Y AHORA... ¿QUÉ?



Kurtz, Adam J.

SINOPSIS

Un nuevo cuaderno para rellenar del autor bestseller de Esto no es (solo) un diario, que ya supera los 500.000 ejemplares vendidos en todo el mundo. Y ahora ¿qué? ¿Qué hago con mi vida? Este libro te permite observar el presente y enfocarte en el futuro para que pienses con calma y sin presión qué viene después. Pensar en el futuro puede dar bastante miedo. ¡Normal! Pero ¿y si te dijéramos que este es un lugar seguro para hacerlo? Sin juicios, sin normas y sin que nadie te explique cómo deberías vivir tu propia vida. Y ahora… ¿qué? es un cuaderno, un compañero fiel y un diario creativo para que sueltes todo eso que llevas dentro. Sus páginas te ayudarán a: * Pensar en quién eres y en todo lo que te ha traído hasta aquí. * Lidiar con el presente, incluso cuando sea un auténtico caos. * Explorar qué viene después sin que decidan por ti. * Escribir, dibujar y expresarte a tu manera, porque esta vida es tuya. ¡Faltaría más! Rellena este diario, déjalo durante un tiempo, vuelve a él y repite tantas veces como haga falta. Así, tu yo del futuro podrá comprobar lo lejos que has llegado… ¡incluso cuando tú sientas que no has avanzado absolutamente nada!...

Editorial	PLAZA & JANES
Materia	[VSPT] FORTALECIMIENTO DE LA MEMORIA Y TÉCNICAS DEL PENSAMIENTO
EAN	9788401040894
Status	Disponible
Encuadernación	Tapa dura
Páginas	320
Tamaño	215x141x20 mm.
Peso	494
Precio (Imp. inc.)	12,90€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	10/11/2026