



Fecha de publicación:
08/02/2023

Sello Editorial:
Zenith

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Teléfono: 93 492 86 33

Email: pcordon@planeta.es



Esa vocecita en tu cabeza

Mo Gawdat

Una guía para resetear tu cerebro de la mano de Mo Gawdat, ex director comercial de Google [X] y autor del bestseller *El algoritmo de la felicidad*

Esa vocecita en tu cabeza es un verdadero «manual del usuario para la felicidad» que te ayudará a reprogramar tu cerebro y modificar tu diálogo interno negativo para que dejes de castigarte y comiences a tratarte con más cariño y compasión, que es la fórmula para que tu vida sea mucho más amena y feliz.

Basándose en su experiencia en programación y sus conocimientos de neurociencia, **Gawdat nos ayudará a comprender cómo funciona nuestro cerebro** y a descubrir que, a pesar de su increíble complejidad, es una máquina con la cual podemos trabajar para sacarle el máximo rendimiento y convertirlo en una verdadera fuente de felicidad.

Este libro es una perfecta combinación de sencillez, delicadeza y eficiencia que nos ayudará a amigarnos con esa vocecita que habita en nuestra cabeza para que nos haga la vida mucho más sencilla.

Para reparar una máquina primero debemos averiguar qué es lo que ha hecho que se estropee. Para solucionar la infelicidad también debemos averiguar qué la causa, y la forma en que nos hablamos a nosotros mismos puede ser gran parte del problema.

Mo Gawdat

Mo Gawdat es un emprendedor en serie, exdirector ejecutivo de Google y autor de *El algoritmo de la felicidad*, *La inteligencia que asusta* y *Esa vocecita en tu cabeza*. Mo ha pasado la mayor parte de su carrera en tres grandes empresas de tecnología de gran impacto en el mundo en el que vivimos (IBM, Microsoft y Google) y ha cofundado más de veinte empresas en campos como la salud y el *fitness*, la alimentación y las bebidas y el mundo inmobiliario. Cuando no está trabajando o escribiendo sobre el mundo empresarial y las últimas innovaciones tecnológicas, Mo pasa el rato disfrutando de su pasión por la restauración de automóviles clásicos. Además, es un verdadero orador que inspira con sus conferencias a miles de personas en todo el planeta.