MENTE · LECTURA

The Subtle Art of Not Giving a F*ck

MARK MANSON · 2016 · LEÍDO EN 2026

Mark Manson propone elegir mejor qué te importa: una vida buena no es evitar los problemas, sino escoger por cuáles vale la pena pelear.

> *El crecimiento no es una cima que alcanzas, es una fundación deliberada en tu interior.*

MI NOTA

Este libro es una locura. Cada capítulo lo tuve que absorber. Tiene tantas lecciones valiosas sobre cómo entender las prioridades de la vida, cuestionar nuestros valores, y comprender la superación no como un premio o una cima que alcanzar, sino como una fundación deliberada en nuestro interior.

Habla de la felicidad, el fracaso, los problemas, la incertidumbre y el crecimiento desde puntos de vista que no había escuchado antes.

Si andas en un momento donde sientes que todo te pesa al mismo nivel, este es el libro. No te va a decir que seas positivo. Te va a decir que escojas mejor tus problemas.

Y cierra con algo que me dejó pensando: la muerte es inevitable. Lo único que sí está en nuestras manos es vivir al máximo cada día.

— PATO FLORES