



Nagapriya

## Ver con los ojos del Buda

### El fin del sufrimiento

El sufrimiento, su origen, su extinción y el camino: estas son las Cuatro Nobles Verdades. Podría decirse que esta enseñanza es la esencia del budismo: una forma práctica de entender el mundo que nos lleva al autoconocimiento, a ser conscientes de la responsabilidad que tenemos sobre nuestra vida y a despertar a lo que realmente importa.

Las Cuatro Nobles Verdades son una enseñanza relevante no solo para los budistas sino para todos los seres humanos. El autor subraya que enfrentarnos a nuestro sufrimiento sirve como puerta de entrada tanto a la autocompasión como a la empatía con todos los seres. “Ver con los ojos del Buda” significa abrirnos a un mundo en el que nuestros actos cotidianos tienen un significado trascendente. Esto significa despertar a la realidad de las cosas tal y como son.



Argitaletxea	Siglantana
Bilduma	Mindfulness y Meditación
Azalak	Tapa blanda o rústica
Orrialdeak	180
Neurria	150x240x mm.
Pisua	270
Hizkuntza	Español
Gaia	Psicología, pedagogía, autoayuda
EAN	9788418556210
PVP	18,95 €
PVP,BEZik gabe	18,22 €



9788418556210