



David, Frawley

Empezó a estudiar las enseñanzas de Ramana Maharshi en 1970. Desde 1978 colabora habitualmente con la revista The Mountain Path. Es profesor invitado en el Sringeri Shankaracharya Math, el centro vedántico más antiguo de la India, y ha recibido la bendición personal del Shankaracharya. Enseña en diversos centros vedánticos de Estados Unidos y es uno de los pocos occidentales que han sido re-conocidos como auténticos maestros vedánticos por la Vishva Hindu Parishad, la mayor organización religiosa hindú del mundo. Dirige el Instituto Americano de Estudios Vedánticos en Santa Fe, Nuevo México.

riverside
agency

Meditación vedanta

Autor: David, Frawley

Koan

ISBN: 978-84-18223-32-7 / Rústica / 208pp | 140 x 210 cm

Precio: \$ 15.900,00

A medida que el yoga gana popularidad en el mundo, cada vez más personas se interesan por sus raíces védicas tradicionales. Pero ¿qué puede aportar la meditación a nuestras vidas? Según el vedanta, la enseñanza espiritual más antigua y perdurable de la India, además de los beneficios para la salud, para el control y gestión del estrés, la meditación es el inicio de un viaje espiritual de autoconocimiento cuyo fin último es experimentar nuestra verdadera naturaleza. David Frawley presenta el vedanta adaptado a los problemas de nuestra vida y la mentalidad actual. Nos muestra cómo la práctica de la meditación puede ayudar a comprender la naturaleza de nuestros pensamientos, emociones y percepciones. Y lo hace con un lenguaje simple y contemporáneo. Sus breves capítulos son cápsulas que destilan sabiduría e invitan a numerosas relecturas. Este libro es una perfecta introducción para quienes deseen iniciarse en el mundo de la meditación, así como una guía profunda para los estudiantes más avanzados. Y es una lectura obligada para cualquier persona inmersa en un viaje espiritual o que se dedique a la práctica y enseñanza del yoga.

Una cuidadosa y reveladora introducción a la tradición de meditación más antigua del mundo, el vedanta. Incluye una explicación simple, directa y completa de las principales enseñanzas de Ramana Maharshi.