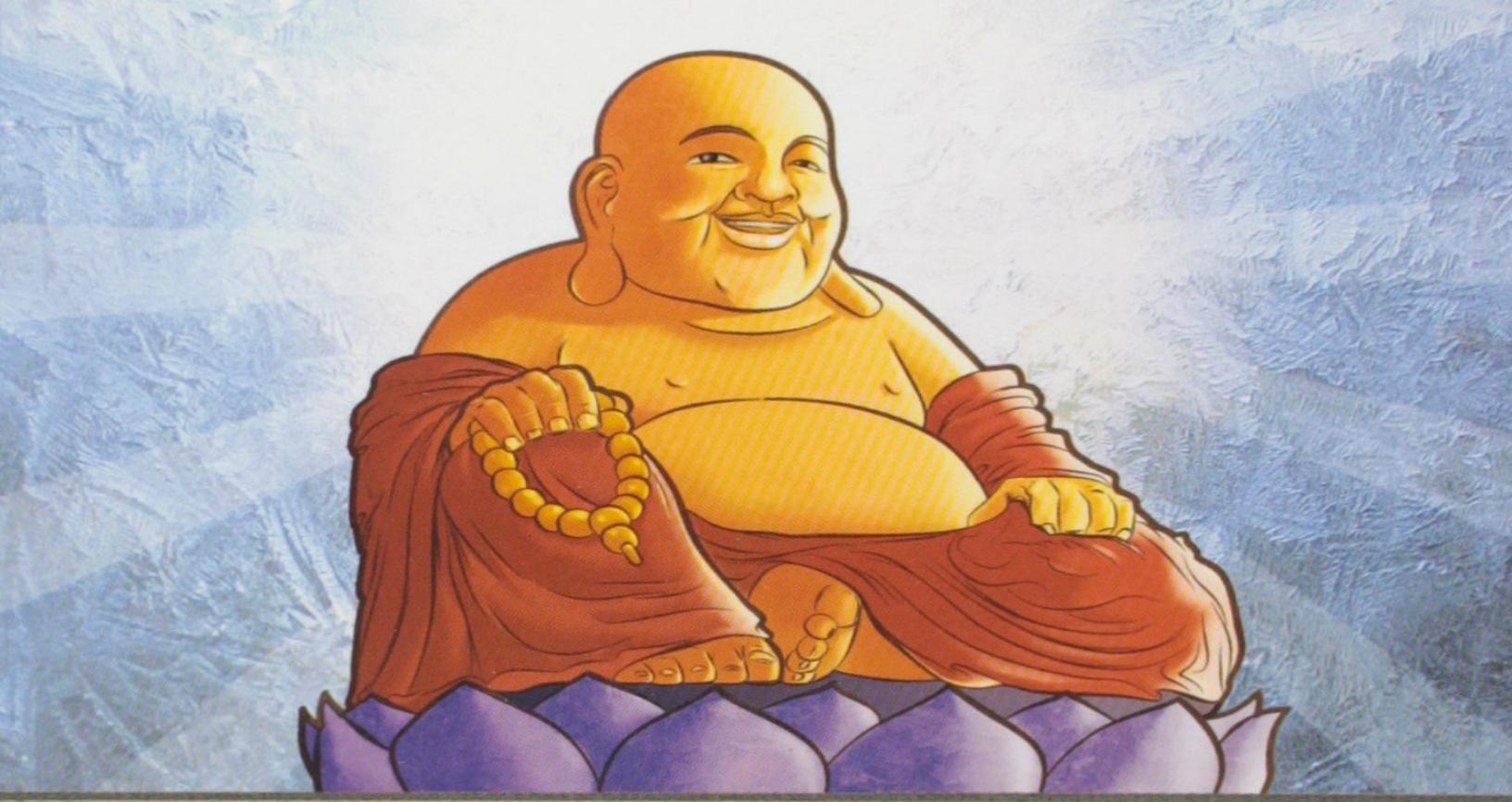

CHRIS PRENTISS

ZEN
e a arte da felicidade

A sabedoria de uma doutrina milenar para o seu dia-a-dia

福祿壽

NOVA ERA

Resumo de Zen e a Arte da Felicidade

A felicidade. para a filosofia Zen. não é realizar sonhos. possuir riquezas ou superar obstáculos. Segundo Chris Prentiss. reconhecido mundialmente por seus estudos sobre o I Ching e a sabedoria oriental.

ser feliz nada mais é do que sentir-se bem consigo mesmo. Em Zen e a arte da felicidade. Prentiss explica de forma clara e educativa comoos fundamentos da doutrina milenar podem ajudar a afastaras preocupações do mundo moderno para atrair o bem-estar e a alegria de viver.

A partir de exemplos e relatos pessoais. o autor demonstra que a felicidade origina-se no pensamento de cada um de nós; basta querer ser feliz.

Acesse aqui a versão completa deste livro