



Cita con la vida

Thich Nhat Hanh

«Nuestra cita con la vida tiene lugar en el momento presente. Nuestra cita se encuentra aquí, en este mismo lugar.»

De hecho, si hubiera que resumir la esencia de la práctica budista, la frase idónea para hacerlo sería «vivir en el presente». El monje budista vietnamita Thich Nhat Hanh nos ofrece en estos sutras las primeras enseñanzas de Buda sobre cómo vivir siendo consciente del aquí y el ahora, puesto que es únicamente en el momento presente donde reside la vida. En efecto, el pasado ha dejado de existir y el futuro aún está por llegar, de manera que sólo el presente puede proporcionarnos la oportunidad de hallar la paz y el despertar. Debemos desprendernos de los fantasmas del pasado y el futuro y acercarnos a la verdadera naturaleza de las cosas.

Fecha de publicación:
28/05/2019

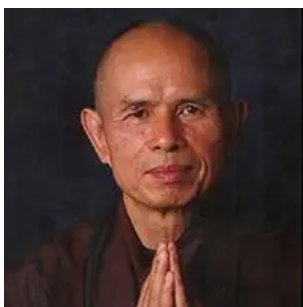
Sello Editorial:
Zenith

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.