

De la autora de *Guía práctica para abuelos con nietos*

El arte de envejecer



*Guía práctica
para mayores felices*

ISABEL AGÜERA

φ
ALMUZARA

El arte de envejecer

Si bien la experiencia es la madre de todo saber, existe una especie de conjuro social para retornos a un estado de eterna juventud en lo puramente externo, en lo superficial. Desde ese despropósito tratamos de disimular, y lo que es peor, tratamos de negar la evidencia: nos hemos hecho mayores. Sin embargo, no se es viejo por la presencia de achaques (que a veces se dan también a edades muy tempranas), sino por una actitud derrotista ante la vida, carente de estímulos e ilusiones.

El arte de envejecer revela cómo es posible armonizar los rigores de una edad más o menos avanzada con un espíritu capaz de asumir nuevos retos, nuevas metas. El elixir para lograrlo reside en la capacidad que tengamos para inventar, para crear y forjar proyectos cada día, para darles cuerda y descubrir que **nuestra disposición es la clave de todo**.

*Isabel Agüera, autora de títulos tan celebrados como *Guía práctica para abuelos con nietos* o *Cómo educar desde la experiencia*, nos brinda aquí un precioso regalo: un manual para sortear las limitaciones y ensanchar hasta extremos que desconocíamos nuestro horizonte vital.*

► Isabel Agüera

Biblioteca de Desarrollo Personal • Editorial Almuzara

Isabel Agüera nació en Villa del Río, Córdoba, en el seno de una familia de tradición literaria. Investigadora de temas educativos y escritora, lleva toda una vida simultaneando ambas actividades. Ha cosechado numerosos reconocimientos, como el premio Blasco Ibáñez, y en la actualidad el número de sus obras editadas, reeditadas y traducidas a varios idiomas supera con creces la cincuentena. Miembro de la Real Academia de Bellas y Nobles Artes de Córdoba, ha recibido la Medalla de Plata de Andalucía, concedida por la Junta. Entre sus obras más celebradas se encuentra *Guía práctica para abuelos con nietos* (ToroMítico, 2010), objeto de una reciente reedición.

ISBN: 978-84-15338-35-2

192 páginas

Rústica • 14,5 x 22 cm

PVP: 17 €



Editorial Almuzara • www.editorialalmuzara.com • Prensa y comunicación: José María Arévalo 639 14 98 86 • 957 46 70 81 • jarevalo@editorialalmuzara.com