

## Iniciación a la psicología budista



El Dalai Lama ha dicho que el budismo y la ciencia son profundamente compatibles y ha animado a los estudiosos occidentales a examinar críticamente tanto la práctica de la meditación y como las ideas budistas sobre la mente humana.

Este curso examinará cómo el budismo está explorando la validez de esta premisa. ¿Están los neurocientíficos empezando a entender cómo funciona la meditación? ¿Sería tal entendimiento una forma de validar la meditación científicamente? ¿O podría dar explicaciones físicas de la meditación y socavar la importancia espiritual que se le atribuye? ¿Y cuáles son algunas de las afirmaciones budistas básicas acerca de la mente humana? ¿Estos principios radicales, como suenan en el ámbito de la psicología moderna? ¿Y cuáles son las implicaciones de todo esto para la forma en que debemos vivir nuestras vidas? ¿Puede la meditación no sólo hacernos más felices, sino mejores personas?

Más Información