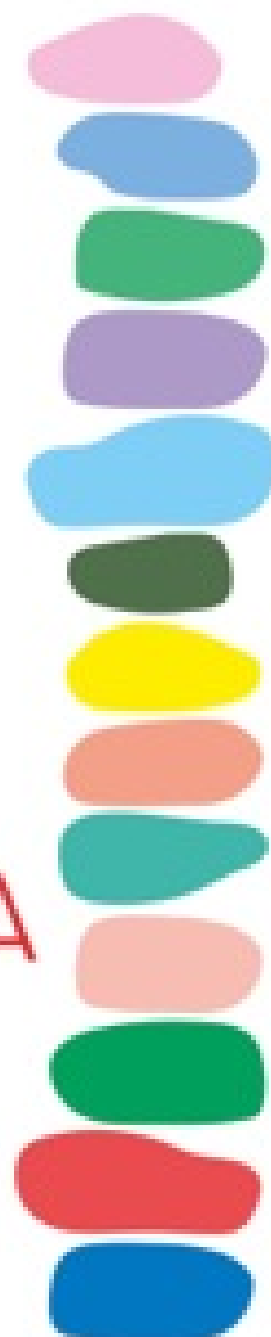


MARIAN
ROJAS
ESTAPÉ

RECUPERA
TU MENTE,
RECONQUISTA
TU VIDA



Descargar Recupera tu mente, reconquista tu vida PDF Gratis - Marian Rojas Estapé

MARIAN
ROJAS
ESTAPÉ

RECUPERA
TU MENTE,
RECONQUISTA
TU VIDA



Descargar o leer en línea Recupera tu mente, reconquista tu vida Marian Rojas Estapé Libro Gratis (PDF ePub Mp3), **Cómo rescatar la atención perdida en un mundo distraído e hiperconectado.**

Cada vez somos más **impacientes y estamos más irritables**. ¿Notas que te cuesta más prestar atención? ¿Has sentido ansiedad últimamente? ¿Toleras peor el aburrimiento y el dolor?

Vivimos en la era de la **gratificación instantánea**, en la cultura de la inmediatez y las recompensas y buscamos la felicidad a golpe de clic. Llevamos una vida agitada e intensa, y con el **modo fast activado**. Sin darnos cuenta nos hemos convertido en drogodependientes emocionales inundados de múltiples distracciones. Todo esto tiene un impacto en nuestra capacidad de **prestar atención a lo importante**, de profundizar y de concentrarnos.

La buena noticia es que **podemos rescatar la atención perdida**, volver a reconectar con nosotros mismos.....

[Descargar Recupera tu mente, reconquista tu vida PDF Gratis - Marian Rojas Estapé](#)

Descarga gratuita

