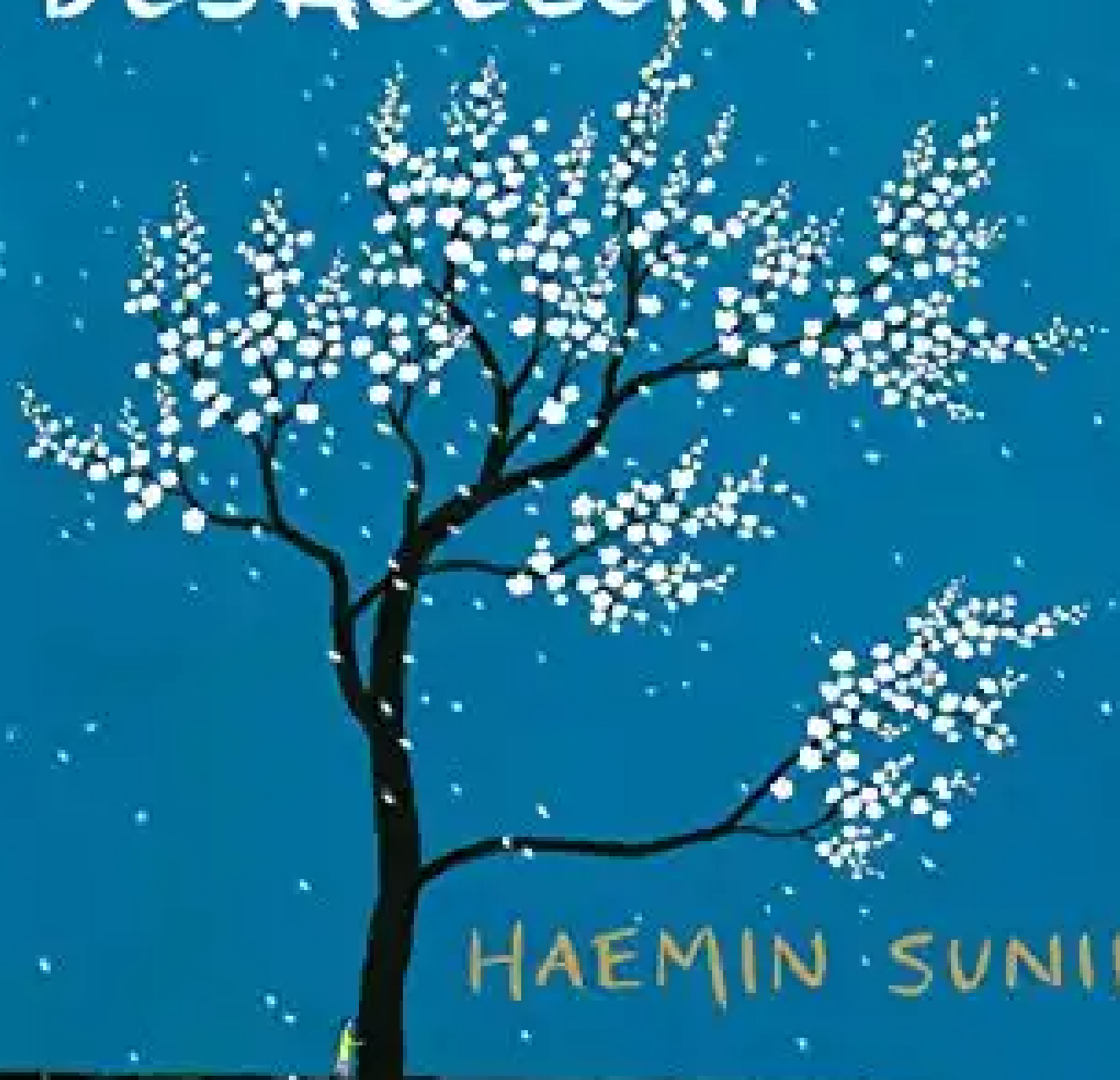


Mais de 3 milhões de livros vendidos

AS COISAS QUE VOCÊ SÓ VÊ QUANDO DESACELERA



HAEMIN SUNIM

Como manter a calma em um mundo frenético

Sinopse:

Mais de 300 mil exemplares vendidos no Brasil.

“Um livro para os dias de hoje, repleto de verdades universais, lindamente escrito e ilustrado. Cada parágrafo possui a própria semente, que cria raízes para a sabedoria mais profunda e atemporal. Uma obra para se ter sempre à mão.” – Mark Williams, coautor de Atenção plena.

De tempos em tempos, surge um livro que, com sua maneira original de iluminar importantes temas espirituais, se torna um fenômeno tão grande em seu país de origem que acaba chamando a atenção e encantando leitores de todo o mundo.

Escrito pelo mestre zen-budista sul-coreano Haemin Sunim, As coisas que você só vê quando desacelera é um desses raros e tão necessários livros para quem deseja tranquilizar os pensamentos e cultivar a calma e a autocompaixão.

Ilustrado com extrema delicadeza, ele nos ajuda a entender nossos relacionamentos, nosso trabalho, nossas aspirações e nossa espiritualidade sob um novo prisma, revelando como a prática da atenção plena pode transformar nosso modo de ser e de lidar com tudo o que fazemos.

Você vai descobrir que a forma como percebemos o mundo é um reflexo do que se passa em nossa mente. Quando nossa mente está alegre e compassiva, o mundo também está. Quando ela está repleta de pensamentos negativos, o mundo parece sombrio. E quando nossa mente descansa, o mundo faz o mesmo.

Saiba mais em: <https://livrariapublica.com.br/livros/as-coisas-que-voce-so-ve-quando-desacelera-como-manter-a-calma-em-um-mundo-frenetico-haemin-sunim/>