

## Knjiga tjedna: "Ono što vidiš tek kad usporiš"

*Kada se sve oko mene tako brzo kreće, zastanem i pitam se: "Je li to svijet oko mene toliko užurban ili je to moj um?"*

Usudimo li se usporediti u vječnoj trci za „više“, shvatit ćemo da smo već blagoslovljeni divnim životom – trebamo ga samo primijetiti, prihvatiti i proživjeti, u svoj njegovoj ljepoti i punini. Kad produbimo odnose s ljudima i otvorimo svoje srce, živimo život u ljepoti i miru.

Svjetski poznati budistički redovnik i učitelj Haemin Sunim (čije ime znači „spontana mudrost“) iskreno i otvoreno opisuje svoja iskustva i opažanja nudeći nam niz savjeta i mudrosti o onome što nam je najvažnije u životu, od ljubavi i prijateljstva, do duhovnosti, budućnosti... Te su nadahnute misli poziv upućen svakome od nas – da usporimo i pogledamo, otvorimo se za sreću.

„Nadam se da će vam druženje s ovom knjigom biti prilika za razmatranje i meditiranje, trenutak mira u vašem užurbanom životu. Nadam se da će vas nadahnuti da se povežete s onom boljom i mudrijom stranom sebe. Sretni, zdravi i mirni bili, uvijek zaštićeni od zla.“ Haemin Sunim

**O autoru: Haemin Sunim** jedan je od najutjecajnijih učitelja zen-budizma i pisaca u Južnoj Koreji gdje se prodalo više od tri milijuna njegovih knjiga; one su vodiči ne samo za meditaciju, već i za nadilaženje izazova svakodnevnog života bez napora i stresa. Rođen je u Južnoj Koreji, došao je u Sjedinjene Američke Države studirati film, a privukao ga je duhovni život. Obrazovao se na Sveučilištu u Kaliforniji u Berkleyu, na Harvardu i Princetonu, a formalnu redovničku izobrazbu prošao je u Koreji da bi potom poučavao budizam na Hampshire Collegeu u Amherstu u Massachusettsu. Na Twitteru (@haeminsunim) i Facebooku prati ga više od dva milijuna sljedbenika. Kada ne putuje kako bi poučavao, živi u Seulu.

Cijena: 119,00 kn