

Descargar Libros De Superacion Personal

Go get the life you want. Be a Rhinoceros! There is something dangerous about this book. Something big. Something full of power, energy and force of will. It could be about you. You could become three tons of thick-skinned, snorting hard-charging rhinoceros. It is time to go get the life you want.

El estrés sostenido en el tiempo se puede transformar en crónico y puede afectar nuestro sistema inmune. La práctica meditativa de Mindfulness es una gran aliada: nos ayuda a aquietar la mente, a vivir de forma más saludable y propicia un llamativo descenso en los niveles de ansiedad y cambios en la percepción. En este nuevo libro, Clara Badino, referente número uno de esta disciplina en Latinoamérica, nos guía en el camino de descubrir esta práctica, y nos invita a conocer sus beneficios, sus claves y su misterio. El estrés sostenido en el tiempo se puede transformar en crónico. Ya no estoy estresado, "vivo estresado", y se convierte en un rasgo. Suele estar asociado a la velocidad, al vértigo, la impaciencia, la irritabilidad o la distracción, conduciéndonos a un estado de no consciencia, en el que no estamos presentes ni para nosotros ni para los demás, y que puede afectar nuestro sistema inmune. Por eso se ha vuelto una urgencia la necesidad de concientizar el poder de nuestros pensamientos y su impacto para deprimir o promover mayor inmunidad. La práctica meditativa de Mindfulness es una gran aliada: nos ayuda a aquietar la mente, a vivir de forma más saludable y propicia un llamativo descenso en los niveles de ansiedad y cambios en la percepción. Sus beneficios están probados científicamente, neurocientíficos, médicos, psiquiatras coinciden en que los cambios que provoca en el cerebro y las emociones son evidentes e invaluable. Desde hace años, Clara Badino, referente número uno de Mindfulness en Latinoamérica, viene impartiendo su saber: no se trata de una técnica, ni de una serie de ejercicios reunidos para obtener un resultado, se trata más bien de un estilo de vida, un conocimiento que se aprende a través de la práctica continua y el ejercicio de la consciencia pura del presente. En este nuevo libro, escrito junto con la Prof. Margarita Vanoni y el Dr. Diego E. Robatto, nos ofrecen una guía en el camino de descubrir esta disciplina, una invitación a conocer sus beneficios, sus claves y su misterio, y un llamado que nos alerta sobre la necesidad de haberlo incorporado a nuestra vida cotidiana a la hora de transmitirlo.

Breviario de superación humana reúne un conjunto de ensayos del autor sobre el sentido de la vida, la influencia ética, la importancia de estar vivos y una invitación al compromiso personal, con uno mismo, la vida y la familia.

To make the journey into the Now we will need to leave our analytical mind and its false created self, the ego, behind. From the very first page of Eckhart Tolle's extraordinary book, we move rapidly into a significantly higher altitude where we breathe a lighter air. We become connected to the indestructible essence of our Being, "The eternal, ever present One Life beyond the myriad forms of life that are subject to birth and death." Although the journey is challenging, Eckhart Tolle uses simple language and an easy question and answer format to guide us. A word of mouth phenomenon since its first publication, The Power of Now is one of those rare books with the power to create an experience in readers, one that can radically change their lives for the better.

La locura de la superación personal

Vivir mejor tiene su ciencia

El pequeño libro de la superación personal: échale gasolina a tu cerebro y consigue todo lo que te propongas

