

**Fecha de publicación:**

26/01/2022

Sello Editorial:

Zenith

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Teléfono: 93 492 86 33

Email: pcordon@planeta.es

Atrévete a ser feliz

Ichiro Kishimi, Fumitake Koga

De los autores del bestseller *Atrévete a no gustar*, llega *Atrévete a ser feliz*, la segunda parte del fenómeno internacional de la psicología positiva que ha cambiado la vida de millones de personas.

Descubre el poder de elegir la felicidad cada día.

En *Atrévete a ser feliz*, la segunda parte del éxito internacional *Atrévete a no gustar*, Ichiro Kishimi y Fumitake Koga nos comparten las poderosas enseñanzas de Alfred Adler, uno de los psicólogos más influyentes del siglo XIX, a través de un diálogo esclarecedor entre un filósofo y un joven.

Tres años después de su primera conversación, el joven se siente desilusionado y decepcionado, convencido de que las enseñanzas de Adler solo funcionan en la teoría, no en la práctica. Pero a través de más conversaciones, el filósofo y el joven profundizan en la comprensión de las poderosas enseñanzas de Adler y aprenden las herramientas necesarias para aplicarlas al caos de la vida cotidiana.

Mediante el diálogo de ambos personajes, descubrirás cómo liberarte del pasado, tratar cada momento como un nuevo comienzo, dejar ir la ira y el odio, amarte a ti mismo para amar a los demás y crear el futuro que deseas a partir de hoy mismo.

Atrévete a ser feliz te revela una nueva y audaz forma de pensar y vivir, que te permitirá liberarte de las cadenas de los traumas del pasado, de las expectativas de los demás, y descubrir una nueva libertad para crear la vida que realmente deseas.

Ichiro Kishimi

Ichiro Kishimi nació en Kyoto en 1956. Estudió letras y está especializado en filosofía occidental. Es el traductor de numerosas obras de Alfred Adler al japonés y en la actualidad escribe y organiza charlas sobre la filosofía alderiana.

Fumitake Koga

Fumitake Koga es un reconocido escritor y autor japonés galardonado múltiples veces. Se ha especializado en obras de no ficción que combinan filosofía, psicología y desarrollo personal. Sus libros han acercado al gran público ideas complejas a través de un estilo claro, cercano y profundamente humano. Su escritura destaca por transformar conceptos filosóficos en conversaciones vivas y cercanas para el lector.

Es coautor del bestseller internacional *Atrévete a no gustar*, una obra que ha conquistado a millones de lectores en todo el mundo y lo ha consolidado como una de las voces más influyentes del pensamiento contemporáneo aplicado al bienestar personal.