Ser consciente de ser consciente

La Vía Directa

Rupert

Editorial: Gaia Ediciones
ISBN: 9788484457718
Páginas: 128
Dimensiones: 14,5 x 21 cm
Encuadernación: Rústica
PVP.: 10,95 €
Coleccion: Advaita

SINOPSIS

Ser consciente de ser consciente explora nuestra experiencia primaria más íntima y familiar: el conocimiento de nuestro propio ser o el conocimiento que la conciencia tiene de sí misma a través de nosotros.

La conciencia (la experiencia de "ser consciente") no posee cualidades observables, por lo que normalmente la ignoramos o pasamos por alto. Sin embargo, el regreso de la conciencia a sí misma -es decir, el hecho de ser consciente de ser consciente- constituye la esencia de la meditación y de la oración, siendo la vía directa que nos lleva a la paz y la felicidad duraderas.

La colección "La esencia de la meditación" presenta una serie de meditaciones sobre la comprensión esencial no-dual que constituye el núcleo central de todas las grandes tradiciones religiosas y espirituales. Dichas meditaciones han sido compiladas a partir de las contemplaciones dirigidas por Rupert Spira en sus encuentros y retiros. Este enfoque simple y contemplativo lleva al lector a una comprensión directa y experiencial de su propio ser esencial y de la paz y la plenitud que le son inherentes.