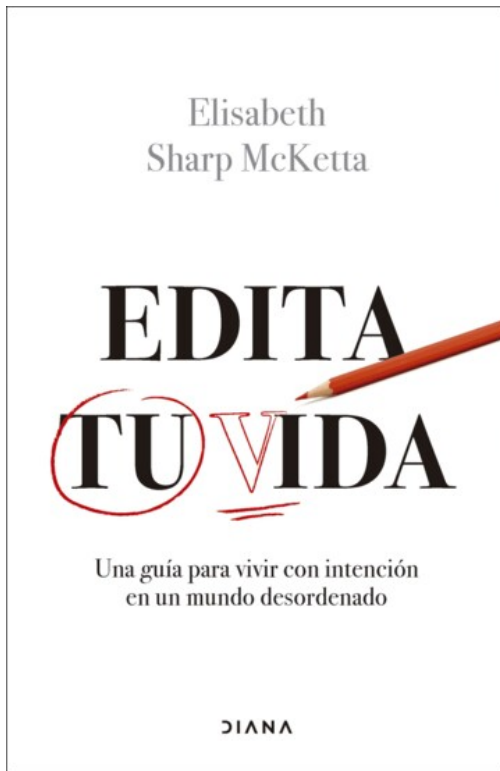




Edita tu vida

Elisabeth Sharp McKetta

Una guía inspiradora que combina la sabiduría de la edición con la búsqueda de una vida intencionada y auténtica.

Una guía inspiradora que combina la sabiduría de la edición con la búsqueda de una vida intencionada y auténtica.

Una guía para vivir con intención en un mundo desordenado

Hoy en día la vida es más ruidosa, desordenada y complicada que nunca. Cada vez es más difícil alcanzar un estado de plenitud que asegure nuestro «felices para siempre». En este libro, Elisabeth Sharp propone un método nuevo para cambiar tus rutinas y prioridades, con el fin de que te sobrepongas al caos y a la desconexión de ti mismo.

Con ocho estrategias sencillas aprenderás a superar el drama y el agobio del día a día, a establecer límites con amor y a organizarte como si fueras un sistema solar: ¿qué puedes hacer hoy para generar una diferencia en el mañana?, ¿cómo puedes transformar tu semana para mejorar tu actitud todo el mes?

La edición de vida no requiere lápiz y papel, sino eliminar relaciones, hábitos o situaciones que no suman a tu presente. El «final feliz» que tanto buscas es, más bien, una serie de «días bien editados», aquellos donde corriges el camino para hacer más de «eso» que te hace sentir completo.

A través de esta guía inspiradora, descubrirás cómo transformar el caos en claridad y disfrutar una vida más intencionada, significativa y alineada con lo que verdaderamente importa.

«Vivir intencionadamente en nuestro mundo caótico requiere esfuerzo. Por suerte, en esta inspiradora y práctica guía, Elisabeth nos muestra cómo eliminar lo que no importa, para tener más tiempo para lo que sí.» Laura Vanderkam, autora de *Tranquility by Tuesday*

«*Edita tu vida* es una guía práctica y filosófica sobre el acto de editar como práctica de vida, y una generosa invitación a vivir una vida más feliz y deliberada.» Kim Cross, autora de *What Stands in a Storm*

«Un libro lleno de sabiduría destilada y una guía transformadora que invita a los lectores a personalizar lo que significa para ellos una vida 'editada' y a descubrir lo que necesitan dejar atrás» Elizabeth Filippouli, editora de *From Women to the World: Letters for a New Century*

«Elisabeth McKetta es una narradora maravillosa que nos lleva generosamente a su vida, que siempre parece inicialmente desajustada, llena de caídas, desilusiones y contratiempos, pero que, al final, es jubilosa» Phillip Lopate, autor de *To Show and to Tell: The Craft of Literary Nonfiction*

«Cautivador, evocador y original» Grace Dane Mazur, autora de *The Garden Party*

«Elisabeth Sharp McKetta explora el proceso de convertirse en uno mismo a través de la lucha entre el deseo de viajar y la necesidad de hogar» Kyoko Mori, autora de *The Dream of Water y Shizuko's Daughter*

«Desde hace algunos años, sigo y admiro el excepcional proyecto de poesía de Elisabeth Sharp McKetta, Poetry for Strangers. Con generosidad, inclusividad y una apertura a las maravillas de la naturaleza y del espíritu humano, McKetta se acerca a esos desconocidos, encontrados por casualidad, y los invita a participar en una forma artística que los no escritores a menudo consideran un territorio ajeno. Es una constructora de puentes de lo más original» Lydia Davis, autora de *Can't and Won't y Essays One*

Fecha de publicación:
30/04/2025

Sello Editorial:
Diana

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Teléfono: 93 492 86 33

Email: pcordon@planeta.es



Elisabeth Sharp McKetta

Elisabeth Sharp McKetta es poeta, editora, maestra y creadora de la filosofía que propone editar la vida. Es autora de 12 libros, entre los que se encuentran *Edita tu vida* y la colección de ensayos *Awake with Asashoryu* (2022). Enseña escritura en la escuela de extensión de la Universidad de Harvard, y en su tiempo libre lidera un proyecto de poemarios para extraños, donde el reto es escribir un poema cada semana. Además, edita sus días para dejar al centro aquello que la hace más feliz: tomar té, hacer nuevos amigos, caminar, inventar historias con sus pequeños y cocinar sopas veganas.