

editorial **K**airós

Hanh, Thich Nhat

Comprender nuestra mente

En Comprender nuestra mente, el maestro budista vietnamita Thich Nhat Hanh nos introduce en las profundidades de la psicología budista, con la humildad y la clarividencia que le caracterizan.

Basándose en cincuenta famosos versos sobre la naturaleza de la consciencia del maestro Vasubandhu, Thich Nhat Hanh nos muestra la vigencia de estas enseñanzas clásicas del budismo en el mundo moderno. El autor nos enseña que la calidad de nuestra vida depende de la naturaleza de las semillas que cultivamos en nuestra mente. Y que el budismo enseña a nutrir las simientes de la alegría y transformar las del sufrimiento, de manera que nuestra comprensión, amor y compasión puedan florecer.



Editorial	Kairós
Col·lecció	Sabiduría perenne
Enquadernació	Tapa blanda o rústica
Pàgines	384
Mida	200x130x20 mm.
Pes	412
Idioma	Español
Tema	Psicología, pedagogía, autoayuda
EAN	9788499885728
PVP	19,50 €
PVP sense IVA	18,75 €

