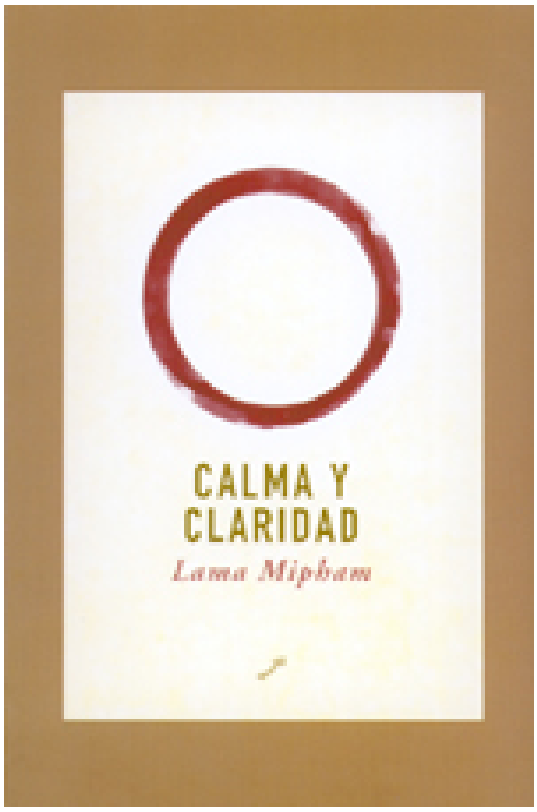

Calma y claridad

Mipham, Lama

Editorial: La Llave
ISBN: 9788495496188
Páginas: 128
Dimensiones: 14 x 21
Encuadernación: Rústica
PVP.: 14,00 €
Coleccion: Budismo-Sabiduría oriental

SINOPSIS

Calma y Claridad es una magnífica exposición de algunos de los métodos de meditación propios de la escuela Nyingma del Budismo Tibetano.
Traducido a partir del original tibetano, el libro consta de dos textos que explican la práctica de la meditación y cuyo autor, Lama Mipham (1846-1914), fue uno de los maestros más destacados de la historia del Tíbet.

Para llevar a cabo la investigación sobre la verdadera naturaleza de la realidad, "La rueda de la Meditación Analítica" se sirve del análisis tradicional budista del cuerpo y la mente a fin de superar los prejuicios tácticamente asumidos y los conceptos condicionados que impiden el desarrollo de la sabiduría.

Por su parte, el texto que lleva por título "Instrucciones sobre la Visión del Camino Medio" complementa al anterior y constituye un útil e interesante mapa meditativo cuyo objetivo es guiar al estudiante, paso a paso, a lo largo del sendero.

Lama Mipham, fue un célebre maestro Nyingma y uno de los principales artífices del movimiento intelectual que, durante el siglo XIX, alentó el renacimeinto del estudio y la práctica a lo largo del Tíbet. En su calidad de descendiente directo de este linaje, Tarthang Tulku Rinpoche -fundador del Tibetan Nyingma Meditation Center y del Nyingma Institute, en Berkeley, California- nos brinda un amplio comentario a ambos textos.