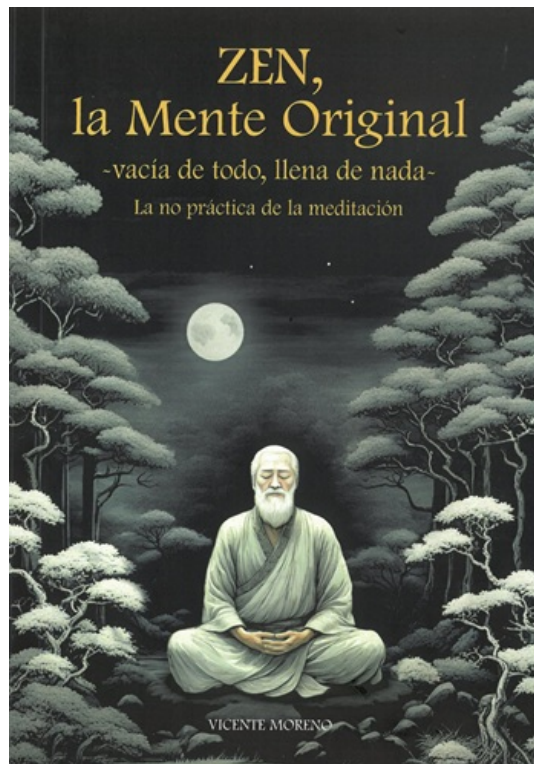


## NOVEDAD



## Zen, la mente original

~Vacía de todo, llena de nada~ La no práctica de la meditación

Vicente

Editorial: Chinmayam Ediciones

ISBN: 9791399135114

Páginas: 92

Dimensiones: 11 x 16 cm

Encuadernación: Rústica (Bolsillo)

PVP.: 15,00 €

## SINOPSIS

Recientemente se usa la palabra meditación sin ningún reparo para incluir un sinfín de prácticas y teorías que, lejos de ayudarnos, añaden más ruido y desconcierto que claridad mental. El propósito de este libro es volver a la esencia de la meditación: el silencio. *Por muy bellas que sean las escrituras sagradas, o muy elaboradas que sean las teorías especulativas, el silencio desmonta a todas ellas y te muestra sin adornos la verdad tal y como es. Mientras la teoría nos llena y nos dispersa, el silencio nos vacía y nos permite ser.*