

«Reivindica la sencillez y el equilibrio.» Ima Sanchís, *La Vanguardia*

# El arte de pensar

Hay muchos libros de autoayuda en el mercado. Unos sostienen que podemos conseguir cualquier meta que nos propongamos, incluida la felicidad plena, y nos indican cómo hacerlo; otros pretenden paliar el sufrimiento que nos invade cuando no lo logramos. Sin embargo, la verdadera ayuda no consiste en hacer lo que otros nos dicen, sino en aprender a desarrollar el pensamiento crítico por nosotros mismos, desde nuestras circunstancias, con nuestra perspectiva, y tomando las decisiones que más convengan a tenor del contexto. Porque el arte de pensar se reduce a conocer las circunstancias que nos rodean y saber interpretar adecuadamente el contexto. Una vez dominados estos dos instrumentos, las decisiones en torno al proyecto de vida que queramos plantearnos tendrán muchas más probabilidades de éxito.

El legado de los grandes filósofos puede ayudarnos enormemente en ese reto. Es un ejercicio mental que se practica a cualquier edad y que se perfecciona a medida que uno logra desprenderse de los prejuicios y malos hábitos adquiridos a lo largo de la vida. Hábitos que, en el fondo, no son otra cosa que los kilos de más que nos impiden desenvolvernos con soltura y enfrentarnos con garantías al día a día. De ese modo, tanto nuestros hijos o alumnos como nosotros mismos gozaremos del factor determinante para llevar una vida feliz: la higiene mental. Porque la Filosofía no es otra cosa que el amor por el conocimiento, y cuenta con más de 2000 años de experiencia, durante los cuales se ha ocupado de resolver cuestiones tan cruciales como la de configurar una buena vida.✂;

## EL ARTE DE PENSAR

*Cómo los grandes filósofos pueden estimular nuestro pensamiento crítico*

José Carlos Ruiz

» José Carlos Ruiz

FILOSOFÍA Y PENSAMIENTO • Ensayo y divulgación (Bolsillo) • Libros en el Bolsillo

(Córdoba) se doctoró en Filosofía contemporánea con una tesis sobre el hiperindividualismo, es licenciado en Filosofía por la Universidad de Sevilla y concluyó sus estudios en la Facultad de la Sorbona (París). Imparte docencia en la Universidad de Córdoba y en EE.MM. Especialista en Pensamiento Crítico ha dirigido cursos sobre Educación Crítica Visual y el uso del Pensamiento Crítico en el aula. Como investigador sus intereses pasan por la filosofía de la cultura, el análisis de la sociedad hipermoderna y la aproximación de la Filosofía a lo cotidiano. De entre sus publicaciones destacan: De la categoría de lo social hacia la categoría de lo individual (UCO, 2010), Historia de la Filosofía (McGraw-Hill, 2013), De Platón a Batman (Toromítico, 2017) y El Arte de Pensar (Berenice, 2018). Es colaborador habitual en prensa y suplementos culturales y ejerce como asesor filosófico en radio.



9788418205309

IBIC: HPM

978-84-18205-30-9

288 páginas

Rústica

12.5 x 19 x 1.5 cm · 186 g

PVP: 8 €