

BUDA GUERREIRO

Artes Marciais, Budismo, Ataque e Defesa

O *Buda Guerreiro* detalha uma jornada de 40 anos em artes marciais e treinamento de meditação, além de 25 anos de prática budista do autor Jeff Eisenberg. Usando anedotas autobiográficas, com estratégias de luta de artes marciais, histórias folclóricas budistas e ensinamentos koan e sutra, explora tanto os benefícios quanto os detrimientos de cada prática, bem como a forma como se complementam como uma prática singular.

A premissa geral do livro propõe que nenhuma técnica de artes marciais feita no ambiente controlado do dojo nem experiências meditativas dependentes do ambiente do zendo terão uma aplicação adequada, a menos que treinadas, praticadas e testadas em circunstâncias reais.

Para o artista marcial, isso faz com que saiba se o treinamento tradicional no dojo pode realmente ser utilizado em uma situação real. Para o praticante budista, a questão é se os rituais, o estudo acadêmico e a experiência meditativa do zendo podem se traduzir em ações habilitadas fora dele.

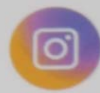
O livro também aborda as lutas de iniciar treinamento e prática, a importância de identificar metas e escolher um professor e treinamento para apoiá-los.



/madraseditora



/madrased



@madraseditora



MADRAS®

ISBN 978-85-370-1153-9



9 788537 011539

Resumo de Artes Marciais, Budismo, Ataque e Autodefesa

O Buda Guerreiro detalha uma jornada de 40 anos em artes marciais e treinamento de meditação, além de 25 anos de prática budista do autor Jeff Eisenberg. Usando anedotas autobiográficas, com estratégias de luta de artes marciais, histórias folclóricas budistas e ensinamentos koan e sutra, explora tanto os benefícios quanto os detrimientos de cada prática, bem como a forma como se complementam como uma prática singular.

A premissa geral do livro propõe que nenhuma técnica de artes marciais feita no ambiente controlado do dojo nem experiências meditativas dependentes do ambiente do zendo terão uma aplicação adequada, a menos que treinadas, praticadas e testadas em circunstâncias reais.

Para o artista marcial, isso faz com que saiba se o treinamento tradicional no dojo pode realmente ser utilizado em uma situação real. Para o praticante budista, a questão é se os rituais, o estudo acadêmico e a experiência meditativa do zendo podem se traduzir em ações habilidosas fora dele.

O livro também aborda as lutas de iniciar treinamento e prática, a importância de identificar metas e escolher um professor e treinamento para apoiá-los.

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