

15 MIRADAS a la FELICIDAD

**Adriana Patricia Leuro Carvajal, Ana Baños,
Ana María Núñez de Arzt, Carlos Barba Salazar,
Elizabeth Guía Magallanes, Juan Carlos Serrano Pulido,
Juana Artero Ávila, Luis Miguel Ortega Sánchez,
María Isabel Narváez, Manuel Gómez, Miguel Ávila, Paco Raga,
Ramón Rodil Gavala, Santiago Pulecio, Soraya G. Cossío
Prólogo de Roger Domingo**

15 ENFOQUES
DIFERENTES
SOBRE EL
CONCEPTO Y
LA EXPERIENCIA
DE LA FELICIDAD

15 miradas a la felicidad *15 enfoques diferentes sobre el concepto y la experiencia de la felicidad*

15 miradas a la felicidad es una obra colectiva en la que los autores escriben sobre la felicidad de forma transversal; se sumergen en la vida diaria desde donde la felicidad les hace un guiño: el hedonismo, el amor, la madurez, la adversidad, la cinematografía, el éxito, la perplejidad, el alma, el mindfulness, el yo verdadero, la autoayuda, las neurociencias, entre otras. Un libro confeccionado por ensayos breves y fáciles de leer, que no dejarán indiferente al lector. 15 miradas a la felicidad despliega su textura de forma modular donde el lector podrá disfrutar –si así lo prefiere– de una lectura no-lineal, elegir del menú el o los ensayos que más le apetezcan e incluso hacer combinaciones entre ellos y volver por más cada día.

Adoptar la felicidad como forma de vida y ser feliz, son decisiones que suponen tener la habilidad de elegir entre varias alternativas desde el cuerpo, la mente, el alma, el corazón y el contexto. Esta inspiradora obra propone diversas y sencillas reflexiones para repensar la noción de felicidad a partir de conceptos como: construcción, fortalecimiento, enamoramiento, emoción, adversidad, placer, perplejidad, individualidad, cinematografía, filosofía, acumulación de sucesos, madurez y proceso. El texto incluye entre otros cuestionamientos, los siguientes: ¿es posible construir felicidad?, ¿se puede incrementar el estado de felicidad?, ¿dónde reside la felicidad del ser humano?, ¿es lo mismo felicidad y placer? El mensaje de los autores surge de quince perspectivas únicas y genuinas, explicadas en sencillos e interesantes análisis que involucran formas de vida, percepción y filosofía de la felicidad, entre otros conceptos. Los escritores formulan soluciones interesantes para experimentar, entender, construir y evolucionar con ella, invitando a los lectores a sumergirse en una apasionante experiencia que los absorberá hasta el final.

«15 autores, 15 miradas, 15 textos sobre la felicidad reunidos en un único volumen pensado para que tú también reflexiones sobre la felicidad y cómo llegar a ella. Mi sugerencia es que te acerques a él con el mismo ánimo y propósito con el que fue escrito: sin prejuicios y con el ánimo de sumarte a la conversación, dejándote llevar y tirando de aquellos hilos que, página a página, vayan apareciendo». Roger Domingo, editor, mentor de autores y creador del método MAPEA

»

Desarrollo personal • Arcopress



Thema: VSPM
978-84-11312-77-6
184 páginas
Rústica con solapas
15 x 24 x 1.3 cm · 302 g
PVP: 15.95 €