

## Libera tu corazón y tu mente

Introducción al sendero budista

Trizin, S. S. Sakya

Editorial: Amara

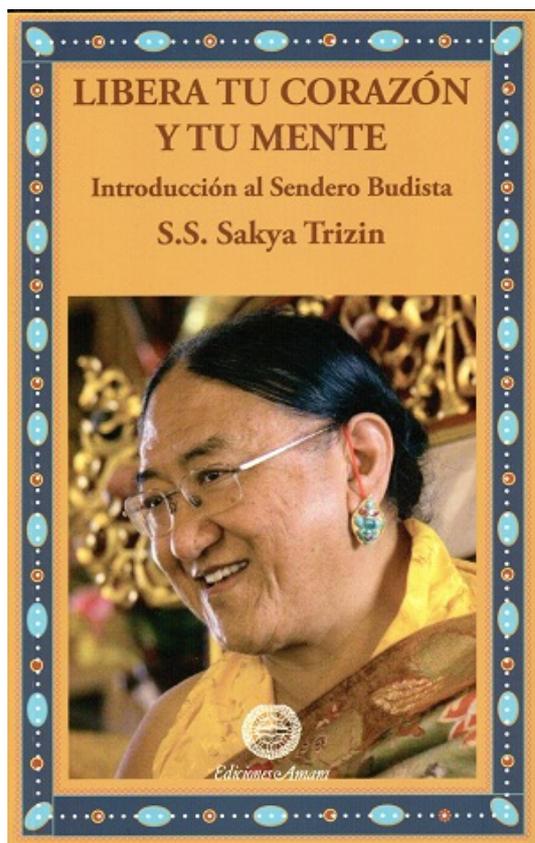
ISBN: 9788495094483

Páginas: 196

Dimensiones: 13.5 x 21.5 cm

Encuadernación: Rústica (Bolsillo)

PVP.: 18,00 €



### SINOPSIS

Su Santidad Sakya Trizin, cabeza del glorioso linaje Sakya -una de las cuatro escuelas principales del budismo tibetano-, presenta aquí las enseñanzas budistas esenciales de las cuatro nobles verdades, compasión universal y la motivación correcta para la práctica. Este libro comienza compartiendo una enseñanza privada que Su Santidad le dio a un joven recién llegado que buscaba comprender la herencia espiritual de este gran maestro. El consejo de Su Santidad nos inspira a integrar el poder potencial de estas enseñanzas en nuestra vida diaria.

Lleno de una sabiduría intemporal, *Libera tu corazón y tu mente* contiene, además de esta introducción, una explicación de la enseñanza *Compasión Inmaculada* del santo indio Virupa, y una selección de las enseñanzas esenciales denominadas *Separarse de los Cuatro Apegos*. Desarrollado como el primer volumen de un programa de estudio para los estudiantes de la tradición Sakya, no obstante por sí solo sirve como una excelente introducción a las enseñanzas de Buda.