

---

KAREN ARMSTRONG

12 PASSOS  
PARA UMA  
VIDA de

COMPaixÃO

---

*Autora de Em nome de Deus*

# Resumo de Doze Passos Para Uma Vida de Compaixão

Tomando como ponto de partida os ensinamentos de religiões do mundo todo, Karen Armstrong demonstra em doze passos práticos como podemos trazer a compaixão para o primeiro plano de nossa vida.

Praticar esses passos não vai mudar nossa vida da noite para o dia ou nos transformar em santos ou sábios: tornar-se um ser humano compassivo é um projeto para a vida toda.

No entanto, transcendendo diariamente as limitações do egoísmo podemos não apenas fazer a diferença no mundo, mas também ter uma vida mais feliz e satisfatória.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)