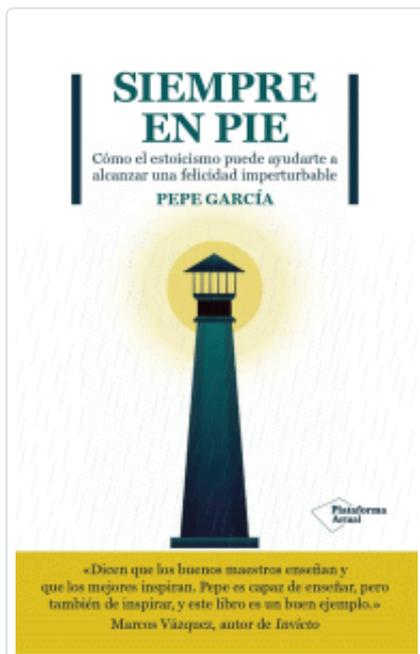


SIEMPRE EN PIE



GARCIA, PEPE

SINOPSIS

+Qué es el estoicismo? +Cómo puedo aplicar la sabiduría antigua de los estoicos a mis problemas cotidianos? +Qué prácticas estoicas puedo incorporar en mi día a día para aprender a pensar y actuar como lo harían Séneca, Epicteto y Marco Aurelio? +Me puede ayudar el estoicismo a encontrar la felicidad? Puedes encontrar las respuestas a estas y muchas otras preguntas en Siempre en pie. Cómo el estoicismo puede ayudarte a alcanzar una felicidad imperturbable. Aunque el mundo sea completamente distinto al que habitaron Zenón de Citio, Séneca, Epicteto o Marco Aurelio, la naturaleza del ser humano no ha cambiado. Seguimos teniendo los mismos miedos y deseos que los griegos y los romanos clásicos. Sin embargo, a través del estudio, la reflexión, la práctica y la observación, los maestros del estoicismo llegaron a conclusiones sobre el arte de vivir que siguen siendo válidas y aplicables a la vida moderna del siglo XXI. En estas páginas encontrarás ideas y ejercicios para: - Terminar con la procrastinación y centrarte en lo que de verdad te importa. - Entrenar tu atención y ser más consciente de tu razón. - Aprender a escribir un diario filosófico para mejorar a diario. - Prepararte mentalmente para la incertidumbre que vendrá. - Forjar un carácter de hierro ante la adversidad. ½ Dicen que los buenos maestros enseñan y los mejores inspiran. Pepe es capaz de enseñar, pero también de inspirar, y este libro es un buen ejemplo.+ Marcos Vázquez, autor de Invicto ...

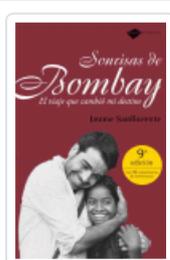


Editorial	PLATAFORMA EDITORIAL
Materia	<Genérica>
Colección	SIN COLECCION
EAN	9788419271167
Status	Disponible
Páginas	232
Tamaño	140xx mm.
Peso	250
Precio (Imp. inc.)	20,00€
Idioma	Español

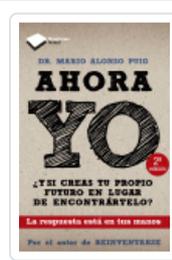
Títulos relacionados



SOY MAS LISTA QUE EL HAMBRE!
(2ª EDICION)
CAMPOS NAVARRO,
EVA



SONRISAS DE BOMBAY (17ª EDICION)
SANLLORENTE,
JAUME



AHORA YO (6ª ED)
ALONSO PUIG,
MARIO



VIVIR LA VIDA CON SENTIDO (4ª ED)
KUPPERS, VICTOR