

## PENSAR A LA JAPONESA

UN VIAJE POR EL ESTILO DE VIDA  
DEL PAÍS DEL SOL NACIENTE

### Le Yen Mai

Quince conceptos fundamentales del pensamiento japonés. Quince paradas en los enclaves más fascinantes de Kioto. Un viaje espiritual por el país del sol naciente.

Le Yen Mai, experta en el pensamiento y el modo de vida japonés, nos invita a un viaje metafórico por la filosofía, la cultura y la sociedad japonesas sin salir de casa. Quince paradas fundamentales en parajes emblemáticos, cada uno de los cuales nos transmite un principio clave para nuestra evolución espiritual: reconocer la armonía de todo lo que nos rodea (Yūgen), sentirnos unidos con el entorno y con el otro (Omotenashi), reconocer la imperfección como una fortaleza (Wabi sabi) o disfrutar del momento presente (Mono no aware), porque es en el presente donde entramos en contacto con nosotros mismos. **Un recorrido transformador por el país del sol naciente, con sugerencias prácticas para integrar el zen en la vida, el hogar y la manera de pensar.**

En un mundo centrado en el éxito, la competitividad y la perfección, la filosofía del sol naciente ofrece una conciencia más amplia y acorde con el fluir de la vida. Desde este convencimiento, la autora Le Yen Mai tiende un puente entre Oriente y Occidente para ofrecer estos quince caminos espirituales a partir de otros tantos escenarios que se enraízan en el pasado pero que nos transportan al lado más actual del pensamiento japonés.

El resultado es un recorrido tan vibrante como una novela, repleto de referencias sociales necesarias para entender mejor el desarrollo de este pensamiento filosófico, así como sugerencias prácticas para una vida sana y una experiencia positiva. **Un libro para detener el tiempo, dejarse atrapar por el misterio de Japón, enriquecer el espíritu y aprender a disfrutar de una existencia más consciente y plena.**

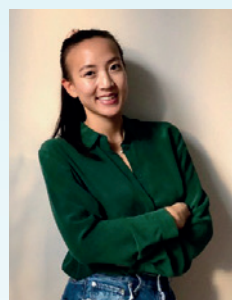


Colección:  
Crecimiento personal  
P.V.P.: 13,50€  
240 páginas  
Lanzamiento:  
marzo de 2022

«En cada uno de los principios del pensamiento japonés encontré un tesoro, una posibilidad de alegría y enriquecimiento, porque cada concepto, si bien procede de una época antigua, es hoy más relevante que nunca, también para Occidente.»

Le Yen Mai

### Le Yen Mai



Escritora de origen vietnamita que nació y se crio en Zúrich, Suiza. Graduada en imagen de marca y especializada en moda y diseño, trabaja como organizadora de espacios profesionales con el objetivo de simplificar la vida de sus clientes a través de gestos tan elegantes como sencillos.

Actualmente vive entre París y Milán, donde imprime a su trabajo la sabiduría y la delicadeza que le proporciona la diversidad cultural de su recorrido. Ha estudiado en profundidad el pensamiento y el modo de vida de Japón, una cultura que le apasiona y que le ha aportado aprendizajes esenciales tanto vitales como profesionales. Su rico bagaje le permite aportar perspectivas originales a los principios de la cultura japonesa.

[mundourano.com](http://mundourano.com)