



La serenidad de la meditación

La esencia de la enseñanza de Lama Tsongkhapa

Autor: S.S El Xiv Dalái Lama

Editorial: Amara

ISBN: 9788495094728

Páginas: 107

Dimensiones: 15 x 21,5 cm

Encuadernación: Rústica

PVP: 17,00 €

La serenidad de la meditación es un comentario de Su Santidad el Dalai Lama a los Tres aspectos principales del sendero que nos ayudará a integrar el sendero a la iluminación en nuestra propia práctica.

Es una exposición hermosa de estos tres senderos: la renuncia auténtica, la mente altruista de la bodhichita, y la visión correcta de la vacuidad.

Los tres aspectos del sendero son el fundamento de todas las prácticas de Sutra de tantra y sintetizan la perspectiva de Lama Tsongkhapa (1357-1419) del sendero completo del budismo. La serenidad de la meditación constituye un manual para la meditación cotidiana porque su mensaje contiene una sabiduría cotidiana porque su mensaje contiene una sabiduría universal que se adapta al buscador espiritual contemporáneo.