

ANNE C. KLEIN
(LAMA RIGZIN DROLMA)

SER UN HUMANO Y TAMBIÉN UN BUDA

ལྷོ་ལྷོ་སེམས་སྤྱོད་བདུན་གྱི་དོན་བྲིད།

EL SÉPTUPLE ENTRENAMIENTO MENTAL
DE LONGCHENPA

*Un manual tibetano de meditación del siglo XIV
explicado con sencillez para occidente*

EDITORIAL CÁNTICO

COLECCIÓN O LUZ DE ORIENTE

Ser un humano y también un buda

El séptuple entrenamiento mental de Longchenpa

Este libro explica los siete entrenamientos mentales de Longchenpa dirigidos a despertar la conciencia tal como fueron escritos en un libro tibetano del siglo XIV titulado "Las preciosas letras de cobre", una de las obras fundamentales sobre meditación que nos ha dado el budismo tibetano. En este volumen, la conocida profesora de Filosofía de la Religión y tibetóloga de la Universidad de Rice Anne C. Klein nos explica de forma bella, clara y sencilla estos entrenamientos de Longchenpa haciéndolos accesibles y fáciles para cualquier persona de occidente interesada en cultivar una mente sana y pacífica. La autora se sumerge en las enseñanzas del sutra, el tantra y el Dzogchen, para resolver nuestras preguntas más desafiantes sobre lo que implica el despertar y cómo se relaciona con la verdad de nuestra condición humana en este momento. Como doctrinas fundacionales para los practicantes de meditación, los siete entrenamientos se presentan como contemplaciones sobre la impermanencia, el carácter adventicio de la felicidad y su corta duración, las múltiples causas de la muerte, el sinsentido de nuestras actividades mundanas, la confianza en las buenas cualidades de Buda, las instrucciones esenciales del maestro, la respiración consciente, la bondad, los sentimientos nobles y la intimidad de nuestro ser.

» Anne C. Klein

BUDISMO • Luz de Oriente • Cántico

Anne C. Klein es profesora y ex directora del departamento de religión de la Universidad Rice. También es lama de la tradición Nyingma y directora fundadora y profesora residente de Dawn Mountain, un centro de estudio y práctica contemplativa de Houston. Ha sido ponente plenaria en el Instituto de Verano Mente y Vida en Garrison, Nueva York, y también en importantes programas públicos de Mente y Vida con Su Santidad el Dalai Lama. Ampliamente reconocida como una de las más relevantes tibetólogas del mundo, así como una autoridad del budismo tibetano en occidente, entre sus publicaciones figuran Path to the Middle (El Camino del Medio), Unbounded Wholeness (Plenitud sin límites, en coautoría con Gueshe Tenzin Wangyal Rimpoché), Knowledge and Liberation (Conocimiento y liberación), Strand of Jewels (Collar de joyas) y Ser un humano y también un buda, publicado en español en 2023 por Editorial Cántico.



9788419387899

Thema: QRF
978-84-19387-89-9
320 páginas
Rústica con solapas
14 x 21.5 cm · 417 g
PVP: 24.95 €