Image not found or type unknown

El arte de vivir como un estoico

David Fideler

Una guía práctica a través de las enseñanzas del filósofo estoico Séneca para alcanzar una vida buena.

Fecha de publicación: 27/04/2022

Sello Editorial: Ediciones Paidós

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Telefóno: 93 492 86 33

Email: pcordon@planeta.es

Una guía práctica a través de las enseñanzas del filósofo estoico Séneca para una vida buena.

El estoicismo, la filosofía más influyente del imperio romano, ofrece formas refrescantemente modernas de fortalecer nuestro carácter interior frente a un mundo impredecible. Ampliamente reconocido como el escritor más talentoso y humanista de la tradición estoica, Séneca nos enseña a vivir con libertad y propósito. Sus más de cien «Cartas de un estoico» escritas a un amigo cercano explican cómo manejar la adversidad; superar el dolor, la ansiedad y la ira; transformar los retrocesos en oportunidades de crecimiento; y reconocer la verdadera naturaleza de la amistad.

En *El arte de vivir como un estoico*, el filósofo David Fideler extrae las obras clásicas de Séneca en una serie de capítulos y explica claramente las ideas de Séneca sin simplificarlas demasiado. Disfrutado mejor como un ritual diario, como una taza de café energizante, la sabiduría de Séneca nos proporciona un flujo constante de consejos probados en el tiempo sobre la condición humana, que no ha cambiado mucho en los últimos dos mil años.

David Fideler

David Fideler es escritor, filósofo y editor del sitio web *Stoic Insights*. Nacido en Estados Unidos, actualmente vive en Sarajevo con su esposa e hijo, donde todavía disfruta de sus desayunos con Séneca.