

Siendo nadie, yendo a ninguna parte

Meditaciones budistas

Khema, Ayya

Editorial: Sincronía Editorial

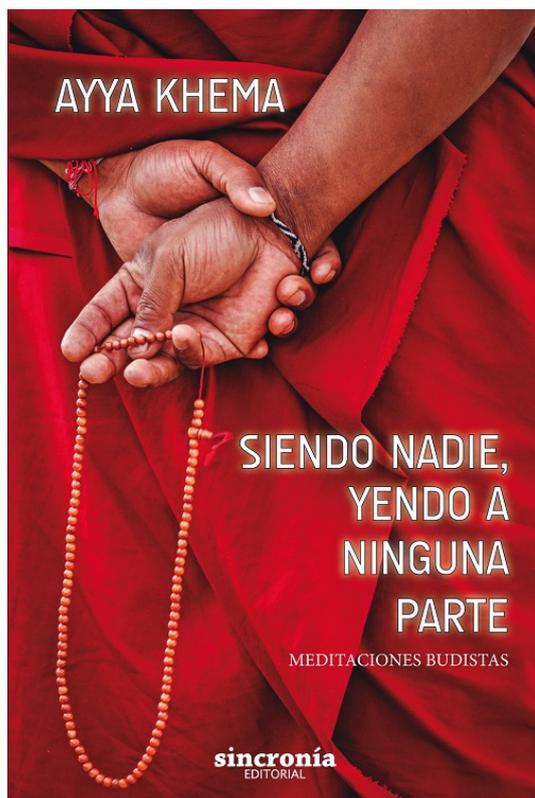
ISBN: 9788494744785

Páginas: 250

Dimensiones: 13 x 20 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 16,00 €



SINOPSIS

En este libro, joya de la literatura budista reciente, se explican los principios básicos para una iniciación al budismo que más han fascinado a Occidente: la meditación, el amor incondicional, la reencarnación, etc. Es un manual de meditación, moderno y actual, escrito por una monja budista después de muchos años de enseñar a occidentales la senda del Buda. Todo lo que debe conocer el lector que quiere introducirse en el budismo: las Cuatro Nobles Verdades, el Noble Óctuple Sendero, la práctica de las diez virtudes y de la visión interior, etc., se exponen de forma clara, didáctica, sencilla y reveladora. Siendo nadie, pérdida del yo, de la vanidad del ego, esencia de la enseñanza del Buda. Yendo a ninguna parte, impermanencia conseguida a través de la meditación.