



El zen y el arte de amar

Brenda Shoshanna

Recuperamos *El zen y el arte de amar*, un libro de la psicóloga Brenda Shoshanna que te ayudará a adentrarte en un camino de conocimiento interior, felicidad y amor.

Como afirma el maestro Bhagwan Shree Rajnees, cuando estamos enamorados nunca nos preguntamos qué sentido tiene la vida; de hecho, lo que deberíamos preguntarnos es por qué no estamos constantemente enamorados. No cabe duda de que hemos nacido para amar. Cuando nos sentimos enamorados, vivimos rebosantes de energía y sentimientos positivos, saboreando cada precioso momento, y nuestro cuerpo y nuestro corazón sanan y nos transmiten una sensación de bienestar.

Brenda Shoshanna, psicóloga experta en relaciones de pareja, nos ofrece en este libro una manera completamente distinta de enfocar el amor, al establecer un paralelismo entre los puntos de vista de la psicología acerca de la vida en pareja y los eternos principios de la práctica zen. Este viaje constituye una maravillosa aventura que te enseñará a abrirte a una vida de amor, a enamorarte... y a mantener vivo el amor.

Fecha de publicación:
16/11/2022

Sello Editorial:
Zenith

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Teléfono: 93 492 86 33

Email: pcordon@planeta.es



Brenda Shoshanna

Brenda Shoshanna, psicóloga y psicoterapeuta, es autora de diversas obras, una de ellas galardonada con el premio al mejor libro del año sobre temas de salud, y entre las que cabe citar *El zen y el arte de amar*, publicada por primera vez en Oniro en 2009. Ha colaborado con diversas cadenas de televisión, y sus reportajes han aparecido en publicaciones como *Cosmopolitan* o el *Daily News*.