

# EL ZEN SIMPLE: EL ARTE DE VIVIR EL MOMENTO PRESENTE



<b>Plaza de edición:</b>	BARCELONA
<b>Nº de páginas:</b>	192 págs.
<b>ISBN:</b>	9788475563145
<b>Año edición:</b>	2004
<b>Lengua:</b>	CASTELLANO
<b>Autor:</b>	ANNELLEN SIMPKINS
<b>Categoría:</b>	Ciencias Humanas
<b>Editorial:</b>	OCEANO AMBAR

[EL ZEN SIMPLE: EL ARTE DE VIVIR EL MOMENTO PRESENTE.pdf](#)

[EL ZEN SIMPLE: EL ARTE DE VIVIR EL MOMENTO PRESENTE.epub](#)

El flujo de nuestros pensamientos, la ansiedad y la vida diaria nos confunden y apartan de la verdadera esencia de las cosas, que a su vez es nuestra propia esencia. La serena filosofía del Zen es una brújula que nos señala el camino que conduce a la realización y el autodescubrimiento. El Zen no es exactamente una religión, una filosofía o un conjunto de técnicas de meditación y, al mismo tiempo, incluye a todas ellas. Los autores de este libro han vertido, con lenguaje sencillo y clarificador, el agua cristalina del Zen para satisfacer la sed de conocimiento y vida interior que mora en todo ser humano.