

El poder de la atención

Thera, Nyanaponika

Editorial: Ediciones Librería Argentina (ELA)

ISBN: 9788485895281

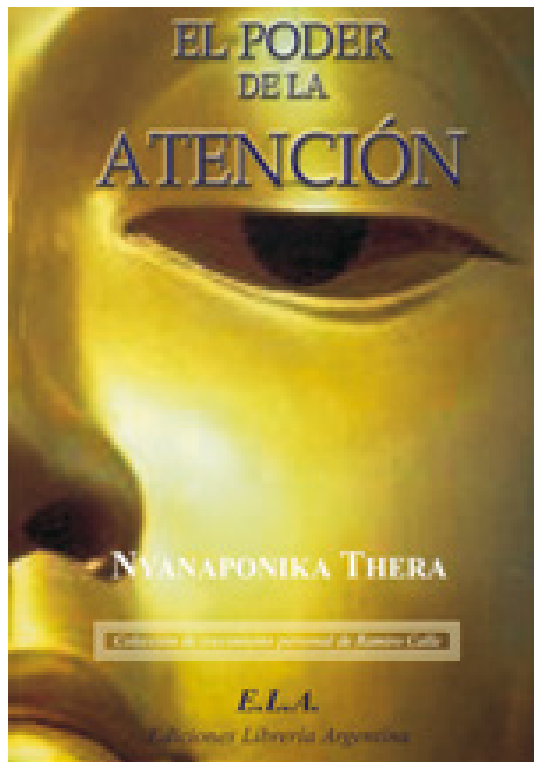
Páginas: 94

Dimensiones: 17 x 24 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 14,95 €

Coleccion: Buda y budismo



SINOPSIS

La atención mental y la concentración son funciones claves de nuestra mente, de nuestra consciencia. Su desarrollo colabora también a que la mente funcione más eficientemente y a evitar los errores de juicio.

Ayuda también a ser concienzudo, a obtener para su vida esa actitud que mantiene el científico con respecto a sus investigaciones y que consiste en desear ver los hechos, observarlos lo más objetivamente posible y reservar su juicio hasta después de dicha observación. Esa actitud se adquiere mediante el desarrollo de la atención mental pura, que puede ser de una gran ayuda en cualquier trabajo que se esté llevando a cabo.

Es una característica típica de la mente humana que la atención mental esté estancada y que la mente no esté gobernada más que por los impulsos que forman parte de su estrato animal. Pero el hombre puede desarrollar su atención mental pura, despegarse de cualquier cosa y observarla desde todos sus ángulos.