

image not found or type unknown



La felicidad de las pequeñas cosas

Antonio San José Pérez

Fecha de publicación:

18/10/2011

Sello Editorial:

Espasa

Contacto de prensa

Nombre:

INTERNACIONAL
Eduardo Martin

Teléfono: 93 492 89 06

Email:

emartines@planeta.es

Nombre: Fernanda

Azeredo

Teléfono: 914230355

Email:

fazeredo@planeta.es

Nombre:

INTERNACIONAL
Patricia Jiménez

Teléfono: 93 492 82 76

Email:

pjimenezl@planeta.es

Nombre: Sara Ayllón

Teléfono: 914230353

Email:

sayllon@planeta.es

Nombre: Luisa Paunero

Teléfono: 914 23 03 78

Email:

lpaunero@planeta.es

Nombre: Laura

Fernández

Teléfono: 91 423 03 28

Email:

lfernandez@planeta.es

Nombre: María Luque

Teléfono: 916008074

Email:

mлуquec@planeta.es

Nombre: Desirée Rubio

Teléfono: 91 423 03 54

Email:

drubio@planeta.es

Ensayo que resume la actitud del autor ante la vida y la primacía de lo pequeño y lo cotidiano en la sensación de felicidad y bienestar. Es un libro amable, para leer sin prisas. En tono coloquial, pasa su mirada por las cosas cotidianas que nos hacen felices sin apenas reparar en ellas.

Ensayo que resume la actitud del autor ante la vida y la primacía de lo pequeño y lo cotidiano en la sensación de felicidad y bienestar. Es un libro amable, para leer sin prisas. En tono coloquial, pasa su mirada por las cosas cotidianas que nos hacen felices sin apenas reparar en ellas.

En palabras de María Jesús Álava, autora del prólogo: "Este libro trata de facilitar caminos que nos lleven a la felicidad. Esa felicidad que no se puede comprar, pero sí se puede conquistar. Esa felicidad que depende más de nuestra actitud que de las circunstancias en que nos encontremos. Antonio San José quiere que nos ilusionemos en nuestro día a día, que disfrutemos de las pequeñas cosas, que nos llenemos de ánimo positivo, de buen humor, de sensaciones profundas, de las caricias y las oportunidades que nos ofrece la vida. Y, para ello, nos regala el fruto de sus muchos años de observaciones profundas y de reflexiones llenas de sabiduría."

En suma, se trata de un antídoto contra la crispación y el desasosiego vital. En tono coloquial, San José pasa su mirada por las cosas cotidianas que nos hacen felices sin apenas reparar en ellas. Es una forma de poner los pies en la tierra y de dar valor a lo que demasiado a menudo ignoramos, por obvio, pero que es en lo que en realidad se sustenta la felicidad cotidiana. Un libro que nos impregna de bienestar, sin que apenas nos demos cuenta.

image not found or type unknown



Antonio San José Pérez

Antonio San José es periodista. Ha sido director adjunto de Informativos de Antena 3 Televisión y ha desempeñado la dirección de los Servicios Informativos de Radio Nacional de España, Canal+ y CNN+.

Ha dirigido y presentado decenas de programas de radio y televisión, entre ellos *Los desayunos de RTVE* (TVE y RNE), *El primer café* (Antena 3) o *Cara a cara* (Canal+ y CNN+), programa que mantuvo doce años en antena.

En su carrera profesional ha realizado más de cuatro mil entrevistas y ha obtenido tres Premios Ondas, tres Antenas de Oro y el Premio Salvador de Madariaga a la mejor labor periodística en televisión. Actualmente es director de Comunicación de AENA, colabora con la Fundación Juan March y es miembro del Consejo Asesor de la Universidad Europea.

En 2011 publicó en Espasa su primer libro, *La felicidad de las pequeñas cosas*.