

Thich Nhat Hanh

Serenando a Mente

O olhar budista sobre o medo e o terrorismo



Prefácio de Hélder Roberto Barbeiro

 EDITORA
VOZES

Resumo de Serenando a Mente. O Olhar Budista Sobre o Medo e o Terrorismo

A sociedade que vive sob a ameaça constante do terrorismo, do crime e da dor pede respostas que nenhuma tentativa política ou social consegue responder. Como acabar com a violência agindo com violência?

Neste livro o autor explica, através dos ensinamentos budistas, que serenar a mente é essencial para atingir o conhecimento e a felicidade, destruindo sentimentos de ódio e medo ao invés de incitá-los.

Representa uma possível solução para os problemas presentes não apenas grandes cidades, como também no coração e na mente de cada um de nós.

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