

editorial **K**airós

Deshimaru, Taisen

Zen y autocontrol

Fundamentándose en la unidad cuerpo-espíritu-universo, el profesor Yujiro Ikemi, pionero de la medicina psicosomática en Japón y científico de reputación internacional, muestra de qué manera la práctica del zen constituye un método de autocontrol enormemente terapéutico. Por su parte el famoso maestro Taisen Deshimaru realiza una exposición con lenguaje moderno de los puntos principales de la práctica y la tradición zen, así como de la psicología budista.

Zen y autocontrol es, en suma, un poderoso libro de síntesis que abarca desde las nuevas terapias hasta la meditación; un documento excepcional que lleva a convergencia el pensamiento científico, el pensamiento religioso y la práctica cotidiana; una invitación a ¿vivir totalmente?.



Argitaletxea	Kairós
Bilduma	Sabiduría perenne
Azalak	Tapa blanda o rústica
Orrialdeak	242
Neurria	130x200x mm.
Hizkuntza	Español
Gaia	<Pendiente de asignación>
EAN	9788472452183
PVP	15,00 €
PVP,BEZik gabe	14,42 €



9788472452183