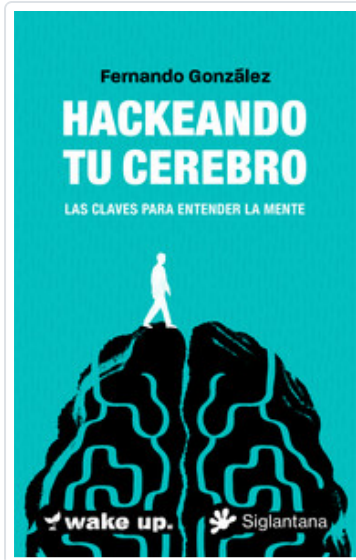


HACKEANDO TU CEREBRO



GONZALEZ, FERNANDO

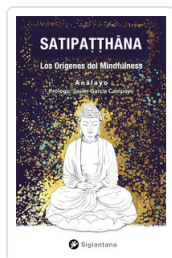
SINOPSIS

¿Y si descubrieras que gran parte de lo que haces, sientes o decides no lo eliges tú, sino tu cerebro? ¿Y si tu mente no fuera tu enemiga, sino un sistema antiguo que aún intenta sobrevivir en un mundo que ya no existe? Cuando Fernando González empezó a observar cómo las personas reaccionan, negocian, aman o se bloquean, comprendió que no somos tan racionales como creemos. Detrás de cada impulso, cada miedo o cada hábito, hay un programa invisible que gobierna nuestras respuestas. Hackeando tu cerebro nos hace mirar ese programa de frente, a entender cómo funciona y a reescribirlo con conciencia. A lo largo de sus páginas, la neurociencia y la psicología se entrelazan con la experiencia humana para mostrarnos con claridad el funcionamiento del cerebro, la mente y las emociones: de por qué repetimos lo que nos daña, de cómo interpretamos la realidad y de qué significa, en última instancia, vivir despiertos. ...



Editorial	SIGLANTANA
Materia	MENTE, CUERPO Y ESPIRITU
Colección	SIGLANTANA
EAN	9788410179578
Status	Disponible
Páginas	254
Tamaño	150x240x10 mm.
Peso	175
Precio (Imp. inc.)	17,90€
Fecha de lanzamiento	07/11/2025

Títulos relacionados



SATIPATTHANA.
LOS ORIGENES
DEL
MINDFULNESS
BHIKKHU, ANALAYO



SEIS SONIDOS
ANTIGUOS.
CLASICOS DEL
QIGONG
LEI, SUN



EQUILIBRIO
EMOCIONAL. LA
PAZ DE LA MENTE
CALLE, RAMIRO



ERES INMORTAL.
EXPERIENCIAS
CERCANAS A LA
MUERTE Y UN
MAPA
MERLO, VICENTE