

MONJA COEN

A sabedoria da transformação

Reflexões e experiências



)) (Academia

Resumo de A Sabedoria da Transformação

Neste livro, Monja Coen, missionária oficial da tradição Sôtô Zenshû para o Brasil, convida o leitor a lançar um olhar sobre si mesmo e a rever valores e conceitos. Num texto leve e bem-humorado, conta fatos históricos e situações cotidianas, fala de personagens ilustres e de pessoas comuns.

A sabedoria da transformação procura nos conscientizar da importância de refletir sobre as nossas atitudes no dia a dia, para que, fazendo o nosso melhor, possamos ser a transformação que desejamos ver no mundo.

Buscar a paz interior e, conseqüentemente a felicidade, é uma meta a ser conquistada. Através do desafio da vida humana, podemos encontrar um caminho de prática que nos leve ao nosso eu verdadeiro para desfrutarmos de uma vida simples e feliz.

Monja Coen, neste livro, nos presenteia com um texto claro e objetivo, recheado de amor ao próximo. Através de reflexões sobre acontecimentos ocorridos e experiências vividas, a autora ajuda ao leitor a refletir sobre suas atitudes e a buscar a transformação.

O momento é agora, comece, pratique, busque.

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