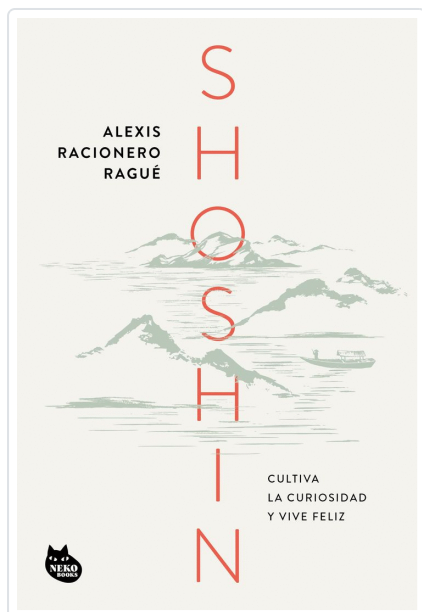


SHOSHIN



Racionero Ragué, Alexis

SINOPSIS

Un viaje espiritual, cultural y vital al Japón más profundo y transformador. Shoshin es una guía luminosa para reconectar con la curiosidad, la humildad y la flexibilidad mental a cualquier edad. En la tradición del zen japonés, shoshin significa «mente del principiante»: una actitud de apertura, curiosidad y libertad frente a la vida, libre de prejuicios y dogmas. A través de una mezcla envolvente de filosofía oriental, experiencias personales y un diario de viaje íntimo por Japón junto a su hija, Alexis Racionero invita al lector a redescubrir el mundo con nuevos ojos.

Este libro ofrece una introducción accesible y profunda al zen y la cultura japonesa, ilustrada con conceptos clave, cuentos tradicionales, reflexiones prácticas y ejercicios. Con un tono cercano, sensible y culto, Shoshin es una propuesta de transformación vital que conecta sabiduría ancestral con las necesidades contemporáneas: vivir con más serenidad, autenticidad y propósito. Una lectura que estimula, acompaña y reconforta....



Editorial	NEKO BOOKS
	[VSPD] MINDFULNESS.
Materia	ATENCIÓN O CONCIENCIA PLENA
EAN	9788410427259
Status	Disponible
Páginas	184
Tamaño	210x140x0 mm.
Precio (Imp. inc.)	17,95€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	21/01/2026