Descubriendo oportunidades de desarrollo y transformación

How to Improve Your Self-Esteem

All is Well

Mariana Jacobs, psicóloga especializada en cuidados paliativos, presenta una guía para acompañar en el final de la vida. A partir de su formación profesional, pero sobre todo basada en su experiencia con pacientes terminales y sus familias, nos acerca en estas páginas un soporte, un apoyo y un mapa que ayuda a navegar este momento tan trascendental. ¿Cómo se acompaña a alguien en el tramo final de su vida? ¿Qué debemos priorizar y planificar? ¿Cómo hablamos de estos temas con los niños? ¿Y con la persona enferma? Con profunda sensibilidad, Mariana Jacobs responde a estas y otras preguntas con la certeza de que no hay mejor manera de acercarse a lo desconocido que con un puñado de verdades y un mapa para guiar el camino. Acompañar a morir es una experiencia intensa. Difícil y, por momentos, desoladora. También puede ser una oportunidad potente y única de encuentro, contemplación y celebración de una vida. A raíz de la inmensa desinformación que existe sobre estos temas, en este segundo libro Jacobs busca transmitir esperanza, amor y una mirada pragmática y a la vez espiritual sobre la muerte, y brindar herramientas eficaces para llevar con entereza el momento: Entregate a estar presente ahí con quien acompañas a morir. Quien se va está regresando al lugar de donde vino al nacer, regresa a una dimensión que aún no podemos abordar ni comprender. Sin embargo, en la medida en que te sea posible, descansa en la confianza plena de que quien se va, simplemente, está volviendo a casa. "Activating your self-love is the first step towards any type of psychological growth and personal improvement. Of course I am not talking about the dark side of self-esteem, which leads to narcissism and fascination with the ego, but rather about having a genuine ability to, fearless and unashamedly, recognize your strengths and virtues, integrate them into the development of your own life..." In this guide, Dr. Walter Riso teaches us about the tools we need to help bolster our self-esteem; he teaches us to feed our self-love, freeing us from dependencies and stripping away all those things that weigh heavily on us. This, in turn, enables us to build our own happiness.

La vida moderna es una vida acelerada. Si quieres vivirla, no dejes de moverte, no dejes de superarte y de ser cada día más feliz. Eso es lo que nos han contado, pero lo cierto es que estas exigencias se pagan con estrés, burnout, depresión y una lenta transformación de nuestras relaciones sociales en formas de negocio. Svend Brinkmann no tiene la solución para nada de esto, pero conoce una salida a la obsesión por la autosuperación: echar el freno. En este ingenioso estudio, el aclamado psicólogo danés nos invita a rechazar los mantras de la autoayuda y nos anima a ser simplemente nosotros mismos. El secreto de una vida buena no reside en encontrar un yo más rentable o más feliz, sino en abrazar con serenidad y estoicismo nuestras maneras de ser. Con su exhortación a buscar la desaceleración, este vibrante antimanual de autoayuda ofrece una alternativa al coaching, al pensamiento positivo y a los imperativos cotidianos de la autorrealización.

All new, never-before-published? from the author of the phenomenal bestseller *The Power of Your Subconscious Mind*. When Dr. Joseph Murphy wrote his bestselling book *The Power of Your Subconscious Mind*, he set forth the basic techniques for enriching one's life by programming the subconscious mind. This all-new book, based on forty years of previously unpublished research, shows how the subconscious mind can be used by people in their workplace when dealing with both routine and unexpected problems faced on the job. To illustrate Murphy's principles, editor Arthur Pell has provided examples from the lives of past and contemporary business leaders who have achieved success by applying these concepts in their professional lives. This book covers the most vital subjects in career and business success including: establishing goals, developing self-confidence and resilience, mastering the law of attraction, leading a dynamic team, effective communication, managing time efficiently, and more.

Vacío emocional

Tu vida comienza cuando te animas a ser vos

Un Libro Para Parteras

La creatividad redistribuida

Mindfulness y bienestar para la vida y el deporte

Guía para acompañar en el final de la vida

24 steps to fall in love with you and improve your self-esteem. By Walter Riso.

