

image not found or type unknown



Fecha de publicació:

22/11/2023

Sello Editorial:

Columna Edicions

Contacto de prensa

Nombre: Núria Rosell

Teléfono: 93 492 86 71

Email: nuria.rosell@grup62.com

Nombre: Andrea Cuéllar

Teléfono: 93 492 8211

Email: andrea.cuellar@grup62.com

Nombre: Xavier Gafarot

Teléfono: 93 492 8654

Email: xgafarot@grup62.com

Nombre: Directora de marketing i comunicació AIG: Marta Oliva i Domènech

Teléfono: 93 492 8155

Email: moliva@grup62.com

image not found or type unknown



Pensar amb claredat

Shane Parrish

Un manual imprescindible per aprendre a optimitzar la presa de decisions i viure una vida més conscient i feliç.

Un manual imprescindible per aprendre a optimitzar la presa de decisions i viure una vida més conscient i feliç.

No actuïs de manera precipitada, no et deixis portar per la inèrcia, les emocions desbordades ni la pressió social. Fes un pas enrere i pensa amb claredat, perquè l'èxit depèn sovint de les petites decisions que prens cada dia.

Aprèn a pensar amb claredat per viure una vida més conscient i feliç.

Les grans decisions vitals que prenem acostumen a ser fruit d'un procés important de reflexió, però no som conscients que la majoria de vegades el que determina el nostre futur són les petites reaccions de cada dia, que sovint són producte de la inèrcia o del desbordament emocional.

Ser capaç d'integrar en el nostre dia a dia el fet de fer un pas enrere i reflexionar, ens permet controlar les circumstàncies i reconèixer els moments que tenen el potencial de transformar la nostra vida. En aquesta guia pràctica, Parrish, exagent del servei d'intel·ligència canadenc, comparteix les eines que ha assolit amb la seva experiència personal i planteja exemples reals per ensenyar-nos a fer una pausa conscient, aplicar la raó i prendre el control del nostre futur.

Shane Parrish

Shane Parrish, a qui anomenen el guru de les elits de Wall Street, és un exespia del servei d'intel·ligència canadenc. És el fundador del blog *Farnam Street* i té més d'un milió de subscriptors al seu butlletí setmanal *Brain Food*. És l'amfitrió del pòdcast *The Knowledge Project*, que ja té 35 milions de descàrregues. Els seus tres volums de *The Great Mental Models* s'han convertit en èxits de vendes a tot el món.