

editorial **K**airós

Deshimaru, Taisen

La práctica del Zen**Y cuatro textos canónicos Zen**

Hasta hace poco, todo lo que en el mundo de habla hispana se sabía sobre el Zen venía a través de algunos libros exclusivamente teóricos. Por primera vez se publica la enseñanza de un auténtico maestro Zen, enseñanza que hasta la fecha sólo se transmitía por vía oral. En el libro se contienen, además, dos textos sagrados: El Hokyo Zan Mai y el San Do Kai; textos procedentes de la más remota antigüedad china, y que están considerados como la base del actual Zen japonés. Se incluye también el Teisho, enseñanza impartida a los discípulos durante el Za-Zen.

El Za-Zen o Zen en posición sentado, es la práctica de la postura de vigilia, la práctica del despertar. Este despertar no se puede disociar de la práctica del mismo Zen. Su enseñanza, profundamente anclada en lo concreto, apunta a una transformación psicofisiológica del individuo y se ha revelado hoy de una eficacia singular. El Zen no es un conjunto de ideas que se puedan aprender sino esencialmente una experiencia que hay que realizar. Es una disciplina de concentración y de meditación cuya esencia se remonta, al parecer, a la iluminación de Buda.



Editorial	Kairós
Colección	Sabiduría perenne
Encadernación	Tapa blanda o rústica
Páginas	240
Tamaño	130x200x mm.
Peso	268
Idioma	Español
Tema	Religiones y espiritualidad
EAN	9788472451070
PVP	16,00 €
PVP sen IVE	15,38 €

**9788472451070**