

****Monja Coen Roshi apresenta palestra inédita em São Paulo:**

"Mente de Paz, Mente Iluminada"

No próximo dia **21 de novembro**, São Paulo receberá Monja Coen Roshi para a palestra "**Mente de Paz, Mente Iluminada**", que será realizada no **Teatro Bradesco**. O evento promete proporcionar uma experiência profunda e transformadora, abordando temas que tocam diretamente a vida moderna: como encontrar serenidade em um mundo marcado pela agitação e desconexão.

Monja Coen Roshi, uma das principais vozes do Zen Budismo no Brasil, compartilhará reflexões sobre a importância da presença plena, do foco no aqui e agora e da construção de uma mente em paz. Com décadas de prática e ensinamentos, ela abordará como a falta de tranquilidade e a irritação podem ser sintomas de uma mente que se perde em preocupações sobre o futuro ou se prende a problemas que não podem ser resolvidos no momento. Segundo a Monja, aquele que encontra a paz interior, encontra também a iluminação, livrando-se da necessidade de reagir impulsivamente com raiva ou dor.

Ao trazer os ensinamentos sobre a arte de cultivar a paz interna, Monja Coen instigará o público a refletir sobre questões fundamentais da vida: **Qual é a sua verdadeira inspiração?** Como encontrar seus propósitos e paixões para viver de forma mais plena e tranquila? Com sua sabedoria e abordagem acolhedora, a Monja guiará os participantes em uma jornada de autoconhecimento e despertar.

"Somos a vida da Terra, estamos todos interligados... tudo o que fazemos, pensamos e falamos mexe com a teia da vida."

— Monja Coen Roshi

Sobre Monja Coen Roshi:

Monja Coen Roshi é missionária oficial da tradição Soto Shu do Zen Budismo e primaz fundadora da **Comunidade Zen Budista Zendo Brasil**. Ordenada em 1983, Monja Coen viveu 12 anos no Japão, onde aprofundou seus estudos e prática espiritual. Ao retornar ao Brasil, liderou as atividades do Templo Busshinji, sede da tradição Soto Shu na América do Sul, por seis anos. Em 2001, fundou o **Templo Tenzui Zenji**, em São Paulo, onde continua seu trabalho de orientação espiritual.

Monja Coen é autora de mais de **30 livros**, entre eles: *Em Cada Instante Vivemos e Morremos Bilhões de Vezes*, *Que Sementes Você está Regando?*, *Sobre o Amor*, *108 Contos e Parábolas Orientais*, *Zen para Distraídos*, *O Sofrimento é Opcional*, e *O Monge e o Touro*.

Além de seus ensinamentos sobre o Zen, Monja Coen participa ativamente de encontros inter-religiosos, sempre promovendo a não violência ativa e a cultura de paz.

Serviço:

Palestra: Monja Coen Roshi – "Mente de Paz, Mente Iluminada"

Data: 21 de novembro de 2024

Horário: 20h às 23h

Local: Teatro Bradesco – R. Palestra Itália, 500, 3º Piso, Perdizes, São Paulo

Mais informações e ingressos: www.zendobrasil.org.br