

La experiencia del conocimiento intuitivo

Una guía sencilla y directa para la meditación budista

Goldstein, Joseph

Editorial: Dharma

ISBN: 9788486615499

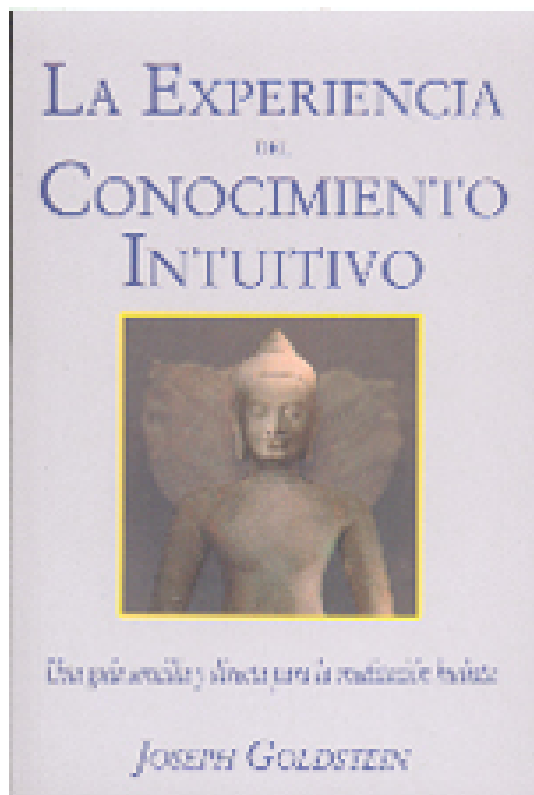
Páginas: 204

Dimensiones: 14,5 x 21,5

Encuadernación: Rústica

PVP.: 15,50 €

Colección: Budismo Teravada



SINOPSIS

De vez en cuando aparece un libro que tiene un valor especial para las personas que estudian la naturaleza de la realidad. Joseph Goldstein enseña meditación como método para experimentar las cosas tal cual son, entrando en el flujo singular del proceso de mente-cuerpo. Este trabajo y las charlas dadas en un retiro de meditación sobre conocimiento intuitivo (vipásana) de treinta días, es día tras día un viaje a la mente.

El significado literal de conocimiento intuitivo es ver las cosas con mucha claridad, no sólo nuestros propios procesos de mente cuerpo, aunque eso sea básico, sino ver todo claramente a las otras personas, las relaciones, las situaciones.

La vía es vivir sin codicia, sin odio, sin delusión; vivir siendo conscientes, con una mente despierta, con ecuanimidad y con amor. Somos la verdad que se desenvuelve, y un mes de retiro o una de práctica sólo son el comienzo de una importante labor para conseguir un verdadero conocimiento".