

Siendo nadie, yendo a ninguna parte

Meditaciones budistas

Khema, Ayya

Editorial: Índigo

ISBN: 9788486668754

Páginas: 252

Dimensiones: 13 x 20 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 12,00 €



SINOPSIS

En este libro, joya de la literatura budista reciente, se explican los principios básicos para una iniciación al budismo que más han fascinado a occidente: la meditación, el amor incondicional, la reencarnación, etc.

Es un manual de meditación, moderno y actual, escrito por una monja budista después de muchos años de enseñar a occidentales la senda del Buda.

Todo lo que debe conocer el lector que quiere introducirse en el budismo: las Cuatro Nobles Verdades, el Noble Óctuple Sendero, la práctica de las diez virtudes y de la visión interior, etc., se exponen de forma clara, didáctica, sencilla y reveladora.

Siendo nadie, pérdida del yo, de la vanidad del ego, esencia de la enseñanza del Buda.
Yendo a ninguna parte, impermanencia conseguida a través de la meditación.