

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.



Argitaletxea	Kairós
Bilduma	Sabiduría perenne
Azalak	Tapa blanda o rústica
Orrialdeak	384
Neurria	200x130x20 mm.
Pisua	412
Hizkuntza	Español
Gaia	Psicología, pedagogía, autoayuda
EAN	9788499885728
PVP	19,50 €
PVP,BEZik gabe	18,75 €

**9788499885728**