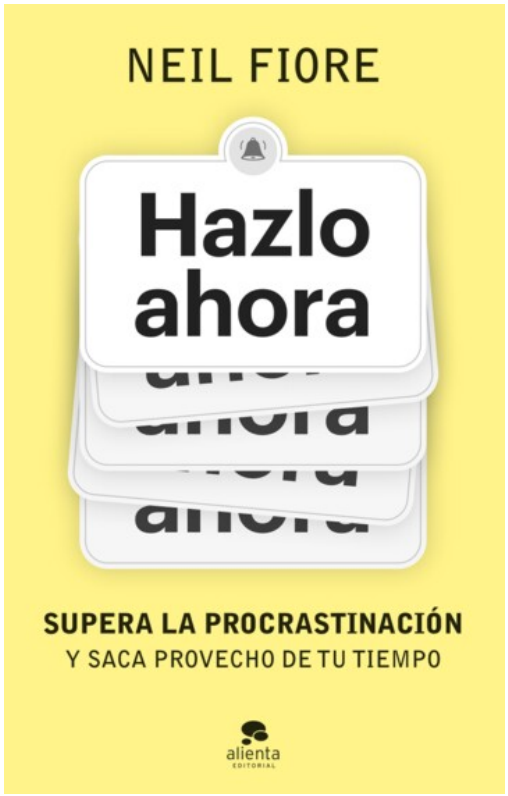


Hazlo ahora

Neil Fiore

El libro que lleva más de 30 años ayudando a millones de personas a cumplir sus objetivos

El libro que lleva más de 30 años ayudando a millones de personas a cumplir sus objetivos

Desde su primera publicación en 1989, *Hazlo ahora* **se ha consolidado como la guía imprescindible para superar la procrastinación** y alcanzar la máxima productividad. Este bestseller internacional, traducido a once idiomas, no sólo te enseñará a priorizar tus tareas y organizar tus responsabilidades, sino que también te proporcionará las herramientas para ejecutarlas con eficacia y sin estrés.

A través de estrategias innovadoras como la «no agenda» y el «estado de fluidez», descubrirás por qué la procrastinación no es una cuestión de pereza, sino un mecanismo de autosabotaje para lidiar con la ansiedad y el miedo al fracaso.

No esperes a sentirte seguro o motivado, ni busques el momento perfecto: empieza ahora y observa los resultados. Transforma la incertidumbre en acción y libérate de la angustia de llegar al final del día con la sensación de no haber hecho nada de lo que te propusiste.

Fecha de publicación:
16/10/2024

Sello Editorial:
Alienta Editorial

Contacto de prensa

Nombre: María José Bertrán

Email: mjbertran@planeta.es

Nombre: Júlia Llaó

Email: julia.llao@planeta.es



Neil Fiore

Neil Fiore es doctor en Medicina y psicólogo licenciado. Fue presidente de la Sociedad Californiana de Hipnosis Clínica, y ha trabajado en instituciones de prestigio tales como el Instituto Smithsonian o la Universidad de Stanford.