editorial Kairós

THICH NHAT HANH

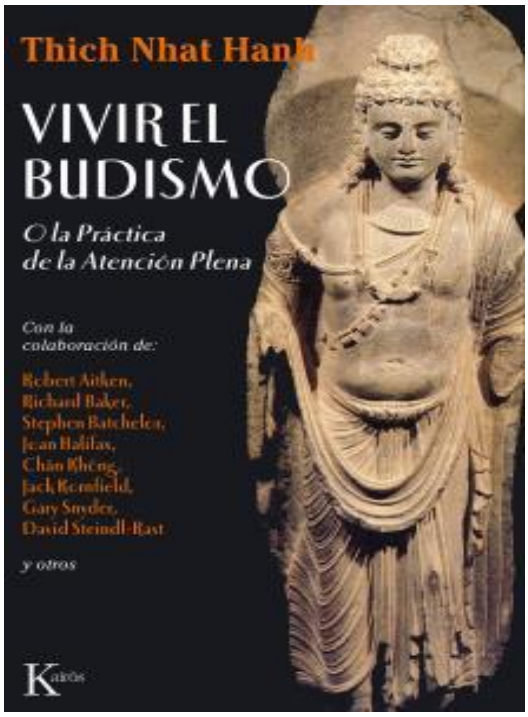
Vivir el budismo

O la práctica de la atención plena

Con la colaboración de R. Aitken, S. Batchelor, J. Halifax, J. Kornfield, G. Snyder, D. Steindl-Rast y otros

Las Cinco Prácticas de la Atención Plena ?proteger la vida, actuar con generosidad, comportarse responsablemente en las relaciones sexuales, hablar y escuchar con profundidad y evitar el consumo de sustancias tóxicas? constituyen los principios esenciales de la ética y la moral budistas. En Vivir el budismo el maestro Zen y activista por la paz, Thich Nhat Hanh, junto con eminentes maestros y expertos en el budismo, desarrolla el alcance social, institucional e individual de estas prácticas. La idea, tal y como la expresa Thich Nhat Hanh, es hacer de las Cinco Prácticas una pauta para una sociedad plenamente consciente. Su esperanza al escribir este libro es suscitar un debate que trascienda las fronteras sectarias y que nos conduzca a la práctica de unas directrices morales necesarias para llevar una vida compasiva y saludable.

La obra contiene una lúcida traducción comentada del Upasaka sutra, uno de los principales textos budistas acerca de la ética de los laicos y una de las mejores exposiciones de las Cinco Prácticas de la Atención Plena.



Editorial	Kairós
Col·lecció	Sabiduría perenne
Pàgines	278
Mida	200x130x mm.
Pes	310
Idioma	Español
Tema	<Pendiente de asignación>
EAN	9788472454583
PVP	18,00 €
PVP sense IVA	17,31 €

9788472454583