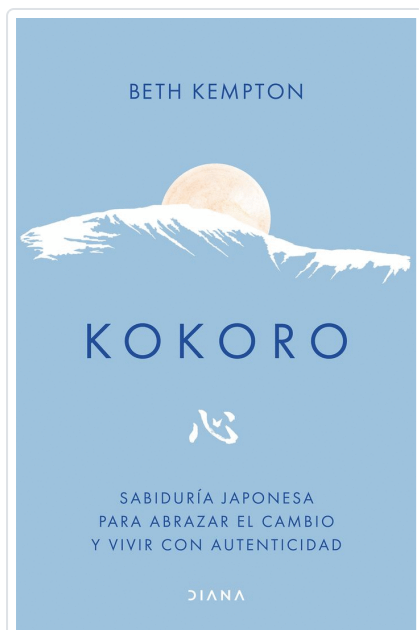


KOKORO



Kempton, Beth

SINOPSIS

Un viaje transformador para descubrir el arte de vivir con propósito, autenticidad y sabiduría japonesa. Un viaje transformador al corazón de la sabiduría japonesa para vivir plenamente.

En Kokoro, Beth Kempton, japonóloga y autora bestseller de Wabi Sabi, nos invita a emprender un viaje físico, emocional y espiritual a través de las montañas sagradas de Japón.

En un mundo cada vez más incierto y acelerado, Kokoro ofrece una guía para ralentizar, reconectar con uno mismo y hallar belleza en lo imperfecto. Basándose en la rica cultura, filosofía y tradiciones japonesas, Kempton nos lleva de la mano por los paisajes del norte de Japón, sus bosques ancestrales y montañas míticas. En este recorrido, se encuentra con una fascinante variedad de maestros: actores de Noh, chefs, taxistas, poetas y monjes zen, cuyas lecciones resuenan en su propia búsqueda de serenidad y propósito.

El kokoro, un concepto japonés que combina la inteligencia del corazón, la sensibilidad de la mente y la espiritualidad encarnada, es el núcleo de este libro. Explorar el kokoro es adentrarse en la esencia misma de lo que significa ser humano en un mundo lleno de desafíos, pero también de belleza. A través de historias personales, reflexiones y ejercicios prácticos, Kempton nos anima a vivir guiados por la luz del kokoro, aceptando la impermanencia y hallando sentido en el presente.

Kokoro no solo es una invitación a cultivar la calma en medio del caos, sino también a redescubrir nuestra humanidad y nuestro potencial ilimitado. Al seguir esta senda, todo puede cambiar, y cualquier cosa es posible.

«Acompáñenme en un viaje al profundo norte de Japón, donde juntos recorreremos bosques ancestrales, contemplaremos la luna sobre montañas llenas de mitos y encontraremos en el camino a una variedad de sabios maestros: actores de Noh, chefs, taxistas, dueños de cafeterías, poetas, filósofos y los espíritus que habitan estas tierras. Reflexionaremos sobre la verdadera naturaleza del tiempo en uno de los templos zen más estrictos del mundo, y nada volverá a s...



Editorial	DIANA
Materia	DESARROLLO PERSONAL
EAN	9788411192507
Status	Disponible
Páginas	304
Tamaño	210x145x0 mm.
Precio (Imp. inc.)	18,95€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	28/05/2025