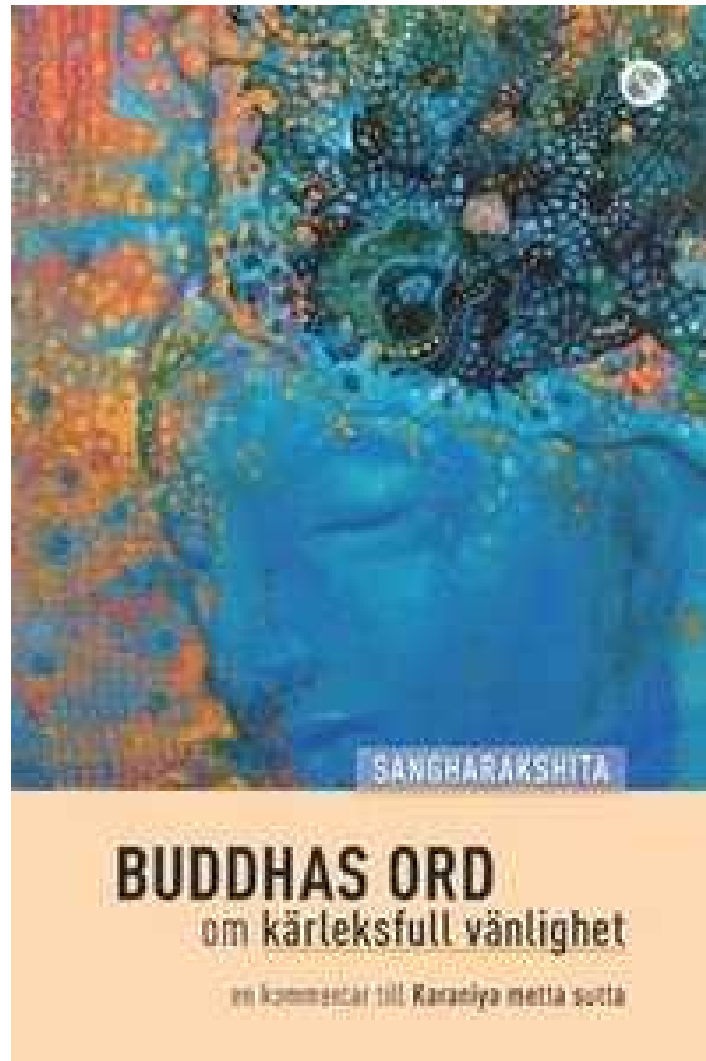


Tags: Buddhas ord om kärleksfull vänlighet : en kommentar till Karaniya metta sutta e-bok apple; Buddhas ord om kärleksfull vänlighet : en kommentar till Karaniya metta sutta las online bok; Buddhas ord om kärleksfull vänlighet : en kommentar till Karaniya metta sutta bok pdf svenska; Buddhas ord om kärleksfull vänlighet : en kommentar till Karaniya metta sutta MOBI download; Buddhas ord om kärleksfull vänlighet : en kommentar till Karaniya metta sutta epub books download; Buddhas ord om kärleksfull vänlighet : en kommentar till Karaniya metta sutta ladda ner pdf e-bok

---

## **Buddhas ord om kärleksfull vänlighet : en kommentar till Karaniya metta sutta PDF E-BOK**

**Sangharakshita**



Författare: Sangharakshita  
ISBN-10: 9789189208414  
Språk: Svenska  
Filstorlek: 1385 KB

## BESKRIVNING

En levande kommentar till källtexten för kärleksfull vänlighet: Karaniya metta sutta. Suttan sätter in metta eller kärleksfull vänlighet i sitt större sammanhang - som en del av träningen på vägen mot upplysning. Den tar upp vägens tre huvudsakliga områden: den etiska träningen, meditation och insikt i tillvarons natur eller visdom. Metta är en aktiv kärleksfull vänlighet och mycket mer än en känsla. Metta är också grunden för medkänsla, medglädje och jämnmod. Sangharakshita beskriver i boken vad metta är - en aktiv kärleksfull vänlighet - och att den också är en eldig välvilja, en extatisk energi och en förnuftig känsla. Han beskriver vilka mänskliga egenskaper - eller etiska förhållningssätt - vi behöver för att lyckas med metta, egenskaper som att vara kapabel, rak, flexibel, förnöjsam, lätt att försörja, diskret etc. Han går också in på de vise och var vi finner dem och vikten av andliga vänner, som fungerar som våra moraliska prövostenar. Sedan går Sangharakshita in på den kniviga frågan varför vi tycker illa om och t.om. hatar andra människor, och att det finns en "fiende inom oss". Efter detta beskriver han meditationen metta bhavana, odlandet av metta i fem stadier. Mettas relation till medkänsla, glädje och jämnmod tas också upp. Slutligen avslöjar Sangharakshita att metta kan leda oss hela vägen till insikt i tillvarons natur, där vi kan gå bortom all själv-upptagenhet och därmed kan bli vän till hela världen. Inte nog med det, han slår också fast att vår naturliga arvedel är glädje. Det här är blott en kort sammanfattning av boken innehåll. Du kommer säkert upptäcka att metta och kärleksfull vänlighet är mycket mer än en känsla och att budskapet i suttan är långt mer utmanande - och befriande - än vad många kärleksbudskap tycks antyda. Det är så lätt att säga att allt vi behöver är kärlek, men hur vi ska komma dit är sällan tydligt beskrivet. I kölvattnet av mindfulness har det kommit en ny våg av buddhistisk undervisning som kallas self-compassion, som inspirerats av Buddhas undervisning om metta eller kärleksfull vänlighet.

## VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

### **Buddhas ord om kärleksfull vänlighet : en kommentar till Karaniya metta ...**

2016, Häftad. Köp boken Buddhas ord om kärleksfull vänlighet : en kommentar till Karaniya metta sutta hos oss!

**, Bhikshu Sangharákshita | LibraryThing**

Gör en bra affär på Buddhas ord om kärleksfull vänlighet: en kommentar till Karaniya metta sutta (Häftad, 2016) Lägst pris just nu 169 kr bland 5 st butiker.

**Metta sutta - dharma för livet - viryabodhi.se**

Feng Shui & Ekologi. Fenomen & Vetenskap. Film & Multimedia

**BUDDHAS ORD OM KÄRLEKSFULL VÄNLIGHET : EN KOMMENTAR TILL KARANIYA  
METTA SUTTA**

***LÄS MER***