



La esencia del amor

Thich Nhat Hanh

Thich Nhat Hanh aporta su característica claridad, compasión y humor a la espinosa cuestión de cómo amar.

En *La esencia del amor*, Thich Nhat Hanh parte de su propia experiencia personal y su formación como monje budista para transmitir al lector, con palabras tan sencillas como esclarecedoras, la profunda comprensión del amor universal que une a cada persona con todas las demás y con el mundo en su conjunto. No se trata sólo de un libro teórico, sino que proporciona indicaciones muy precisas sobre cómo superar las contrariedades de la vida para acceder, a través de los sentimientos positivos, a un nuevo nivel de realidad, hecho de alegría y esperanza.

Fecha de publicación:
31/01/2018

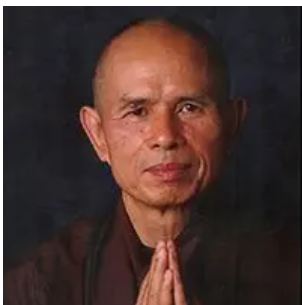
Sello Editorial:
Zenith

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Teléfono: 93 492 86 33

Email: pcordon@planeta.es



Thich Nhat Hanh

Thich Nhat Hanh nació en Hue (Vietnam) y era monje budista, poeta, erudito y activista por los derechos humanos.

El maestro vietnamita Thich Nhat Hanh fue uno de los principales impulsores del budismo zen en Occidente. Desde los 16 años fue monje budista y activista social. Durante la guerra del Vietnam trabajó incansablemente por la reconciliación de Vietnam del Norte y Vietnam del Sur.

Fundador de universidades y organizaciones de servicios sociales. Sus últimos años vivió en Plum Village, una comunidad de meditación en el sur de Francia a la que acuden anualmente cientos de personas para escuchar sus enseñanzas y aprender sus sencillas técnicas de meditación.

Propuesto para el premio Nobel de la Paz, Thich Nhat Hanh fue uno de los líderes espirituales más importantes de nuestro tiempo.