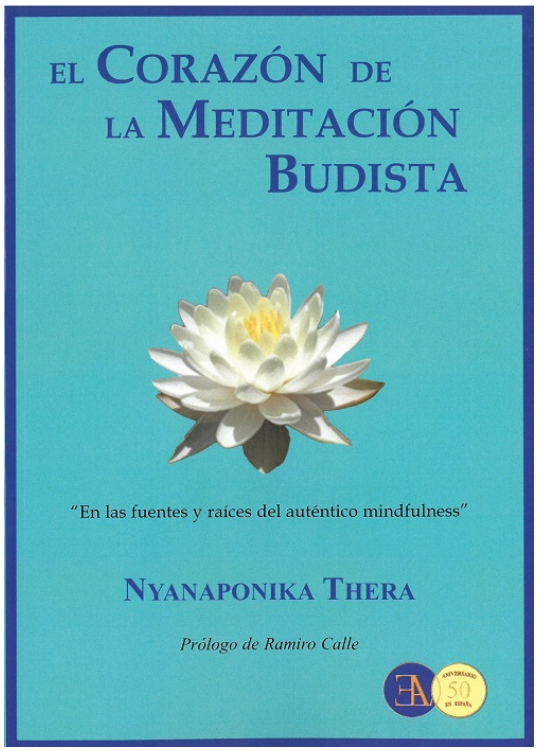

El corazón de la meditación budista

En las fuentes y raíces del auténtico mindfulness

Thera, Nyanaponika

Editorial: E. L. A.
ISBN: 9788499501789
Páginas: 186
Dimensiones: 17 x 24 cm
Encuadernación: Rústica
PVP.: 22,00 €

SINOPSIS

El “Camino de la Atención” de Buda, conocido como “Satipatthâna”, es la base de la meditación vipassana y del mindfulness y a la vez proporciona una guía que sirve de inicio para la comprensión de estas enseñanzas y su aplicación práctica en la vida diaria. “Debo asegurar con toda franqueza, que esta obra no debería faltar entre aquellas de habitual lectura, no solo del que simpatiza con el budismo, sino de todo buscador de lo Incondicionado y de la liberación definitiva de la mente”. Ramiro Calle