

Sub Pomul de scortisoara. Meditatii



Intentia acestei carti nu este aceea de a oferi texte literare - poezii sau eseuri - ci un ansamblu de cuvinte si imagini conceput ca un ghid de meditatie in lucrul cu sine. Scopul este exersarea abilitatii de a fi si a face - astfel incat prin indrumarea atentiei - cu...

Rating: Nu a fost evaluat inca

Pret:

Pret catalog: 29,00 lei

Pret cu reducere: 27,62 lei

Pretul de vanzare: 29,00 lei

[Pune o intrebare despre aceasta carte](#)

Descriere

"Intentia acestei carti nu este aceea de a oferi texte literare, poezii sau eseuri, ci un ansamblu de cuvinte si imagini conceput ca un ghid de meditatie in lucrul cu sine. Scopul este exersarea abilitatii de "a fi" si "a face", astfel incat prin indrumarea atentiei, cu intentie si fara judecata, sa devina mai usor posibile acele schimbari ale mintii capabile sa duca la transformari pozitive ale constiintei si vietii."

"Reflectia propusa aici este rezultatul integrarii unor tehnici si metode din domeniul dezvoltarii personale in sens larg, precum si propriei experiente, personale si profesionale, in calitate de coach si formator in comunicare si relatii interumane."

"Cartea poate fi parcursa atat "pe drumul lecturii" cat si "pe drumul lucrului cu sine". Cititorii care vor alege sa exploreze si cel de al doilea drum, pe calea cunoasterii de sine si a schimbarilor pozitive - prin cultivarea calitatilor mintii, a flexibilitatii mental-emotionale, a capacitatii de concentrare si sustinere a atentiei - vor gasi sugestii, scrise pentru ei, sub titlul Ghid de lectura."

Daniela Andreescu, Cuvant inainte

*

Parcurgand drumul catre sine insasi si ajutandu-i si pe altii s-o faca, Daniela Andreescu se "dezvaluie" - deci - in trepte: doar pe jumatate in prima etapa, pentru ca apoi, in cea secunda, si mai departe pe traseu, sa se arate complet la fata, la noua ei fata. Detaliu semnificativ: o face acum, in **Sub Pomul de scortisoara**, in romaneste, dupa ce in **The Gift of Now** folosisese limba engleza.

Ion Bogdan Lefter, Prefata

CUPRINS

Prefata 6

Cuvant inainte 14

Ghid de lectura 17

LA INCEPUT 27

TRIADE 31

Sub Pomul de scortisoara 33

Tacerea cuvintului 36

Despre tacere si ascultare 38

Dresorul 51

Libertatea pierduta 53

Despre libertate si eliberare 54

Cand iubesc nitel 59

Iubirea in sine 61

Despre iubiri 62

Durerea sarata 67

Suferinta noastra cea de toate zilele 69

Despre suferinta 72

Scrisoarea 79

Iti scriu 81

Despre sine 82

Visul vorbelor 87

Dincolo de cuvinte 89

Despre Da si Nu 90

Inchipuiri fara chip 95

Exercitii de vedere 97

Despre ne-iertare 99

Ploaia prafului de zane 103

Cum ar fi 105

Despre tine 106

Domnisoara Cosmari 117

Cosmarul unei nopti de vis 120

Despre dorinte 121

SOLO 127

Urme pe zapada 129

Glis 131

Apus 133

Mancand pe peron 135

Astrualbastru 137

Reteta pentru drum 139

Viata In cuvinte 141

Jocul respiratiilor 145

Capetele lumii 149

DUET 151

Numele 152

Gondrag 156

INCHEIERE 165

Despre autoare 168

Reviews

Nu exista comentarii pentru acest produs.