

Cómo ser feliz

Lama Zopa Rimpoché

Editorial: Dharma

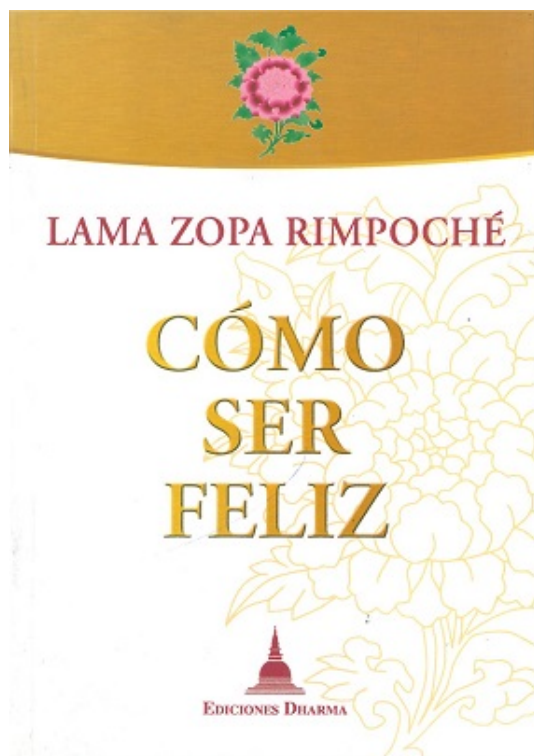
ISBN: 9788496478664

Páginas: 144

Dimensiones: 12 x 17 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 8,00 €



SINOPSIS

Este nuevo libro de Lama Zopa nos inspira para descubrir nuestro buen corazón, el corazón que con facilidad se alegra de la felicidad ajena. Es además un compendio de citas breves que reúne lo más exquisito acerca de una gran variedad de asuntos como la meditación, el deseo, la paz, la compasión, la mente, el amor, la ignorancia, el karma... y muchos otros.

También nos ofrece consejos maravillosos sobre cómo transformar nuestros problemas en felicidad; e incluso sobre cómo hallar compasión por nuestros “enemigos”, esas personas, pensamientos o situaciones de la vida cotidiana que nos resultan molestos y desagradables.

El libro concluye con tres inspiradoras meditaciones guiadas para ayudarnos a comprender claramente que cuanto más damos, cuanto más nos entregamos, más felicidad encontramos en el momento presente.

Cualquier persona en busca de consejo acerca de cómo ser feliz, descubrirá que Lama Zopa Rimpoché es un guía hábil y fiable.

LAMA THUBTEN ZOPA RIMPOCHÉ (Thami, Nepal, 1946). Es el director espiritual de la Fundación para la Preservación de la Tradición Tibetana (FPMT), una red mundial de centros de meditación budista, clínicas, hospicios y escuelas. Es autor de *“Transformar problemas en felicidad”*, *“La puerta de la satisfacción”* y *“Curación definitiva”*.