

image not found or type unknown



# La buena vida. Una propuesta ética

**José Ramón Ayllón**

**Fecha de publicación:**

21/12/2011

Una propuesta ética.

**Sello Editorial:**

Ediciones Martínez Roca

**Una propuesta ética.**

## Contacto de prensa

**Nombre:** Laura Fernández

**Teléfono:** 91 423 03 28

**Email:**

lfernandez@planeta.es

**Nombre:**

INTERNACIONAL

Eduardo Martín

**Teléfono:** 93 492 89 06

**Email:**

emartines@planeta.es

**Nombre:** Desirée Rubio

**Teléfono:** 91 423 03 54

**Email:**

drubio@planeta.es

**Nombre:**

INTERNACIONAL

Patricia Jiménez

**Teléfono:** 93 492 82 76

**Email:**

pjimenezl@planeta.es

**Nombre:** Luisa Paunero

**Teléfono:** 91 423 03 78

**Email:**

lpaunero@planeta.es

La buena vida es el arte de hacer lo que hay que hacer y evitar lo que hay que evitar. Dicho así, parece una tarea sencilla y de perogrullo, pero en realidad nada es más difícil que llevar las riendas de uno mismo.

Como escribió el emperador Marco Aurelio, el arte de vivir se parece más a la lucha que a la danza. Por eso la vida pide perspicacia, fortaleza, ilusión y responsabilidad, entre otros ingredientes fundamentales. Este libro ayuda a conseguir la máxima aspiración de todo ser humano. En sus páginas José Ramón Ayllón reflexiona sobre el afecto, la amistad, el amor, la conciencia moral, el dolor, la educación escolar y sentimental, la familia, la libertad, la verdad, los placeres, las adicciones en busca del conocimiento de uno mismo tan necesario para aprender a vivir bien. Un texto útil para todo aquel que quiera emprender una verdadera buena vida.

## José Ramón Ayllón

José Ramón Ayllón (Cantabria, 1955) estudió Filosofía y Letras en las universidades de Oviedo y Valladolid. Desde hace 20 años da clases de literatura, ética y filosofía. Es autor de Querido Bruto, una novela histórica protagonizada por Julio César, pensada para despertar en el aula el gusto por las humanidades y la cultura clásica de Grecia y Roma. Asimismo, ha publicado la novela juvenil Vigo es Vivaldi y varios ensayos: En torno al hombre, una introducción a la filosofía renovadora, Desfile de modelos, que quedó finalista en el Premio de Ensayo Anagrama 1996, Ética razonada y ¿Es la filosofía un cuento chino? Conferenciante asiduo sobre formación en valores, desarrolla, entre otros temas, la radiografía ética de la conducta humana, la educación de la conciencia, el control racional del placer, la inteligencia emocional, la amistad y el misterio del sufrimiento. Este nuevo libro pretende ser una guía para jóvenes, padres y profesores.