

image not found or type unknown



# Manual de vida

## Epicteto

**Fecha de publicación:**

15/09/2021

**Sello Editorial:**

Editorial Ariel

## Contacto de prensa

**Nombre:** Laura Fabregat

**Teléfono:** 934928947

**Email:**

lfabregat@planeta.es

**Nombre:** Laia Barreda

Vicent

**Teléfono:** 93 492 8308

**Email:**

laia.barreda@planeta.es

**Nombre:** Erica Aspas

**Teléfono:** 934928752

**Email:**

easpas@planeta.es

«Para comer uvas o higos hay que dar tiempo a los árboles, dejar que el árbol florezca, que dé frutos y que maduren.» Epicteto

Conocer lo que puedes controlar y lo que no, intentar llevar una vida plena, definir la persona que queremos ser... Cualquiera que se acerque a los textos recogidos en esta obra descubrirá que la contemplación del mundo implica un conocimiento activo —los ejemplos de Epicteto están extraídos de la vida cotidiana— y que contemplar es, en un sentido literal, ver. El ejercicio contemplativo lleva al conocimiento y éste a la serenidad de espíritu y, en última instancia, a la felicidad. Un auténtico manual de vida, un compendio de pequeñas enseñanzas sobre la búsqueda de la felicidad a través de la sensatez, la comunión con la naturaleza y la aceptación del devenir de las cosas.

## Epicteto

Nacido esclavo, tuvo que exiliarse a Nicópolis, en el Epiro. Allí fundó una escuela y allí moriría. Epicteto buscaba una respuesta que le permitiera sobrellevar con dignidad los embates de unos tiempos tempestuosos, tan parecidos a los nuestros. No es de extrañar que él, un pobre liberto, comparta la misma escuela filosófica que un emperador, Marco Aurelio, que fue su alumno.