



El Viaje y la guía

Manual Práctico de Budismo

Autor: Maitreyabandhu

Editorial: Ilus Books

ISBN: 9788416574810

Páginas: 352

Dimensiones: 15 x 24 cm

Encuadernación: Rústica

PVP: 18,95 €

¿Cómo puedes hacer de tu vida lo más importante? Maitreyabandhu poeta premiado en distintas ocasiones y que lleva más de veinte años compartiendo su experiencia en Budismo, nos prepara para responder esta pregunta fundamental con profundidad y humor, mezclando poesía y mito con instrucciones claras enraizadas en el momento presente. Describiéndonos así, que significa prepararse para el camino budista y cómo podemos seguirlo día tras día y semana tras semana.

El autor plantea un conocimiento práctico y útil del budismo a través de un viaje de ocho semanas que ayudara a encontrar y transitar el camino hacia la liberación. Todo ellos escrito con un estilo ameno y con un mensaje dirigido a toda persona interesada en mejorar y ser más feliz n la vida.

Este es un libro relevante y contemporáneo lleno de situaciones y anécdotas que reconocerás de inmediato en tu propia vida. Es un libro practico y profundo, es exactamente lo que dice: un manual práctico de budismo.