

Mente zen, mente de principiante

Shunryu SUZUKI

Charlas informales sobre meditación y la práctica del Zen

Suzuki, Shunryu

Editorial: Gaia Ediciones

ISBN: 9788484454311

Páginas: 192

Dimensiones: 14,5 x 21 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 10,00 €

Colección: Gaia Perenne



SINOPSIS

"En la mente del principiante hay muchas posibilidades; pero en la del experto hay pocas."

Así comienza uno de los libros más queridos sobre el Zen. Pocas veces un pequeño puñado de palabras como estas ha ofrecido una enseñanza tan fértil. De un plumazo, esa simple frase corta la perenne tendencia de los estudiantes a acercarse tanto al Zen que no ven en qué consiste este. Una enseñanza instantánea en la primera página, y esto solo es el principio.

En los cuarenta años que han transcurrido desde su publicación original, *Mente zen, mente de principiante*, se ha convertido en uno de los grandes clásicos de la espiritualidad moderna, muy querido, continuamente releído y profusamente recomendado como el mejor libro que se puede leer sobre el Zen.

Suzuki Roshi presenta las bases -desde los detalles de la postura y la respiración en zazen hasta la percepción de la no dualidad- de un modo que, además de ser notablemente claro, resuena con la alegría de la comprensión desde la primera hasta la última página.