

Budismo y contemplación cada día

Lama Zopa Rimpoché

Editorial: Dharma

ISBN: 9788486615772

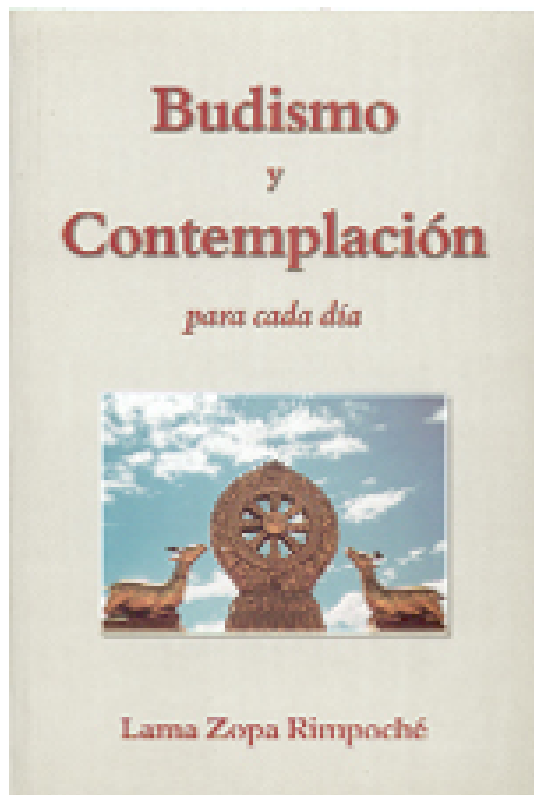
Páginas: 166

Dimensiones: 14,5 x 21,5

Encuadernación: Rústica

PVP.: 12,75 €

Colección: Budismo Tibetano



SINOPSIS

Las enseñanzas recogidas en este libro pertenecen a un amplio abanico de temas budistas sobre la transformación de la mente por medio de la meditación y la práctica espiritual.

Budismo y contemplación para cada día reúne instrucciones basadas principalmente en textos clásicos como el Lam Rim, el Bodisatvacaryavatara y las prácticas devocionales del Yoga del Gurú que fueron impartidas por Lama Zopa a lo largo de varios cursos de meditación que dió en España.

Todas estas enseñanzas fueron dirigidas a practicantes de meditación pero resultan delicadamente eficaces para llenar de sentido la vida de cualquier ser humano. Con los consejos de este libro es posible conseguir cambiar nuestras acciones limitadas por estrategias hábiles, dar un nuevo rumbo a la vida y poder experimentar una vivencia interior auténtica.