BEST-SELLER DO *NEW YORK TIMES*

CONTENTAMENTO

O SEGREDO PARA A FELICIDADE PLENA E DURADOURA

Sua Santidade o

DALAI LAMA

e o Arcebispo

DESMOND TUTU

com

DOUGLAS ABRAMS

principium

Resumo de Contentamento

Contentamento – O segredo para a felicidade plena e duradoura surgiu do encontro entre dois dos maiores homens da nossa era. Sua Santidade o Dalai Lama e o Arcebispo Emérito da África do Sul, Desmond Tutu, ambos agraciados com o Nobel da Paz, se reuniram durante cinco dias em Dharamsala, na Índia, para celebrar o 80º aniversário do líder tibetano e discutir os caminhos para alcançar a felicidade suprema em um mundo em constante transformação.

O livro traz os diálogos dos líderes religiosos e apresenta reflexões para que o leitor compreenda a plenitude da vida. O escritor Douglas Abrams acompanhou a jornada que ocorreu em abril de 2015 para transmitir aos leitores as visões dos “irmãos espirituais”, que exploraram alguns dos mais profundos assuntos da vida.

Com histórias marcadas por décadas de exílio e pela opressão e intolerância, a trajetória de Dalai Lama e Desmond Tutu inspira milhões de pessoas pelo mundo. Ao longo de conversas íntimas, repletas de risos espontâneos e lembranças de amor e perda, os amigos compartilham o que aprenderam em suas vidas e respondem à uma única e essencial pergunta: como podemos encontrar o contentamento diante do sofrimento inevitável da vida?

Acesse aqui a versão completa deste livro