A compendium of straightforward techniques on how to accentuate the positive and redirect the negative, increasing productivity at work and at home. What do your people at work and your spouse and kids at home have in common with a five-ton killer whale? Probably a whole lot more than you think, according to top business consultant and mega-bestselling author Ken Blanchard and his coauthors from SeaWorld. In this moving and inspirational new book, Blanchard explains that both whales and people perform better when you accentuate the positive. He shows how using the techniques of animal trainers -- specifically those responsible for the killer whales of SeaWorld -- can supercharge your effectiveness at work and at home. When gruff business manager and family man Wes Kingsley visited SeaWorld, he marveled at the ability of the trainers to get these huge killer whales, among the most feared predators in the ocean, to perform amazing acrobatic leaps and dives. Later, talking to the chief trainer, he learned their techniques of building trust, accentuating the positive, and redirecting negative behavior -- all of which make these extraordinary performances possible. Kingsley took a hard look at his own often accusatory management style and recognized how some of his shortcomings as a manager, spouse, and father actually diminish trust and damage relationships. He began to see the difference between "GOTcha" (catching people doing things wrong) and "Whale Done!" (catching people doing things right). In Whale Done!, Ken Blanchard shows how to make accentuating the positive and redirecting the negative the best tools to increase productivity, instead of creating situations that demoralize people. These techniques are remarkably easy to master and can be applied equally well at home, allowing readers to become better parents and more committed spouses in their happier and more successful personal lives.

Con humor cautivante y honestidad brutal, la autora desmenuza su derrotero profesional. Y revela qué aprendió en el camino para poder sortear la pandemia de apatía laboral de nuestra época y recuperar las ganas de comerse el mundo. ¿Sabías que a la gran mayoría de la gente no le gusta (o simplemente detesta) su trabajo? ¿Y que casi el 90% de aquellos que dejan sus empleos lo hacen a causa de la relación con su superior directo? ¿Es que hay una epidemia de jefes sádicos torturando a empleados abnegados ahí afuera? Esta es la historia de cómo, después de cruzarse con jefes y jefas "horribles", de vivir escenas de oficina que

ruborizarían al Marqués de Sade, de atravesar noches de angustia sin poder pegar un ojo y de reprimir las ganas de salir a matar patos con una escopeta, la autora, desde la cúspide de la pirámide corporativa y atrapada en el famoso "desastre disfrazado de éxito", pudo patear el tablero y delinear un proyecto propio que la realizaba. Experta en disrupción digital, directora independiente en varios boards, inversora y meditadora, Marina cuenta, con humor cautivante y honestidad brutal, cómo fue su derrotero profesional, por qué eligió la metáfora de los patos para hablar de los miedos y prejuicios que no nos dejan salir a "volar", y qué aprendió en el camino para poder sortear la pandemia de apatía laboral de nuestra época y recuperar las ganas de comerse el mundo. • Por qué una vida escindida es una vida en crisis • Cómo están diseñados los buenos líderes • Estadísticas y estudios sobre desmotivación laboral (y algunas claves para sentir motivación) • Por qué hay tantas mujeres y hombres sintiendo que sus trabajos son un castigo... • De qué modo un buen equipo brinda seguridad interna Un libro sobre la vida corporativa, la autoridad y los jefes; sobre el dolor de los fracasos, el cambio y la huida de la inercia; sobre el despertar y la ambición de inventarnos. Y sobre la motivación y la capacidad que todos y todas tenemos de convertirnos en quienes anhelamos ser.

¿Estamos apurados o vivimos apurados? ¿Cómo se genera el estado de agotamiento y qué puedo hacer al respecto? ¿Por qué pensamos en el futuro o en el pasado, pero nos cuesta tanto anclarnos en el presente? ¿Cómo se puede frenar la mente? ¿Existe "frenar" la mente? Diferentes ejercicios nos permitirán, sin prisa y sin pausa, liberarnos de la tensión e integrar la mente a través del cuerpo. En este libro, Francisco Vanoni, codirector junto con Clara Badino de Visión Clara e instructor de Mindfulness desde hace varios años, se propone ayudarnos a entender de dónde surge esa mente estresada, ansiosa y acelerada, la posibilidad de reeducarla para pasar del modo supervivencia al modo bienestar. Mediante la práctica nos brinda herramientas para tener a mano en el día a día en la ciudad y nos invita a introducirnos en el camino de Mindfulness en movimiento. Diferentes ejercicios nos permitirán, sin prisa y sin pausa, liberarnos de la tensión e integrar la mente a través del cuerpo. También será la oportunidad de crear un espacio disciplinado para entrenar el libre albedrío y así manejar los pensamientos y emociones de una manera más saludable y equilibrada.

