

9 791387 936037

Marcos, Vázquez
Es el creador del blog Fitness Revolucionario y de Radio Fitness Revolucionario, uno de los podcasts sobre salud y fitness más escuchados en español. Es docente en diferentes instituciones de formación en salud y participa como ponente en eventos y congresos. También trabaja con deportistas de élite en la mejora de sus hábitos de alimentación y salud. Con 2.000.000 de seguidores en redes, Vázquez es una voz extraordinariamente influyente en fitness, salud y divulgación, tanto en España como en América Latina.

riverside agency

Sabia Mente

Autor: Marcos, Vázquez

Tenos
ISBN: 979-1-387936-03-7 / Rústica / 248pp | 150 x 230 cm
Precio: $ 40.900,00

El nuevo libro de Marcos Vázquez: una brújula para cultivar la sabiduría práctica en la vida diaria. Nos ahogamos en información, pero seguimos sedientos de sabiduría. Los datos sin criterio solo generan ruido. La sabiduría, en cambio, nos da la claridad necesaria para distinguir qué merece la pena y qué no. Desde siempre, la humanidad ha perseguido la sabiduría como la virtud fundamental, la base que da sentido a todas las demás. Sin ella, el coraje o la justicia carecen de dirección. Solo la sabiduría nos permite saber por qué luchar y qué causas son realmente justas. En este libro, Marcos Vázquez propone recuperar una sabiduría práctica, que combina claridad moral y mental con estrategias concretas para vivir mejor. Aprenderás a reconocer sesgos, desarrollar modelos mentales y tomar decisiones más acertadas. Porque una buena vida requiere sabiduría, y este libro te ofrece las herramientas para empezar a cultivarla desde hoy. «Lo más triste de la vida moderna es que la ciencia acumula conocimiento más rápido de lo que la sociedad acumula sabiduría». Isaac Asimov

Desde siempre, la humanidad ha perseguido la sabiduría como la virtud fundamental, la base que da sentido a todas las demás. Sin ella, el coraje o la justicia carecen de dirección. Solo la sabiduría nos permite saber por qué luchar y qué causas son realmente justas.