

Por qué el budismo es verdad

La ciencia y filosofía de la meditación y la iluminación

Wright, Robert

Editorial: Gaia Ediciones

ISBN: 9788484457404

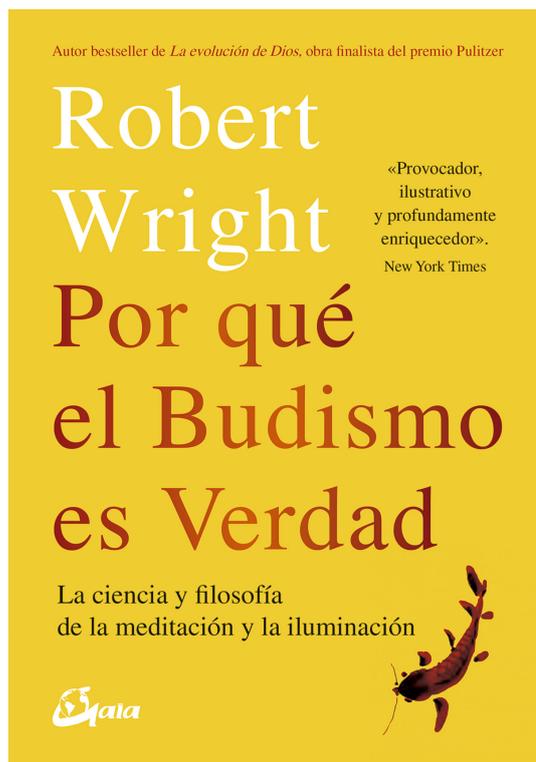
Páginas: 448

Dimensiones: 14,5 x 21 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 18,00 €

Colección: Budismo tibetano



SINOPSIS

Uno de los pensadores más brillantes de Estados Unidos realiza un viaje a través de la psicología, la filosofía y la meditación para mostrarnos que el budismo tiene la clave de la lucidez moral y de la felicidad duradera. La esencia del budismo encierra una sencilla afirmación: sufrimos y hacemos sufrir a otros porque no somos capaces de ver el mundo tal y como es. Pero en la esencia de la práctica meditativa budista late una promesa radical: que es posible aprender a percibir el mundo, incluidos nosotros mismos, con mayor claridad y lograr así una felicidad profunda y sostenible. Basándose en los estudios de neurociencia y psicología más vanguardistas, y respaldado por su aguda comprensión de la evolución humana, Robert Wright explica por qué el sendero budista que conduce a la verdad y a la transformación interior es el mismo que lleva a la felicidad. Este libro innovador conjuga el rigor científico con la sabiduría espiritual y la comprensión de la mente humana, y nos enseña una nueva manera de vivir libres de las garras de la ansiedad, la culpa y el odio.

«¡Qué libro tan fascinante! Esta combinación de psicología evolutiva, filosofía, experiencia meditativa y una oportuna selección de textos de la tradición budista resulta absolutamente única y esclarecedora».

JONATHAN GOLD, profesor de Religión en Princeton