

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?.

 Ant Machado
Grupo de
Distribución

Editorial	Kairós
Colección	Sabiduría perenne
Encadernación	Tapa blanda o rústica
Páxinas	242
Tamaño	130x200x mm.
Idioma	Español
Tema	<Pendiente de asignación>
EAN	9788472452183
PVP	15,00 €
PVP sen IVE	14,42 €

