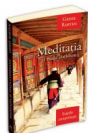
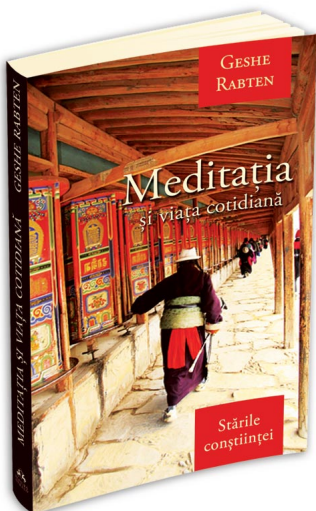


## Meditatia si viata cotidiana



Cartea de fata cuprinde doua invataturi de mare insemnatate: Starile constiintei si Meditatia si viata cotidiana. Starile constiintei trateaza despre unul dintre subiectele cele mai importante ale buddhismului. Mintea sau constiinta nu este o simpla tema comuna...

Rating: Nu a fost evaluat inca

**Pret:**

Pret catalog: 29,00 lei

Pret cu reducere: 27,62 lei

Pretul de vanzare: 29,00 lei

[Pune o intrebare despre aceasta carte](#)

Descriere

Cartea de fata cuprinde doua invataturi de mare insemnatate: „Starile constiintei” si „Meditatia si viata cotidiana”. „Starile constiintei” trateaza despre unul dintre subiectele cele mai importante ale budismului. Mintea sau constiinta nu este o simpla tema comuna religiilor si filozofilor, ci reprezinta, de fapt, punctul central al tuturor trairilor noastre, insasi caracteristica ce distinge fiintele de restul fenomenelor existente. Tocmai pentru ca poseda minte, fiintele, indiferent de forma si marimea lor, ocupa primul loc in invataturile lui Buddha. Legea Karmei, reincarnarea, Samsara (ciclul existentelor) si Nirvana (eliberarea) au sens doar pentru ca mintea exista. In lipsa acesteia dispar toate criteriile de evaluare a universului nostru conceptual, cum ar fi bun/rau, just/eronat, important/insignifiant, caci ele sunt bazate pe trairile fiintelor sensibile.

In budism, mintea este, pe buna dreptate, in centrul analizelor si cercetarilor. Ea este descrisa in cele mai mici detalii in invataturile din Sutre, precum si in Tandre. Astfel, in Abidharma mintea este analizata si clasificata astfel: dupa natura ei, in constiinte senzoriale si constiinta

mintala; dupa functiile sale (precum perceptia, deductia etc.), in valida si nevalida; iar dupa calitatile ei, in pozitiva, negativa, neutra etc. In Tandre mintea este analizata dintr-o alta perspectiva, adica in functie de nivelurile ei de subtilitate, care joaca un rol important in trairile noastre, in timpul vietii si al mortii, precum si in dezvoltarea noastra spirituala. Tocmai acestea sunt aspectele prezentate in aceasta lucrare, in detaliu si in stilul clar si simplu ce caracterizeaza invataturile Venerabilului Gueshe Rabten.

Cea de a doua parte a volumului, „Meditatia si viata cotidiana”, contine instructiuni indispensabile tuturor celor care doresc sa se dedice in mod serios practicii meditatiei. Cursul de meditatie prezentat aici constituie o abordare progresiva a practicii adaptata debutantului sincer. Gratie maiestriei sale pedagogice, Gueshe Rabten a creat o metoda clara si accesibila, la indemana oricarei persoane ce se dedica practicii. Aceasta deschide poarta dezvoltarii interioare a mintii noastre, permitandu-i astfel un progres continuu si obtinerea realizarii; ea arata cu o deosebita precizie modul in care putem actualiza si dezvolta potentialitatile naturale ale mintii noastre, precum concentrarea, atentia si intelepciunea. Pe scurt, ea reprezinta un ghid practic pentru realizarea unei meditatie autentice. Datorita efortului generos al prietenului nostru Mircea Costin Glavan aceste pretioase invataturi sunt acum si la indemana cititorului roman.

„De cand am vizitat aceasta frumoasa tara am capatat convingerea profunda ca exista in Romania un veritabil interes pentru budism. Tin sa exprim intreaga mea recunostinta traducatorului si editorului, Aurelian Scrima, pentru pretioasa lor contributie la imbogatirea intelepciunii tuturor.”

**Gonsar Tulku Rinpoche**

### CUPRINS

Cuvant inainte la editia romana 5

STARILE CONSTIINTEI 11

Introducere 13

Somnul ?i visele 33

Moartea ?i rena?terea 56

Calmul mental 70

Vederea superioara? 99

Alegerea min?ii ca obiect de medita?ie 103

Întreb?ri 110

Câteva preciz?ri 113

MEDITA?IA ?I VIA?A COTIDIAN?

Introducere 127

Medita?ia 131

Controlul „u?ilor” sim?urilor 135

Memoria atent? ?i vigilen?a 144

Practica medita?iei 162

Întreb?ri 187

Glosar 195

### Reviews

Nu exista comentarii pentru acest produs.

