

La regola dei 5 secondi libro PDF

Mel Robbins



TAGS: La regola dei 5 secondi libro pdf download, La regola dei 5 secondi scaricare gratis, La regola dei 5 secondi epub italiano, La regola dei 5 secondi torrent, La regola dei 5 secondi leggere online gratis PDF

Se vuoi scaricare questo libro, clicca sul link qui sotto!

[-SCARICARE-](#)
[-LEGGERE ONLINE-](#)

Bastano solo 5 secondi per cambiare vita: sembra una magia, ma invece è scienza. Usato da oltre 100.000 persone in tutto il mondo, il metodo di Mel Robbins funziona in tutti i settori della vita personale e professionale con risultati immediati e duraturi. Avallata da recenti studi delle neuroscienze e potenziata dalle più moderne strategie di miglioramento personale, la "Regola dei 5 secondi" ha il potere di «sbloccare» la mente nei momenti di dubbio, incertezza, ansia, paura e di spingerci ad agire, facendo la cosa giusta in ogni situazione. Cambiare il lavoro che non ci soddisfa, perdere dieci chili, smettere di fumare, dare l'esame più difficile, chiedere un aumento al proprio capo, avvicinare una persona che troviamo attraente sono solo alcuni degli obiettivi che migliaia di persone hanno raggiunto dopo aver seguito le indicazioni dell'autrice. La regola fa decidere al nostro intuito, a quella saggezza interiore che sa fare le scelte migliori, ci rende più attivi, produttivi, coraggiosi, sicuri di noi stessi e delle nostre capacità. Liberi dalle abitudini e dai condizionamenti, possiamo così trasformare la nostra vita e realizzare quello che abbiamo sempre sognato.

Pubblicato: **30/04/2018**
Formato: **PDF, EPUB, MOBI**
Lingua: **Italiano**
Dimensioni: **1367 KB**

La regola dei cinque secondi dice: se un pezzo di cibo cade per terra hai cinque **secondi** per prenderlo e mangiarlo prima che **la** sua superficie venga invasa ...

Bastano solo **5 secondi** per cambiare vita: sembra una magia, ma invece è scienza. Usato da oltre 100.000 persone in tutto il mondo, il metodo di Mel Robbins funziona ...