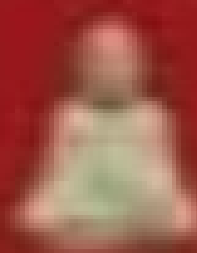


Arthur Jeon



CALMA NO CAOS



Os Ensinamentos Budistas
para Viver Melhor

Resumo de Calma No Cao. Os Ensinamentos Budistas Para Viver Melhor

Em Calma no caos, Jeon explica que a atitude que adotamos diante da vida tem papel fundamental na nossa felicidade. Preocupar-se apenas com o presente, procurando encarar as coisas com alegria e tranquilidade, é o segredo para atingir a paz e a harmonia.

Numa linguagem ágil e envolvente, ele revela que o caminho da espiritualidade é, antes de tudo, uma conquista individual e oferece dicas práticas para conviver com o estresse do dia-a-dia e com as dificuldades com as quais temos de lidar no trabalho e nos relacionamentos.

Um livro essencial para quem acredita no poder individual de transformar o mundo ao seu redor.

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