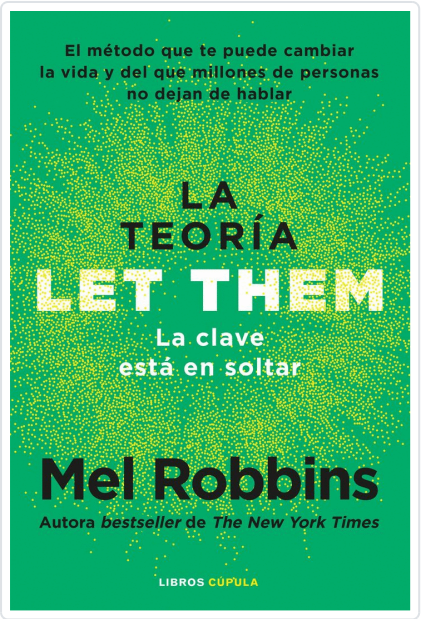
TEORÍA LET THEM, LA. LA CLAVE ESTÁ EN SOLTAR



Editorial	CUPULA
Materia	AUTOAYUDA Y SUPERACION
EAN	9788448042806
Status	Disponible
Páginas	320
Tamaño	230x150x0 mm.
Precio (Imp. inc.)	19,95€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	30/04/2025

Robbins, Mel

SINOPSIS

Libérate de lo que no puedes controlar y céntrate en lo que realmente importa. La autora bestseller de The New York Times.¿Qué pasaría si la felicidad, el éxito y el amor fueran más fáciles de alcanzar de lo que crees? En su nuevo libro, Mel Robbins, reconocida experta en motivación y mentalidad, te propone un enfoque revolucionario: aprender a soltar. Soltar las expectativas, el control, las comparaciones y el miedo para empezar a vivir plenamente.

Con un estilo cercano y práctico, la autora comparte historias personales, investigaciones clave y aprendizajes de expertos en psicología, neurociencia y desarrollo personal. Este libro te ayudará a liberarte de lo que no puedes controlar y a centrarte en lo que realmente importa: tu bienestar, tus metas y las relaciones que enriquecen tu vida.

No solo te invita a abandonar las opiniones, juicios y dramas que te limitan, sino que también te da herramientas concretas para construir una vida más auténtica, segura y feliz y que encuentres tu propio poder personal.

Con este libro descubrirás cómo diseñar una vida que te inspire y te permita alcanzar todo tu potencial para dar el siguiente gran paso hacia la vida que siempre has deseado....