

NOVEDAD

Vivir con buen Karma

Puedes crear las causas de la felicidad y evitar las causas del sufrimiento

Thubten

Editorial: Amara

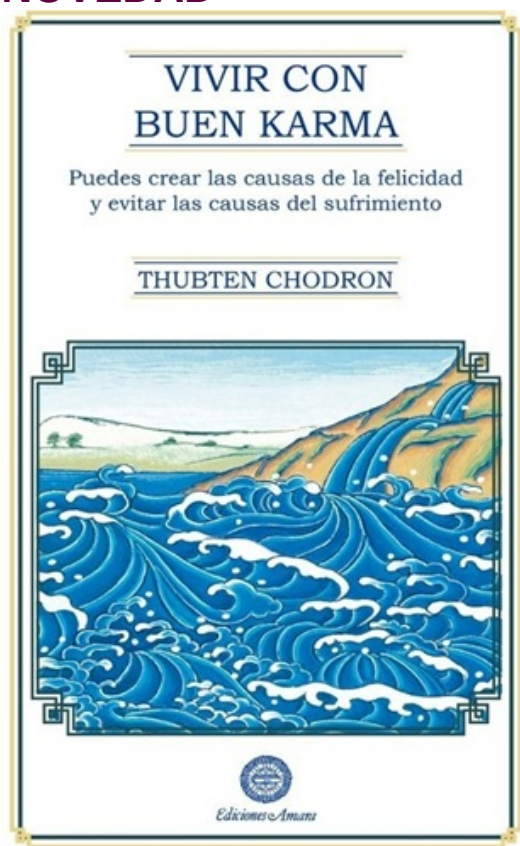
ISBN: 9791399108248

Páginas: 286

Dimensiones: 13,5 x 21,5 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 23,00 €



SINOPSIS

¿Por qué suceden las cosas de la manera que lo hacen en nuestras vidas? ¿Cómo creamos las causas para una vida feliz? La práctica budista del adiestramiento mental nos da la respuesta: consiste en superar nuestra actitud egoísta y sustituirla por una actitud que valore a los demás. Esto, a su vez, nos lleva a actuar de maneras que, de forma natural, nos alejan del sufrimiento y nos acercan a la felicidad –en resumen, a crear buen karma–. Thubten Chodron ofrece un comentario sobre uno de los grandes poemas budistas tibetanos, La rueda de las armas afiladas, que muestra, de forma clara y práctica, cómo eliminar las causas de la ansiedad, el miedo y la depresión, y cómo crear las causas de la liberación gozosa para uno mismo y para todos los demás. Thubten Chodron ilustra maravillosamente la importancia del karma, sus complejidades y detalles, utilizando su experiencia personal. Su detallada explicación del importante texto tibetano conocido como La rueda de las armas afiladas será enormemente beneficiosa para cualquier persona interesada en un sendero espiritual”. –Gelek Rimpoché, autor de Good life, good death: Tibetan wisdom on reincarnation. «Con el apoyo de los antiguos maestros, y con su sabiduría y compasión profundas, Thubten Chodron comparte con amor la esencia de la comprensión que ha adquirido a lo largo de muchos años de estudio y práctica». –Sharon Salzberg, autora de Amor verdadero y El secreto de la felicidad auténtica.