

editorial **K**airós

LENOIR, FREDERIC

**Breve tratado de la vida interior**

Esta pequeña joya se centra en el más práctico de todos los saberes: cómo llevar una vida buena, en armonía con nosotros y con los demás, alegre y serena. ¿Por qué cultivar la vida interior? Sencillamente porque la felicidad se asienta en el trabajo sobre uno mismo y no sobre los aspectos externos de nuestra existencia o en meros conocimientos utilitarios.

A través de mensajes simples y ejemplos concretos, y con un estilo fresco, como si se tratase de una conversación entre amigos, Lenoir va apuntando las claves de sabiduría universal descubiertas a lo largo de más de treinta años de lecturas ¿de pensadores como el Buda, Confucio, Jesús, Sócrates, Epicuro, Montaigne, Spinoza, Schopenhauer, Epícteto? y también de su propio devenir personal, que lo ha llevado a indagar en la filosofía oriental y occidental, así como en diversas corrientes de la psicología.



|                |                             |
|----------------|-----------------------------|
| Editorial      | Kairós                      |
| Colección      | Sabiduría perenne           |
| Encuadernación | Tapa blanda o rústica       |
| Páginas        | 204                         |
| Tamaño         | 200x130x mm.                |
| Peso           | 234                         |
| Idioma         | Español                     |
| Tema           | Religiones y espiritualidad |
| EAN            | 9788499880211               |
| PVP            | 15,00 €                     |
| PVP sin IVA    | 14,42 €                     |

**9788499880211**