



Keisuke Matsumoto

**MANUAL**  
DE  
**LIMPEZA**  
DE UM  
**MONGE**  
**BUDISTA**



 Planeta



# Resumo de Manual de Limpeza de Um Monge Budista

Segundo o budismo, fazer faxina significa remover a sujeira do espírito. É por isso que o dia dos monges começa justamente com a limpeza. Neste livro, o monge Keisuke Matsumoto ensina como cuidar da casa pode ajudar a viver melhor.

São dicas simples, práticas, mas sempre com uma referência filosófica. Por exemplo: nunca deixar louça por lavar ou a cama por arrumar. Postergar para amanhã o que deve ser feito hoje torna o espírito indolente.

Segundo o budismo, o tempo dedicado à limpeza traz uma sensação de plenitude. Vale a pena tentar.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)