

NOVEDAD

Piensa mejor sin pensar demasiado

La sorprendente solución para pensar diferente

Jon

Editorial: Whitaker House Español

ISBN: 9781641237277

Páginas: 256

Dimensiones: 14 x 21,5 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 16,85 €

SINOPSIS

Pensar demasiado no es un rasgo de la personalidad. Es la forma más disimulada de miedo. Roba tiempo, creatividad y metas. Es la cosa más cara y menos productiva en la que invierten las empresas sin siquiera saberlo. Y es una epidemia. Cuando el autor más vendido del New York Times, Jon Acuff, cambió su vida al transformar su hábito de pensar demasiado, se preguntó si otras personas podrían beneficiarse de lo que descubrió. Encargó un estudio de investigación para preguntar a 10.000 personas si también tienen problemas con el pensamiento excesivo, y el 99,5 por ciento dijo: "¡Sí!"

La buena noticia es que en *Piensa mejor sin pensar demasiado*, Acuff ofrece un plan probado para convertir en súper poder el súper problema de pensar demasiado.

Cuando no controlamos nuestros pensamientos, nuestros pensamientos nos controlan a nosotros. Si nuestros días están llenos de pensamientos repetidos sin vigencia, los pensamientos son nuestro peor enemigo, impidiéndonos las cosas que realmente queremos. Pero la solución para pensar demasiado no es dejar de pensar. La solución es hacer funcionar nuestro cerebro con mejores pensamientos. Una vez que aprendemos a elegir nuestros pensamientos, estos se convierten en nuestros mejores amigos, impulsándonos hacia nuestras metas.

Si quieres aprovechar el sorprendente poder de pensar demasiado y dar a tus sueños más tiempo y creatividad, aprende a interpretar los pensamientos repetidos que te definen. Si puedes preocuparte, puedes preguntarte. Si puedes dudar, puedes dominar. Si puedes girar, puedes volar.