



Bañeras, Nacho

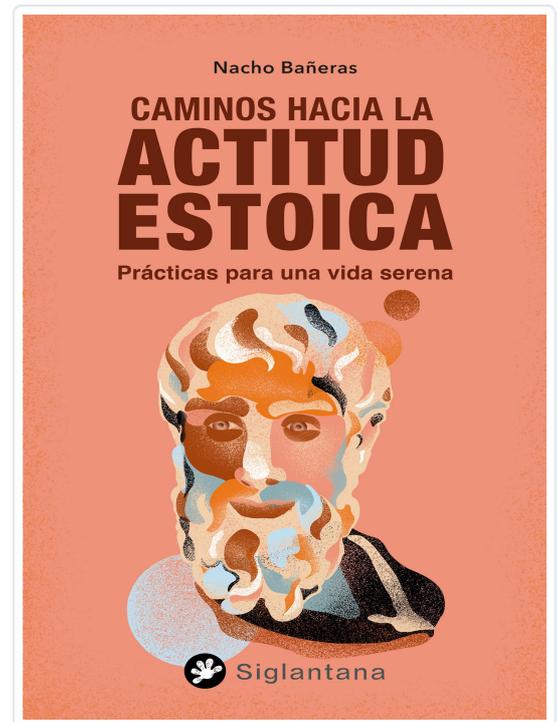
## Caminos hacia la actitud estoica

### Prácticas para una vida serena

Nuestro foco de atención está sobre todo dirigido hacia fuera: pensamos constantemente, centrándonos en lo exterior. Este libro nos propone mirar hacia dentro y, desde la calma, la reflexión y la meditación, encontrar un sentido más profundo a nuestra vida.

El autor, un filósofo que encarna el ideal del estoicismo, ofrece una visión actualizada y crítica de la filosofía estoica y brinda herramientas para llevarla a la práctica y explorar su dimensión contemplativa.

Ser coherentes con la naturaleza es el principal lema del estoicismo. Esto implica escuchar en nosotros la serenidad que nos habita.



|                |                       |
|----------------|-----------------------|
| Editorial      | Siglantana            |
| Encuadernación | Tapa blanda o rústica |
| Páginas        | 132                   |
| Tamaño         | 200x130x10 mm.        |
| Peso           | 151                   |
| Idioma         | Español               |
| Tema           | Filosofía             |
| EAN            | 9788418556357         |
| PVP            | 16,45 €               |
| PVP sin IVA    | 15,82 €               |

