

**Título:** Stop, no seas idiota  
**Subtítulo:** Acaba con el autosabotaje y recupera tu vida  
**Autor:** Gary John Bishop  
**PVP:** 16,90€  
**Fecha de venta:** 8 de enero de 2020  
**Colección:** No ficción, autoayuda  
**Páginas:** 224  
**Formato:** 14X21,5cm con solapas  
**ISBN:** 9788491394341

**¿Por qué actúas como lo haces? ¿alguna vez te sientes atrapado en ciclos destructivos que te impiden llevar la vida que realmente quieres?**

Este libro es un viaje dinámico, irresistible y divertido que te ayudará a atar los cabos sueltos de todas aquellas “cosas” de tu pasado y tu presente. Le dará sentido a lo que eres y te ayudará a interrumpir los procesos destructivos que te impiden sistemáticamente alcanzar la vida que deseas por medio de cambios profundos pero necesarios.

Si no puedes ahorrar, si siempre acabas en el mismo tipo de relaciones tóxicas, si te sientes malquerido, si no encajas o cualquier otra cosa de los millones de obstáculos que los seres humanos nos ponemos delante: este es tu libro.

Irreverente y como un puñetazo en el estómago, este libro revela nuestra maquinaria subconsciente con una aproximación realista y sencilla para cambiar nuestros pensamientos y nuestros hábitos más negativos en un futuro vital y libre de sabotajes. “Deja de ser indulgente contigo mismo a través de fantasías, dramas y temas sin resolver. ¡Despierta de una vez!

**STOP,**  
**no**  
**seas**  
**idiota**

# GARY JOHN BISHOP



Gary John Bishop empezó su viaje vital en Glasgow, Escocia. La determinación y el ingenio de su juventud han contribuido a su aproximación irreverente, dura y directa al crecimiento y el desarrollo personal. Gary ha creado el tipo de mensaje que traspasa la superficie y se adentra hasta las raíces de la vida de las personas para encontrar aquello que realmente nos consume y nos ancla a nuestros comportamientos y nuestras creencias autolimitantes.

La larga experiencia de Gary como director de uno de los programas de desarrollo personal más importante del mundo es prueba de su profesionalidad, dedicación y entrega. No busca la perfección. Como par la mayoría de las personas su vida ha estado llena de retos que muchas veces parecían insalvables. Ha experimentado la derrota, la desesperación, la pérdida, la angustia, la vergüenza y la culpa que todos, en algún momento, también experimentamos y los ha utilizado con todo su bagaje personal y profesional para desatar su mensaje único y vitalista que es un torpedo directo a la línea de flotación de la industria de la autoayuda. Es inquietantemente realista, preciso y sus palabras marcan la diferencia.

Siendo uno de los líderes y expertos en desarrollo personal en todo el mundo, con una reputación que ha influido en miles de personas, su acercamiento a la “filosofía urbana” es una nueva ola de empoderamiento personal y autocontrol de la vida que ha producido resultados casi milagrosos en la calidad y en rendimiento de la vida de las personas.

# GARY JOHN BISHOP

**Algunos lectores han dicho de *Stop, no seas idiota*:**

«Como un masaje profundo en una espalda llena de nudos: incómodo y necesario para estar bien».

«Me gusta su aproximación honesta e incluso divertida. Cuanta las cosas como son. Sin largas explicaciones o teorías, solo presenta las cosas que importan de verdad. Sencillo».

«El libro está escrito con humor, pero sobre todo con mucha crudeza. Hace que cualquier persona se ponga a evaluar lo que están permitiendo que pase en sus vidas».

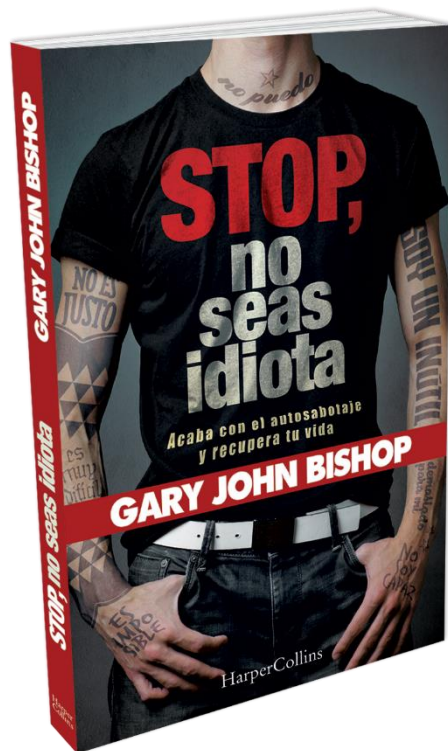
«Si quieres un libro sin clichés y sin lugares comunes, este es tu libro».

«No es el típico libro de autoayuda. Estas páginas son para entender que tanto el problema como la solución están en el espejo del baño todas las mañanas».

**STOP,**  
**no**  
**seas**  
**idiota**

## ¿Porqué hay que leer *Stop, no seas idiota*?

- Gary John Bishop se ha convertido en uno de los escritores de autoayuda más conocidos, más transgresores y más influyentes del mundo anglosajón.
- *Stop, no seas idiota* es el libro heredero de *El sutil arte de que (casi todo) te importe una mierda* que lleva millones de ejemplares vendidos en todo el mundo, incluida España.



**Para prensa contactar con:**

Ingenio de Comunicación

[info@ingeniodecomunicacion.com](mailto:info@ingeniodecomunicacion.com)

Eva Orúe: 629280954

Sara Gutiérrez: 680997385