

Consciencia desnuda

El proceso de la meditación

Danilo

Editorial: Chinmayam Ediciones

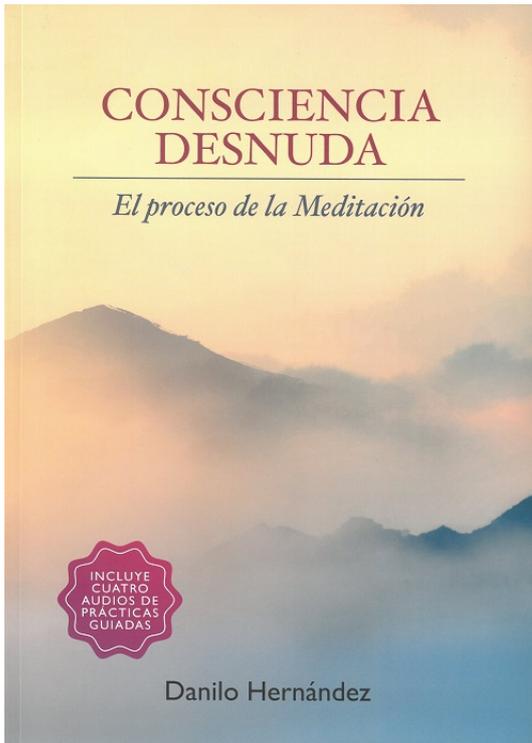
ISBN: 9788412347180

Páginas: 270

Dimensiones: 17 x 24 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 26,00 €



SINOPSIS

Autor del libro de referencia 'Claves del Yoga' y tras toda una vida dedicada al estudio y divulgación del Yoga, Danilo Hernández nos ofrece ahora su nuevo libro, 'El proceso de la meditación'; un manual completo en el que se describen con detalle y precisión la teoría y la práctica de la disciplina de la Meditación. Su título apunta hacia la culminación del proceso meditativo. Simboliza la experiencia del Ser, de nuestra 'esencia última'. La obra presenta un enfoque eminentemente práctico y realista. Contempla y tiene muy en cuenta el contexto filosófico de las diferentes tradiciones, que tienen un inmenso valor. Pero está exento de cualquier tipo de adoctrinamiento conceptual y meta predeterminada. El planteamiento de este sistema es abordar la práctica meditativa como un proceso de investigación radicalmente vivencial, y como una vía de descubrimiento a través de la propia experiencia personal. Un sistema que destila y sintetiza la esencia común de las enseñanzas prácticas de la meditación de las tradiciones del Yoga, el Vedanta, el Tantra y el Budismo.