Por iniciativa del antropólogo Néstor García Canclini y del escritor Juan Villoro, un grupo interdisciplinario explora la nueva circulación de significados artísticos y la conformación de públicos en la América Latina de hoy. El análisis colectivo aborda, entre otros temas, la piratería y el consumo informal de la cultura, las posibilidades artísticas de Internet, el sampleo y el photoshop, el papel del curador en museos sin colecciones o espacios ajenos al museo, el coleccionismo como arbitraje estético y pedagogía del gusto, la edición

electrónica, la alianza escénica entre la palabra y la música, y la economía generada por los medios digitales independientes.

The Power of Now

Despierta tu poder

Belleza emocional

Practicar a través del cuerpo. Una guía de meditación para occidentales

Step-by-Step Advice for Escaping the Trap of Negative Thinking and Taking Control of Your Life

Un mundo sin jefes

Breviario de Superación Personal

THE RECORD-BREAKING, #1 NEW YORK TIMES BESTSELLER – OVER 35 MILLION COPIES SOLD The first book by Wayne Dyer, author of the multimillion-copy bestseller Pulling Your Own Strings and national bestsellers There ' s a Spiritual Solution to Every Problem and Wisdom of the Ages, a positive and practical guide to breaking free from the trap of negative thinking and enjoying life to the fullest. If you're plagued by guilt or worry and find yourself unwittingly falling into the same old self-destructive patterns, then you have "erroneous zones" – whole facets of your approach to life that act as barriers to your success and happiness. Perhaps you believe that you have no control over your feelings and reactions – Dyer shows how you can take charge of yourself and manage how much you will let difficult times and people affect you. Or maybe you spend more time worrying what others think than working on what you want and need – Dyer points the way to true self-reliance. From self-image problems to over-dependence on others, Dyer gives you the tools you need to break free from negative thinking and enjoy life to the fullest.

A través de un relato íntimo y confesional, Dafne Schilling -fundadora en Argentina de Yoga Booty Ballet, una disciplina que conjuga baile, yoga y meditación- te muestra el camino interior que la llevó a conectarse con su esencia y, por eso, el más feliz. Un recorrido que refleja el equilibrio exacto entre movimiento y quietud. No se trata de ser perfectas, ni felices todo el tiempo. Se trata de ser nosotras mismas. Estas páginas son el pasaje a una segunda oportunidad; un pequeño tesoro para esos momentos de la vida en los que cuesta encontrar la paz y la conexión con una misma. Y son también un viaje de regreso a casa, al alma. A través de un relato íntimo y confesional, Dafne Schilling -fundadora en Argentina de Yoga Booty Ballet, una disciplina que conjuga baile, yoga y meditación- te muestra el camino que la llevó a conectarse con su esencia y, por eso, el más feliz. Un recorrido que refleja el equilibrio exacto entre movimiento y quietud. En doce estaciones, representada cada una por una intención, vas a aprender algo nuevo sobre quién sos; y vas a lograr, poco a poco, descubrir tu destello interior, eso que te hace única y especial, eso que a veces te vuelve incorrecta, imperfecta, pero que te define. Combinando experiencias personales, ejercicios, posturas y mantras, Dafne te anima a que sueltes la mochila pesada de las exigencias y te lleva de la mano a encontrarte con vos. «Siempre hay alguien en tu vida que te mueve y te despierta. Te empodera. Esa es Dafne Schilling, no sólo para mí, sino para sus miles de seguidoras, cientos de alumnas, y hoy también para sus lectoras.» Soledad Simond, directora de la revista Ohlalá!

