

editorial Kairós

Trungpa, Chögyam

Meditación en la acción

Esta obra es ya un clásico que sigue inspirando tanto a principiantes como a avezados practicantes de meditación budista. Chögyam Trungpa Rinpoche muestra que la meditación va mucho más allá del estar sentado, ya que facilita a quien la practica desarrollar la compasión, la conciencia y la creatividad en todos los ámbitos de la vida.

Trungpa explora las seis actividades asociadas con la meditación en acción - generosidad, disciplina, paciencia, energía, claridad y sabiduría- para demostrar que a través de la experiencia directa se puede acceder a la sabiduría, esto es, la habilidad para ver cada situación con claridad y abordarla sin que la autoconciencia esté conectada al ego.



Argitaletxea	Kairós
Bilduma	Sabiduría perenne
Azalak	Tapa blanda o rústica
Orrialdeak	128
Neurria	200x130x mm.
Pisua	156
Hizkuntza	Español
Gaia	Religiones y espiritualidad
EAN	9788499881942
PVP	12,00 €
PVP,BEZik gabe	11,54 €

