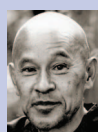


Ment zen, ment de principiant

SHUNRYU SUZUKI

"Ment zen" és una d'aquelles frases enigmàtiques utilitzades pels mestres zen per fer-te anar més enllà de les paraules i fer-te preguntes. "Conec la meua ment", et dius a tu mateix, "però què és la ment zen?" I també "conec realment què és la meua ment? És el que estic fent ara mateix? És el que estic pensant ara mateix?" Aquest llibre ensenya a practicar zen com a disciplina viable i com a espiritualitat, a través de la postura i de la respiració, sense dualitats ni buidor, amb intel·ligència. A partir d'aquí podem començar a entendre què és el zen, i que la seva simplicitat porta a una vida alliberada.



Shunryu Suzuki (1905-1971) va ser un descendent espiritual directe del gran mestre japonès Dogen. Va crear el grup de meditació anomenat Zen Center, que va ser l'origen de set centres. N'és especialment conegut el Zen Mountain Center, primer monestir zen obert fora d'Àsia. Suzuki és, sense discussió, un dels mestres zen més influents de la nostra època.

RELIGIÓ

COL·LECCIÓ ESPiritUALITATS, 16

ISBN: 978-84-9975-154-2

152 pàgs.

Rústica amb solapes

13,5 x 21 cm

PVP: 14,00 €

Budisme, Espiritualitat

ISBN: 978-84-9975-154-2



9 788499 751542

INTERÈS COMERCIAL I EDITORIAL

1. Suzuki és un dels mestres zen més influents.
2. El text és una brillant i didàctica síntesi de la disciplina zen.
3. Interès per tots aquells interessants en la meditació i l'espiritualitat.
4. Llibreries en general i per tot el territori. Secció de budisme i espiritualitat.

Altres títols de la col·lecció:



9 788499 750774



9 788497 798297