

El Tao de lo cotidiano

Robert J. Wicks

Este libro te invita a volver con tu «yo auténtico», a convertirte en quien realmente eres.

Robert J. Wicks argumenta a favor de la **humildad** y la **autenticidad** en un momento en que el narcisismo y el exhibicionismo son protagonistas en muchos ámbitos, como la política, el entretenimiento o los deportes. Y defiende la simplicidad en una época en la que la vida parece tan compleja.

Te muestra la fuerza y la alegría al **explorar quién eres**, y te invita a **compartirte con los demás** de forma que ellos también puedan beneficiarse y recuperarse.

El autor reexamina específicamente temas de humildad, sencillez, soltar, autoconciencia, «tiempo a solas» y la resiliencia, en una era en la que las personas tasan cada vez más la autoestima mediante medidas externas, como la cantidad de «me gusta», vistas y seguidores en las redes sociales. De este modo, muchas personas persiguen fantasías imposibles y viven con el miedo constante de «perderse».

Wicks ofrece un **retorno a nuestro auténtico yo** y nos da pautas para **enfrentarnos al fracaso y beneficiarnos del mismo**.

Fecha de publicación:
11/10/2022

Sello Editorial:
Ediciones Luciérnaga

Contacto de prensa

Nombre: Ester Torras

Telefóno: 934928895

Email: etorras@planeta.es

Nombre: Paloma Cordón

Telefóno: 934928633

Email: pcordon@planeta.es

Robert J. Wicks

Robert J. Wicks (nacido el 2 de agosto de 1946 en Queens, Nueva York) es psicólogo clínico y escritor sobre la intersección de la espiritualidad y la psicología. Wicks es un conocido orador, terapeuta y guía espiritual que ha enseñado en universidades y escuelas profesionales de psicología, medicina, enfermería, teología y trabajo social durante más de treinta años. Es profesor emérito en la Universidad Loyola de Maryland.