

image not found or type unknown



El diario de la gratitud

Janice Kaplan

Fecha de publicación:
07/01/2016

En este inspirador libro autobiográfico, Janice Kaplan, escritora, productora de televisión y periodista, nos cuenta cómo la experiencia de vivir un año en gratitud transformó su matrimonio, su trabajo, su relación con el dinero, su salud y forma física y su experiencia vital en general.

Sello Editorial:
Zenith

Todo comenzó una Nochevieja, cuando Kaplan decidió que quería cambiar su actitud vital a través de la gratitud, y lo consiguió. Ese nuevo año se propuso dos objetivos: escribir un diario dando las gracias al menos por una cosa al día, y hacer una extensa investigación sobre los efectos de la gratitud en su vida y en la de los demás.

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

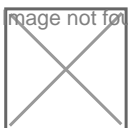
Mediante múltiples entrevistas a decenas de expertos (entre ellos, médicos, neurocientíficos, investigadores, académicos, terapeutas y filósofos), pero también a celebridades como Matt Damon, Daniel Craig y Michelle Pfeiffer, la autora nos descubre que la gratitud no es lo mismo que la felicidad (que puede ser frágil y fugaz), sino que posee unas raíces emocionales más profundas, es más duradera y resulta inmune a los cambios y desafíos.

Teléfono: 93 492 86 33

Email:
pcordon@planeta.es

Con calidez, humor e ingenio, el viaje de Janice quiere animar a los lectores a que empiecen a pensar en positivo para cambiar sus vidas y así descubrir hasta qué punto se pueden beneficiar de los efectos de la gratitud. www.gratitudediaries.com

image not found or type unknown



Janice Kaplan

Janice Kaplan disfruta de un gran éxito como editora de revistas, productora de televisión, escritora y periodista. Como editora jefe de la revista *Parade* (con 35 millones de copias a la semana y 72 millones de lectores) se ganó la fidelidad de algunos de los mejores escritores y de las celebridades más conocidas del país. Anteriormente trabajó como productora ejecutiva del TV Guide Television Group, donde creó y produjo más de treinta programas que se emitieron en ABC, FOX y VH1. Además, es autora de varios libros que han alcanzado las listas de más vendidos del *The New York Times*.

www.janicekaplan.com