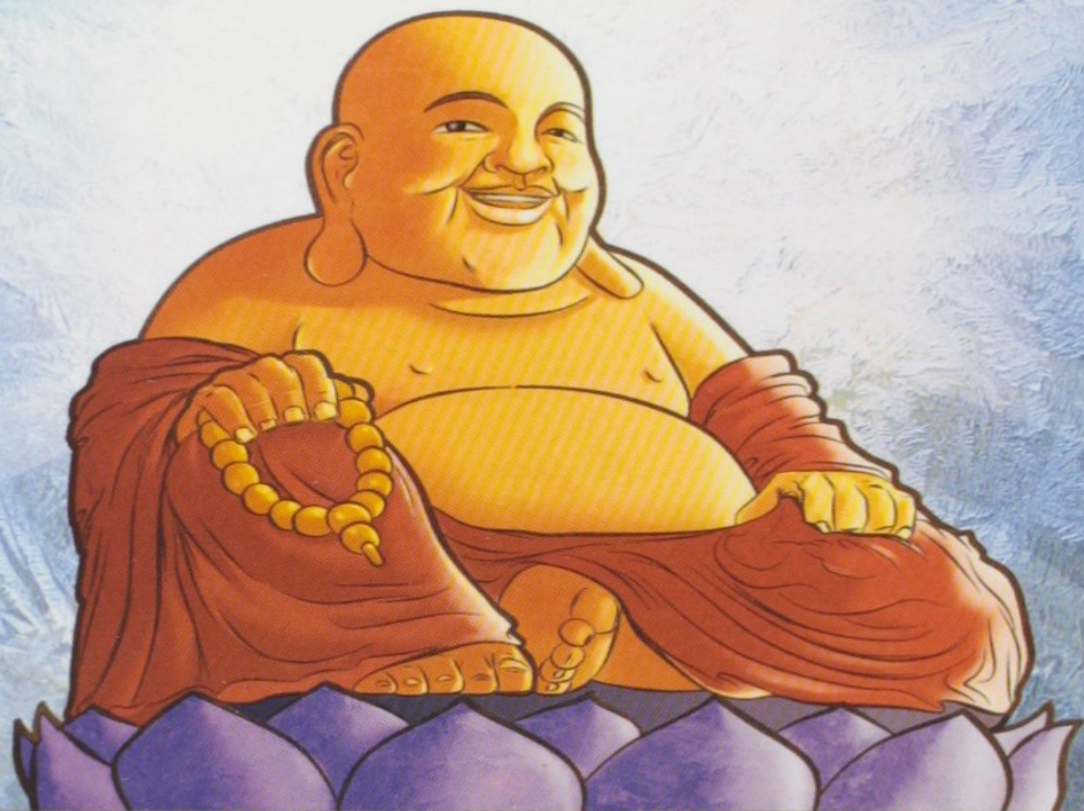




CHRIS PRENTISS

ZEN

e a arte da felicidade

A sabedoria de uma doutrina milenar para o seu dia-a-dia

福 祿 壽



NOVA ERA

Resumo de Zen e a Arte da Felicidade

A felicidade, para a filosofia Zen, não é realizar sonhos, possuir riquezas ou superar obstáculos. Segundo Chris Prentiss, reconhecido mundialmente por seus estudos sobre o I Ching e a sabedoria oriental.

ser feliz nada mais é do que sentir-se bem consigo mesmo. Em Zen e a arte da felicidade, Prentiss explica de forma clara e educativa como os fundamentos da doutrina milenar podem ajudar a afastar as preocupações do mundo moderno para atrair o bem-estar e a alegria de viver.

A partir de exemplos e relatos pessoais, o autor demonstra que a felicidade origina-se no pensamento de cada um de nós; basta querer ser feliz.

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