



	Tirada: <b>61.000</b>	Sección: -	
	Difusión: <b>33.908</b> (O.J.D)	Espacio (Cm_2): <b>56</b>	
Nacional	Divulgación	Audiencia: <b>118.678</b>	Ocupación (%): <b>9%</b>
Mensual		01/08/2010	Valor (€): <b>375,00</b>
			Valor Pág. (€): <b>3.966,68</b>
			Página: <b>98</b>
			Imagen: <b>Si</b>



## VIVIR SIN ARREPENTIMIENTO

**Arnaud Maitland.**

Urano. Barcelona, 2010. 288 págs.  
Rústica. 14 €.

Las enseñanzas del budismo son tan valiosas que personas de culturas muy alejadas de las tradiciones tibetanas en todos los aspectos las aplican a diario en su vida para ser más serenas y felices. Es el caso del autor de este libro, que narra cómo le han servido para hacer frente al sufrimiento, el miedo y otros sentimientos tan negativos como improductivos.