

## Lo zen e l'arte di mangiar bene PDF

Seigaku



*Questo è solo un estratto dal libro di Lo zen e l'arte di mangiar bene. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.*



Autore: Seigaku  
ISBN-10: 9788869870491  
Lingua: Italiano  
Dimensione del file: 4369 KB

## DESCRIZIONE

Quando i giapponesi si accingono a consumare un pasto, congiungono le mani in segno di ringraziamento e dicono 'Itadakimasu'. Purtroppo, la consuetudine ha ormai quasi del tutto cancellato il senso profondo di questa antica espressione che significa 'Ricevo in dono la tua vita': una forma di rispetto verso il cibo e l'energia vitale che ci offre, e di gratitudine per lo sforzo di chi e di ciò che ha permesso di portarlo alla nostra tavola: il contadino, il pescatore, ma anche il sole, l'acqua, la terra. L'importanza del mangiare e i riti ad esso connessi sono fondamentali in tutte le culture, ma nella scuola Zen assumono un rilievo e una poesia particolari. Esistono regole su come preparare e servire il cibo, come consumare i pasti, come disporre le suppellettili sul tavolo, lavarle e riporle correttamente dopo l'uso. La pratica di queste regole dona energia al corpo e libera la mente, apportando benefici inesauribili, e continuamente rinnovati, alla nostra vita quotidiana. Grazie ai tre anni trascorsi nel più importante monastero Zen del Giappone, Seigaku ha potuto condensare in questo libro 700 anni di tradizione buddhista, declinandola però secondo le abitudini e le esigenze della vita moderna. Un manuale di consigli, un galateo dell'anima che trasformerà la vostra vita incrementandone l'armonia e la serenità.

## **COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?**

Ebook Lo zen e l'arte di mangiar bene di Seigaku, edizione Vallardi. Acquista e scarica subito con BookRepublic!

Compra il libro Lo zen e l'arte di mangiar bene di Seigaku; lo trovi in offerta a prezzi scontati su Giuntialpunto.it

Download immediato per Lo Zen e l'arte di mangiar bene, E-book di Seigaku, pubblicato da VALLARDI. Disponibile in PDF, EPUB. Acquistalo su Libreria Universitaria!

## **LO ZEN E L'ARTE DI MANGIAR BENE**

[Leggi di più ...](#)