

Tags: Zen 3.0. La via della meditazione. Un libro mindfulzen libro pdf download, Zen 3.0. La via della meditazione. Un libro mindfulzen scaricare gratis, Zen 3.0. La via della meditazione. Un libro mindfulzen epub italiano, Zen 3.0. La via della meditazione. Un libro mindfulzen torrent, Zen 3.0. La via della meditazione. Un libro mindfulzen leggere online gratis PDF

---

## **Zen 3.0. La via della meditazione. Un libro mindfulzen PDF**

**Carlo Tetsugen Serra**



*Questo è solo un estratto dal libro di Zen 3.0. La via della meditazione. Un libro mindfulzen. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.*



Autore: Carlo Tetsugen Serra  
ISBN-10: 9788860526076  
Lingua: Italiano  
Dimensione del file: 4642 KB

## DESCRIZIONE

Alcuni campi del sapere, come le neuroscienze, la fisica quantistica, la medicina e la psicologia, hanno compiuto negli ultimi anni progressi straordinari: ma se la conoscenza dell'essere umano è andata molto avanti non si può dire che si sia verificato un corrispondente aumento della felicità. Anzi, sembra che le sofferenze in questo mondo siano semmai dilagate. Questa semplice constatazione può indurci a concludere che la felicità non risieda nella conoscenza al di fuori di noi, come del resto l'infelicità o la soluzione ai nostri problemi. Se vogliamo dunque essere veramente felici e liberi dalla sofferenza, dobbiamo cercare dentro di noi, dobbiamo imparare a conoscere la nostra mente e il nostro cuore. Per vivere in consapevolezza. E questo, in fondo, il messaggio del Buddha: la mente ha il potere di creare tutte le situazioni, piacevoli o spiacevoli. Iniziamo dunque a vivere diversamente, perché quando cambiamo noi stessi stiamo già cambiando anche il mondo. Ma in queste pagine è il maestro Tetsugen a parlarci, un italiano che ha vissuto lunghi anni in Giappone, dove è stato ordinato monaco zen, per poi rientrare nel nostro paese e fondare due monasteri aperti a tutti. Sono trent'anni dunque che il maestro si confronta con la "traduzione occidentale" della saggezza zen applicata alla nostra quotidianità convulsa, così poco incline alla concentrazione e alla consapevolezza...

**COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?**

Zen 3.0. La via della meditazione. Un libro mindfulzen ... Zen 2.0 La via della felicità Il primo libro della Mindfulzen 2014, 240 p., ...

... che presenterà il suo nuovo libro "Zen 3.0. La via della meditazione ... di molti libri e video e fondatore della Mindfulzen, una via di pratica zen ...

Zen 3.0. La via della meditazione. Un libro mindfulzen 2015, 211 p., brossura Prezzo di copertina € 14,00 Editore: Cairo Publishing (collana Saggi)

**ZEN 3.0. LA VIA DELLA MEDITAZIONE. UN LIBRO MINDFULZEN**

[Leggi di più ...](#)