

## Esta preciosa vida

Enseñanzas del budismo tibetano sobre el camino de la iluminación

Rinpoché, Khandro

Editorial: Chabsöl

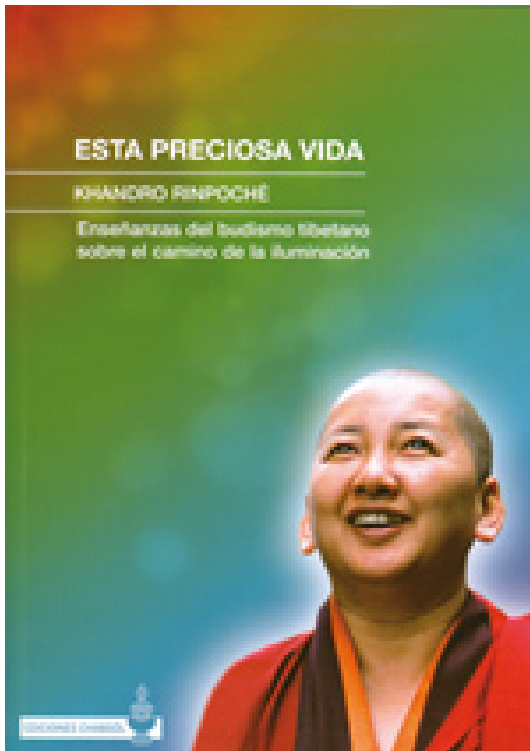
ISBN: 9788493554743

Páginas: 208

Dimensiones: 15 x 21cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 15,00 €



### SINOPSIS

Siguiendo el marco tradicional del budismo tibetano de los cuatro recordatorios -la preciosidad del nacimiento humano, la verdad de la transitoriedad, la realidad del sufrimiento y la ineludible ley del karma- Khandro Rinpoché, una de los más altamente cualificados maestros tibetanos vivos, explica cómo podemos hacer el mejor uso posible de esta corta vida a través del camino espiritual. Mediante ejercicios contemplativos, Rinpoché se centra en cómo podemos aprender a ver la vida como un regalo y cómo, alcanzando la paz en nosotros mismos, podemos aportar una semilla de felicidad a los demás.

**KHANDRO RINPOCHÉ**, nacida en India en 1967, es hija de Su Santida Mindrolling Trichen, maestro tibetano de meditación y es, a su vez, una reconocida maestra en los linajes kagyu y ñingma de budismo tibetano.

Abadesa de un monasterio de monjas en India, distribuye su tiempo enseñando en occidente, dirigiendo el convento y apoyando proyectos para refugiados tibetanos en India.

“Cada página de este libro pone en evidencia la claridad, la ternura y el humor encantador de Khandro Rinpoché. En él se proyecta mucha luz sobre las sombras de nuestra experiencia más íntima y problemática; nos muestra cómo surge el samsara, con qué facilidad nos vemos atrapados en su futilidad y a la vez, cuán cerca estamos de la libertad y el gozo del estado despierto. Un libro muy elegante y poderoso que capta la atención.”

**Reginald Ray**, autor de *Verdad Indestructible* y *El Secreto del Mundo Vajra*