

# Después del éxtasis, la colada

Cómo crece la sabiduría del corazón  
en la vía espiritual

**Jack Kornfield**

 la liebre de marzo  
www.liebre-marzo.com



**Colección:** Sabiduría interior

**ISBN:** 978-84-87403-56-9

**Páginas:** 353

**Tamaño:** 17 x 24 cm

**PVP:** 19.50 euros

La mayoría de los relatos espirituales finalizan con la iluminación. Pero ¿qué sucede si nos preguntamos qué es lo que ocurre después? ¿Qué sucede cuando el maestro zen regresa a su hogar con su esposa e hijos? ¿Qué pasa cuando el místico cristiano se va de compras? ¿Cómo es la vida tras el éxtasis?

Rica cosecha de toda una generación de trabajo espiritual en occidente, *Después del éxtasis, la colada* es uno de los relatos más sinceros y convincentes que se haya escrito sobre la larga vía de la transformación interior. Refleja una comprensión íntima y honesta del modo en que se despliega el moderno viaje espiritual y cómo debemos preparar nuestros propios corazones para el despertar.

**Jack Kornfield** se formó como monje budista en Tailandia, Birmania e India, y lleva enseñando meditación por todo el mundo desde 1974. Ha sido uno de los maestros clave a la hora de introducir la práctica budista theravada en Occidente.

Durante muchos años, su trabajo se ha centrado en integrar y dar vida a las grandes enseñanzas espirituales de oriente de un modo accesible a los estudiantes y a la sociedad occidentales. Posee también una licenciatura en psicología clínica. Esposo y padre, maestro fundador de la *Insight Meditation Society* y el *Spirit Rock Center*. Su obra incluye los libros *Seeking the Heart of Wisdom*; *A Still Forest Pool*; *Stories of the Spirit*, *Stories of the Heart*; *Buddha's Little Instruction Book*; *A Path with Heart* y *The Teachings of the Buda*.

*Cómo preparar nuestros corazones antes y después del despertar*