

## Manual de introducción a la meditación

Saya Kunsal Kassapa

Editorial: E. L. A.

ISBN: 9788499500638

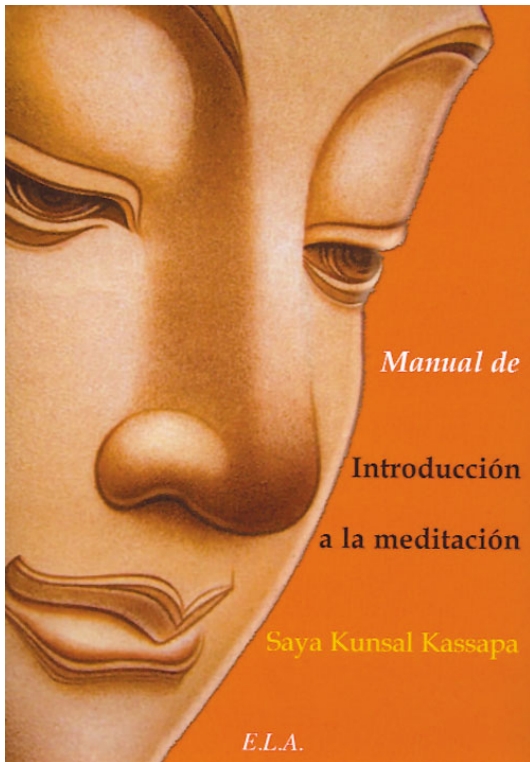
Páginas: 70

Dimensiones: 17 x 24 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 13,50 €

Coleccion: Buda y budismo



### SINOPSIS

La puesta en movimiento de la rueda del Dharma constituye el mayor logro posible para cualquier ser humano que adquiere su máximo potencial interior, es decir, la Budeidad o plena maduración del voto Bodhiçitta.

Tras alcanzar la Plena Iluminación, el Buda Gotama, el cuarto de nuestra Era, giró la rueda del Dharma en Sarnath, cerca de la ciudad de Varanasi (India), ante los cinco ascetas con los que había compartido seis años de severa austeridad, los únicos que podían comprender la magnitud de sus enseñanzas. Así pues, tras escuchar el discurso de las Cuatro Nobles Verdades, estos cinco discípulos aventajados alcanzaron la Iluminación, dando así origen a la fundación de la Noble Sangha.

Este Manual de Introducción a la Meditación representa un mero destello de las enseñanzas impartidas por el mismo Buda para el progreso del Ser interno. Las instrucciones en él contenidas constituyen una herramienta imprescindible para equilibrar los distintos temperamentos, conduciendo a través de la práctica constante de diversos ejercicios meditativos al adiestramiento de la mente para el logro de la tranquilidad. De esta forma, el practicante comprometido puede llegar a adquirir el grado suficiente de claridad y agudeza mental que le permita obtener un vislumbre de su verdadero Ser.