En su nuevo libro Emmanuel Cestaro nos brinda las herramientas para ser conscientes del poder que tenemos para cambiar nuestros

pensamientos y creencias limitantes, liberarnos de los apegos y controlar nuestro ego y así poder tener una vida plena y con sentido. ¿Vives sin un propósito? ¿Te sientes insatisfecho o con miedo? ¿Saboteas tu propio éxito? ¿Luchas por encontrar tu mejor versión? Imagina cómo sería tu vida si pudieras superar lo que te detiene. Imagina una vida de conciencia y voluntad, sin limitaciones. Emmanuel Cestaro te enseñará cómo emprender tu camino. En este práctico libro aprenderás a dirigir tu mente hacia tu propósito, liberarte de las creencias limitantes, apagar el comando del piloto automático y entrar en acción. Es momento de alinear cuerpo, mente y alma para encontrar mayor bienestar, paz y propósito en tu vida.

In the Large Catechism Luther set out to inculcate the centrality of the Gospel. Whether Luther is dealing with the Ten Commandments or the Lord's Supper, the dynamic of the Word of God as Gospel provides the cutting edge for what he says. The Large Catechism is a primary source for an understanding of the Christian ethos in action in Reformation Christianity.

Los beneficios de la práctica meditativa y su actual distorsión

El arte de decidir

Own Your Morning. Elevate Your Life.

El linaje secreto del chamanismo sudamericano

Inteligencia para el bienestar

Un Hombre, Un Entrenador, Un Sueno

El poder de Mindfulness

En 2012, Leticia Gasca junto a cuatro amigos creó Fuckup Nights donde se comparten historias de fracasos empresariales. Es la intención de compartir el conocimiento que existe en torno a cómo prevenir el fracaso y combatirlo, pero también aquel que con aceptarlo y cerrarlo con todas las de la ley para recuperarse y seguir adelante. "El fracaso de un negocio apesta, provoca cabeza, corazón y billetera. Sin embargo, se trata de una de las experiencias humanas más comunes y menos exploradas." Con palabras presenta su libro Leticia Gasca, cofundadora de Fuckup Nights y directora del Failure Institute, el único instituto en el mundo dedicado al estudio del fracaso en los negocios, y nos sorprende al revelarnos algunos datos que suelen quedar fuera de las estadísticas: el 95% de los productos que se lanzan al mercado fracasan y el 80% de los negocios que se emprenden cierran antes de cumplir un año. Es decir que solo el 20% es exitoso, y es de esta minoría que se nutren las teorías sobre empresas exitosas enseñadas en las escuelas de negocios de todo el mundo. ¿Por qué ocurre esto? Porque en general solemos tomar al fracaso como un tabú, una experiencia que ocultar porque atentaría contra una creencia colectiva que tiende a relacionar el parecer exitoso con el serlo realmente. Este libro trata sobre el que se propone echar luz la autora de estas páginas: el conformado por aquellas historias ocultas, por lo que no pudo contar los emprendedores que fracasaron, los resilientes y los resignados. Y a la vez, y como consecuencia, ilumina también el costado regional del planeta: el de Latinoamérica y el conjunto de los países que no forman parte del primer mundo. Allí la realidad acerca del éxito empresarial es otra. De todo esto trata este libro. De hacer visible un tema hasta ahora poco explorado, quizás avalado en la cultura de que negar es una condición suficiente para hacer desaparecer. Muy por el contrario, es aceptando la presencia contundente del fracaso que podemos comenzar a combatirlo y, por qué no, a incluirlo como parte absolutamente natural e inherente a la vida de todos.

En palabras de su propia autora: «Estas páginas tienen la intención de compartir el conocimiento que existe en torno a cómo fracaso en un negocio y combatirlo, pero también aquel que se relaciona con aceptarlo y cerrarlo con todas las de la ley para seguir adelante».

