

Nuria Andreu

# ¡DESPIERTA!

Todo empieza en Ti



**Fecha de publicación:**  
04/06/2019

**Sello Editorial:**  
Ediciones Martínez Roca

## Contacto de prensa

**Nombre:** Laura Fernández

**Teléfono:** 91 423 03 28

**Email:** lfernandez@planeta.es

**Nombre:** Desirée Rubio

**Teléfono:** 91 423 03 54

**Email:** drubio@planeta.es

**Nombre:** Luisa Paunero

**Teléfono:** 91 423 03 78

**Email:** lpaunero@planeta.es

**Nombre:** Ficción Internacional

**Email:** prensaficcioninternacional@planeta.es



# ¡Despierta! Todo empieza en ti

Nuria Andreu

Solo hace falta una persona para cambiar tu vida: ¡TÚ!

**Solo hace falta una persona para cambiar tu vida: ¡TÚ!**

«Viniste a ser feliz. No te distraigas buscando en el exterior algo que solo encontrarás en ti».

Cierto es que no es sencillo encontrar la felicidad en nosotros mismos; sin embargo, no es posible encontrarla en ningún otro lugar.

La mayoría de nosotros estamos programados para creer, con certeza absoluta, que después de conseguir unas circunstancias diferentes a las que tenemos, seremos más felices.

No importa que consigas todas las cosas materiales o inmateriales que crees que necesitas, que consigas todos los objetivos que te propongas. Si no conectas con tu verdadero ser y comienzas a reconocerte y a vivir tu vida en coherencia con tus verdaderos valores y deseos, el resto no servirá de nada: seguirás experimentando un vacío interior y la carencia de algo que no encontrarás en ningún lugar fuera de ti.

Porque lo único que te falta eres tú.

**¡Despierta! Todo empieza en Ti** no es un libro de autoayuda, es un libro de autoconciencia. Un libro que te permitirá despertar, abrir los ojos y comenzar a buscar la felicidad en el único lugar donde podrás encontrarla: ¡en ti!

Nuria Andreu

**Nuria Andreu** es *coach* emocional. A través de su canal de YouTube, de sus redes sociales y de su blog ayuda al desarrollo personal y a recuperar e incrementar la autoestima bajo el lema: TÚ TIENES EL PODER DE CAMBIAR TU VIDA.