

image not found or type unknown



El libro de los momentos felices

Elsa Punset

**Fecha de
publicación:**
22/01/2018

En cinco segundos. En dos horas. Toda la vida. En la antigua China. En Londres. Con tu hijo. A solas. En barco. Paseando. De noche. De día. Sin hora. La felicidad, a tu manera.

Sello Editorial:
Ediciones
Destino

Una fantástica mezcla entre inspiración y conocimiento nos acerca a la felicidad a través de un gran viaje. Con una calidez excepcional, este libro consigue dar herramientas al lector para llegar a la felicidad a través de la sabiduría que ha ido acumulando la humanidad a lo largo de los siglos y a lo ancho del mundo. Un libro abierto y vital que nos invita a hacer un viaje fascinante y nos da mil y una posibilidades para que cada uno encuentre su propia manera de sentirse bien.

**Contacto
de prensa**

La autora emprende el viaje primero a través de las civilizaciones perdidas del mundo. ¿Qué hacían los antiguos griegos o los romanos para sentirse mejor? Nos sumerge también en la herencia de amor que nos han legado los grandes poetas, artistas, científicos y otros sabios de nuestros días, a través de los cuales podremos aprender a conocernos mejor a nosotros mismos. Sin olvidar las importantes lecciones de vida que podemos aprender viajando por el mundo: cada parte del planeta esconde sabiduría, y conocerla es tener maneras diferentes de mejorar nuestro día a día.

image not found or type unknown



Elsa Punset

Es licenciada en Filosofía y Letras y tiene una maestría en Humanidades por la Universidad de Oxford. También es maestra de Periodismo por la Universidad Autónoma de Madrid y de Educación Secundaria por la Universidad Camilo José Cela (UCJC). Colabora habitualmente en varios medios de comunicación, realiza conferencias y dirige el Laboratorio de Aprendizaje Social y Emocional, desde donde trabaja en la aplicación de la inteligencia emocional a los procesos de presa de decisiones y aprendizaje de niños y adultos. Sus libros, *Brújula para navegantes emocionales* (2008), *Inocencia radical* (2009) y *Una mochila para el universo* (2012) la han consagrado como una autora de éxito, y sus intervenciones en la radio y la televisión —actualmente en el programa *Redes*— han confirmado el impacto que generan sus mensajes en la audiencia.