¿Qué entra en juego cuando decidimos? ¿Sabemos decidir bien? ¿Existe una manera adecuada de hacerlo? Este es un libro para descubrirlo. Starobinsky nos propone un conocimiento único para mejorar esta actividad tan cotidiana y a la vez trascendente en juego cuando decidimos? ¿Existe una manera adecuada de hacerlo? ¿Cómo se pueden reducir la angustia y la confusión que decisiones despiertan? ¿Es posible equilibrar el miedo? ¿Siempre tiene que haber lógica y fundamentos detrás? ¿O la lógica por nos limita? Tomamos cientos de decisiones todos los días, pero no tenemos consciencia de ellas porque están fundidas en lo cuando nos enfrentamos a una decisión importante, surgen las vacilaciones y dejamos pasar el tiempo sin animarnos a actuar contrario, nos abalanzamos sobre la acción sin un análisis adecuado. Este es un libro para aprender a balancear la intuición y para conocer mejor las trampas emocionales que les quitan calidad a nuestras decisiones. Ezequiel Starobinsky nos propone herramientas concretas para fortalecer nuestra inteligencia emocional y para pasar del miedo a decidir a la oportunidad de hacer 'I devoured A Manual for Heartache in one sitting . . . a kind, honest and wise book about how to make a friend of sadness.' - author of The Unlikely Pilgrimage of Harold Fry. When Cathy Rentzenbrink was still a teenager, her happy family was torn apart by an unthinkable tragedy. In A Manual for Heartache she describes how she learnt to live with grief and loss and find joy in the world. She explores how to cope with life at its most difficult and overwhelming and how we can emerge from suffering forever changed with hope. This is a moving, warm and uplifting book that offers solidarity and comfort to anyone going through a painful time that might be. It's a book that will help to soothe an aching heart and assure its readers that they're not alone.

Inteligencia para el bienestar es un modelo basado en la psicoterapia, la psicología y las neurociencias que sirve para el desarrollo de la capacidad de mejorar la calidad de vida de los individuos a través de su autoconocimiento, regulación emocional, habilidades interpersonales, toma de decisiones y cambio de hábitos.

Doce estaciones del alma

A Novel

Comprende tus conflictos para superar lo que te limita

Heal Your Body with Medicine, Affirmations, and Intuition

Your Erroneous Zones

A Guide to Spiritual Enlightenment

Mis secretos

Esta poderosa guía le proporcionará todo lo que necesita para finalmente deshacerse de las creencias negativas o destructivas y comenzar a vivir la vida que desea. Dentro de esta guía descubrirás cómo crear felicidad todos los días de tu vida y también qué no hacer que te lleve al

estrés y la ansiedad. Tópicos cubiertos: • Aprenda a identificar su sistema de creencias • Descubra cómo las creencias operan en su vida • Los 5 pasos para conquistar creencias limitantes • Mida su éxito para impulsar su motivación • Integrar una mentalidad de crecimiento en su vida diaria • Y mucho, mucho más..

Enseñanzas y aprendizajes personales experimentados y recogidos por el autor a lo largo de su vida con diferentes pueblos originarios argentinos, en relación al conocimiento y uso de las denominadas "plantas maestro" o "plantas sagradas". Una iniciación en la medicina ancestral de los pueblos originarios del país.

