


ENSINAMENTOS DA MONJA COEN

Com um belíssimo projeto gráfico, *Zen: Pensamentos da Monja Coen nas palavras de Leandro Gyokan Saraiva* (Papyrus 7 Mares, 144 pp., R\$ 44,90) reúne pensamentos inspiradores transmitidos pela fundadora da comunidade zen-budista Zendo do Brasil, Monja Coen. A compilação desses textos foi feita pelo escritor e roteirista de cinema e TV Leandro Gyokan Saraiva, que desde 2014 frequenta a comunidade, onde recebeu os preceitos budistas.

“Leandro Gyokan, cujo nome budista significa ‘prática da observação profunda’, transformou palavras faladas, tradição oral, em palavras escritas”, conta a missionária da tradição Soto Shu. Tudo o que está nesse livro foi revisado e aprovado por ela. Foram selecionados “108 parágrafos entre minhas inúmeras falas, quer em palestras públicas, quer em práticas aqui no templo”, conta ela. Sua ideia é que essas frases possam ser usadas como um *juzu*, espécie de rosário budista. “Não apenas para repetir, mas para elevar nossos pensamentos a outro nível de consciência, a fim de nos libertar de apegos e aversões”, explica.

Com ilustrações da artista plástica Vera Ferro, certamente esse livro agradará não só aos admiradores da Monja Coen e adeptos do budismo, como também a todos aqueles que buscam uma mudança de estilo de vida ou até mesmo encantar alguém com um presente marcante e especial. “Espero que encontre nestas palavras um estímulo saudável para viver com plenitude, apreciar sua vida, tornar-se excelente no que estiver fazendo, encontrar apoio para superar as dificuldades que todos nós atravessamos nesta jornada humana”, deseja Monja Coen.

 <p>ZEN PENSAMENTOS DA Monja Coen</p> <p>NAS PALAVRAS DE Leandro Gyokan Saraiva</p> <p>7 MARES</p>	<p>Ficha técnica:</p> <p>Título: <i>Zen: Pensamentos da Monja Coen nas palavras de Leandro Gyokan Saraiva</i></p> <p>Autor: Leandro Saraiva</p> <p>Ilustrações: Vera Ferro</p> <p>Editora: 7 Mares</p> <p>Páginas: 144 pp.</p> <p>Formato: 20 x 20 cm</p> <p>Preço de capa: R\$ 44,90</p>
---	--