

ENTRA EN TI



Nº de páginas:	192 págs.
ISBN:	9788433027528
Año edición:	2014
Editorial:	DESCLEE DE BROUWER
Plaza de edición:	ESPAÑA
Lengua:	CASTELLANO
Autor:	ENRIQUE MONTALT ALCAYDE
Categoría:	Ciencias Humanas

[ENTRA EN TI.pdf](#)

[ENTRA EN TI.epub](#)

Este libro lo hemos escrito dos hermanos, Enrique y Mercedes, con la pretensión de facilitar el camino hacia dentro que nosotros mismos estamos recorriendo. Un camino simple pero muy valioso que nos lleva a la verdad de lo que somos. Este camino está vacío de conceptos, teorías o métodos; solo necesitas la intención de emprenderlo, la confianza en ti, la perseverancia en la práctica y así disponerte para vivir la experiencia de Dios que está en ti. Los doce capítulos nos presentan un estilo de vida que es la Mindfulness o Atención Plena de nuestras percepciones, emociones, sentimientos y pensamientos; para estar conscientes y proyectar nuestra consciencia en la vida cotidiana; para ser conscientes y a través de la práctica meditativa llegar al adentramiento íntimo. Nos abre a la riqueza y belleza de lo que somos; entramos en ese espacio de quietud, serenidad y calma donde descubrimos que ése es mi ser, mi identidad. Ahí se respira a Dios, que es la Presencia que nos habita. Aquí no encontrarás planes y proyectos pero sí la posibilidad de entrar en ti. Y en ese espacio nadie puede entrar más que uno mismo. Dios siempre está ahí y se encuentra muy a gusto, aunque nosotros estemos muy a menudo fuera. La clave para construir un mundo más humano es descubrir lo bien que se está en el alma, en mi esencia, en mi ser, en ese espacio íntimo y sagrado. Es entrar en ti.