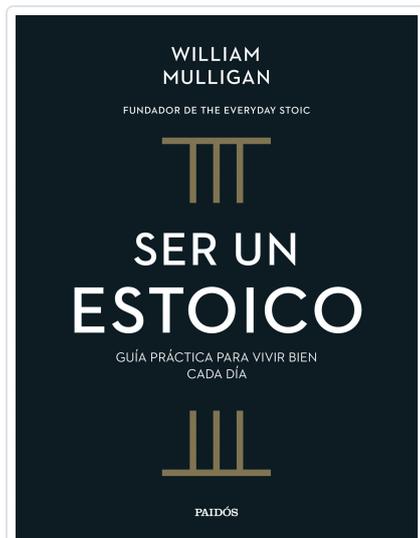


SER UN ESTOICO



Mulligan, William

SINOPSIS

Sigue los pasos de los estoicos y transforma tu vida en el caos de la modernidad. William Mulligan, fundador de The Everyday Stoic, convierte los principios milenarios del estoicismo en una guía práctica y contemporánea para superar los retos actuales y cultivar la calma interior. Inspirado en la sabiduría de grandes filósofos como Marco Aurelio y Séneca, este libro no solo ofrece una puerta de entrada al rico legado del estoicismo, sino también una oportunidad para que seas parte de una inquebrantable comunidad que busca vivir de acuerdo con esta filosofía atemporal.

En Ser un estoico, descubrirás cómo:

Confrontar la imprevisibilidad de la vida con resiliencia, mediante consejos prácticos y acciones concretas.

Comprender que nuestros pensamientos crean la realidad, permitiéndote no solo enfrentar adversidades, sino prosperar a pesar de ellas.

Mejorar tu salud mental aplicando los principios estoicos para transformar tu actitud ante los desafíos y obstáculos.

Con un estilo claro y accesible, esta guía transformadora canaliza las enseñanzas de la antigua Grecia y Roma para ayudarte a encontrar paz, fortaleza y equilibrio, sin importar lo que la vida moderna te depare....



Editorial	PAIDOS
Materia	AUTOAYUDA Y SUPERACION
EAN	9788449343216
Status	Disponible
Páginas	256
Tamaño	203x152x0 mm.
Precio (Imp. inc.)	18,90€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	15/01/2025