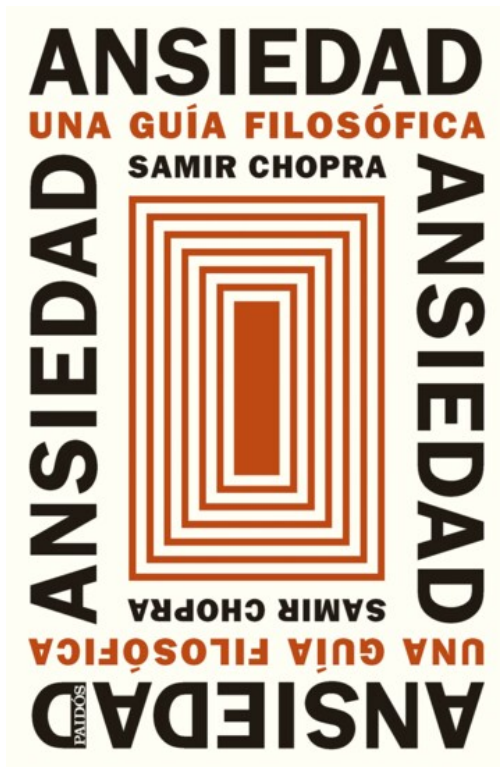




Fecha de publicación:
09/04/2025

Sello Editorial:
Ediciones Paidós

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Teléfono: 93 492 86 33

Email: pcordova@planeta.es

Ansiedad

Samir Chopra

Un lúcido ensayo que nos muestra cómo la filosofía puede ayudarnos a entender la ansiedad, aprender a convivir con ella y descubrir lo que revela sobre la condición humana.

Un lúcido ensayo que nos muestra cómo la filosofía puede ayudarnos a entender la ansiedad, aprender a convivir con ella y descubrir lo que revela sobre la condición humana.

Hoy en día la ansiedad suele considerarse una patología y es el trastorno psicológico más diagnosticado y medicado de todos. Pero esta no es siempre —ni exclusivamente— una enfermedad. De hecho, muchos filósofos sostienen que es una parte normal, esencial incluso, del ser humano, y que aceptarla nos permitirá entendernos mejor y vivir una vida más significativa.

Samir Chopra explora las valiosas ideas sobre la ansiedad que nos ofrecen el budismo, el existencialismo, el psicoanálisis y la teoría crítica para afirmar que, aunque la filosofía no pueda suprimirla, puede lograr mitigarla. Y, a través de su experiencia personal, el autor nos revela cómo el autoconocimiento y la autoaceptación a los que nos conduce la filosofía pueden ayudarnos a lidiar con ella.

Basándose en las reflexiones de múltiples filósofos —entre los que figuran Buda, Kierkegaard, Tillich, Nietzsche, Freud, Heidegger, Marx y Marcuse—, Chopra afirma que la ansiedad es una condición inherente del ser humano, y es indispensable para comprendernos. Y, aunque la pobreza y otras circunstancias materiales sí que pueden acentuarla, ni el dinero ni la medicación pueden librarnos totalmente de ella.

Personal, conmovedor y esperanzador, *Ansiedad* es un libro para todo aquel que sienta curiosidad por reconsiderar esta emoción y aprender por qué puede pasar de ser una fuente de sufrimiento a una de conocimiento.

Samir Chopra

Samir Chopra es experto en asesoría filosófica y profesor emérito de Filosofía en el Brooklyn College de la Universidad de la Ciudad de Nueva York. Es autor y coautor de numerosos libros, entre los que figuran *Shyam Benegal: Philosopher and Filmmaker*, *A Legal Theory for Autonomous Artificial Agents* y *Eye on Cricket: Reflections on the Great Game*. Sus ensayos han aparecido en *The Nation*, *Los Angeles Review of Books*, *Aeon*, *Psyche* y otras publicaciones.