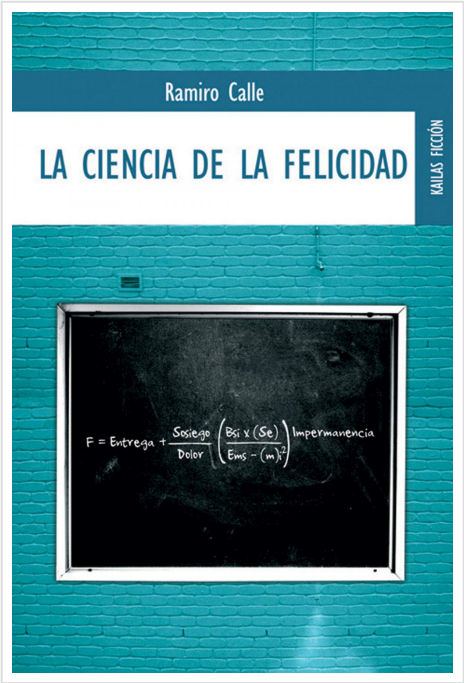


La ciencia de la felicidad: Cómo ser feliz a pesar de todo(s)

Calle Capilla, Ramiro Antonio

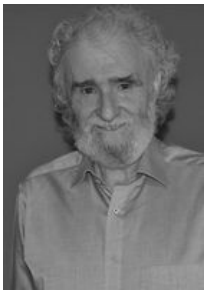
KAILAS

Materia: AUTOAYUDA
Colección: SIN COLECCION
Encuadernación: TAPA BLANDA O BOLSILLO
PVP: 16.90 €
EAN: 9788489624382
Páginas: 148
Tamaño: 140x210 mm.

Sinopsis

¿Se puede encontrar el sosiego y la dicha interior a pesar de los inconvenientes, las contrariedades y las circunstancias adversas que origina esta sociedad? ¿Se puede hallar la serenidad y el contento a pesar de que tenemos, a veces, que tratar irremediablemente con personas desaprensivas, hostiles o lesivas? Sí, a pesar de todo y de todos, uno puede conectar con su realidad interior más íntima y profunda, reorganizar su vida psíquica armonizándola y encontrar una satisfacción y una dicha que no pueden procurar los logros en el mundo exterior, donde todo está sometido a la inexorable ley de la transitoriedad. Ramiro Calle nos guía en la búsqueda del camino del bienestar, la liberación del sufrimiento innecesario, el conocimiento de nosotros mismos y de nuestra mente. Nos ayuda a cultivar el sosiego, la satisfacción, y nos ofrece la fórmula infalible para alejarnos de nuestras propias ataduras en busca de la armonía interior. Esta obra proporciona las claves para encontrar las herramientas fundamentales que debemos ejercitar para hallar el equilibrio y la lucidez que renuevan el ánimo y el alma.

Ramiro Calle Capilla



Pionero de la enseñanza del yoga en España, disciplina que imparte desde hace más de veinticinco años, es director del Centro de Yoga y Orientalismo Shadak.

Considerado el escritor orientalista más importante del país, Ramiro Calle es autor de más de un centenar de libros, fascículos y vídeos donde ha estudiado en profundidad los efectos terapéuticos de las psicologías orientales y los aportes de la meditación al psicoanálisis, la psicoterapia y la neurociencia.

Asiduo conferenciante, ha intervenido asimismo en diversos programas de radio y televisión, y fue el impulsor de las primeras investigaciones médico-yóguicas en nuestro país, en colaboración con destacados especialistas.