ANTOLOGÍA DE LA SUPERACIÓN PERSONAL Juan Antonio Razo Tiene usted en sus manos la recopilación más valiosa jamás publicada. Textos llenos de optimismo, sabiduría y amor. Puede abrirlo en cualquier página y se sentirá cautivado porque, ante todo su contenido es altamente humano y con una alta dosis de motivación. Una colección de poemas, oraciones, pensamientos y citas célebres que han sido escritos a través del tiempo por grandes pensadores, filósofos y humanistas, desde Confucio hasta Mario Benedetti, pasando por Séneca, San Francisco de Asís, Abraham Lincoln, Rudyard Kipling, Gibrán Jalil, Gabriela Mistral, Mahatma Gandhi, Napoleón Hill, Luther King y Og Mandino, entre otros. Voces acompañadas por estos grandes personajes que nos brindan su particular visión de la vida. Un libro único en el campo de la motivación que el autor pone a disposición de todos y donde hace sus propias aportaciones. Refleja la labor de muchos años de esfuerzo, disciplina y sentido del orden. Su lectura le transmitirá un espíritu renovador que lo hará superar todos los obstáculos y lo conducirá a la consecución de sus metas y, por lo tanto, al éxito. Será como beber un tónico que le permitirá transformar su mente, ensanchar sus horizontes y elevar su espíritu hasta alcanzar los valores que se requieren para ser mejor. Esta obra, convertida en un clásico, y con más de 30 reimpressiones, se presenta, como agradecimiento a los miles de lectores, con un nuevo diseño y formato, pero respetando íntegramente su contenido.

Legendary leadership and elite performance expert Robin Sharma introduced The 5am Club concept over twenty years ago, based on a revolutionary morning routine that has helped his clients maximize their productivity, activate their best health and bulletproof their serenity in this age of overwhelming complexity. Now, in this life-changing book, handcrafted by the author over a rigorous four-year period, you will discover the early-rising habit that has helped so many accomplish epic results while upgrading their happiness, helpfulness and feelings of aliveness. Through an enchanting—and often amusing—story about two struggling strangers who meet an eccentric tycoon

who becomes their secret mentor, The 5am Club will walk you through: How great geniuses, business titans and the world's wisest people start their mornings to produce astonishing achievements A little-known formula you can use instantly to wake up early feeling inspired, focused and flooded with a fiery drive to get the most out of each day A step-by-step method to protect the quietest hours of daybreak so you have time for exercise, self-renewal and personal growth A neuroscience-based practice proven to help make it easy to rise while most people are sleeping, giving you precious time for yourself to think, express your creativity and begin the day peacefully instead of being rushed "Insider-only" tactics to defend your gifts, talents and dreams against digital distraction and trivial diversions so you enjoy fortune, influence and a magnificent impact on the world Part manifesto for mastery, part playbook for genius-grade productivity and part companion for a life lived beautifully, The 5am Club is a work that will transform your life. Forever.

Sé tú mismo

Volver a casa

The Secret to Charging Full Speed Toward Every Opportunity

Rhinoceros Success

Aprendizajes de una ejecutiva que salió a matar patos para calmar su frustración

Despertá tu magia

Sobrevivir al fracaso

Después de muchos años de trabajar en empresas chicas, medianas y grandes, en distintos rubros y en diferentes países, una de las ejecutivas más importantes de la Argentina brinda las claves de su indiscutido liderazgo. "Todos podemos ser líderes. Es una conquista diaria que se logra a fuerza de autosuperación." Este libro está pensado, sin distinción, para mujeres y hombres, jóvenes y adultos, que se desafíen a sí mismos y se sientan desafiados por su entorno. Para aquellos que aspiren a crecer profesionalmente en un marco que tenga en cuenta a las personas, incluso si la empresa está en crisis, si atraviesa reestructuraciones o si busca hacer cambios en el modelo de negocios. Una de las empresarias más importantes y mejor consideradas comparte con los lectores todos los factores que colaboraron -y siguen apuntalándola día a día- en el camino de superarse para intentar transformarse siempre en una mejor líder, no sólo para las personas con las que ella ha trabajado y trabaja sino también para sus propios líderes. Sin estadísticas ni grandes teorías, el libro cuenta, simplemente, todo lo que vio, vivió y aprendió a lo largo de su carrera, las bases de su desarrollo como líder: Isela mujer, hija, nieta, hermana, madre, amiga, esposa y persona, un desarrollo movido por el ideal de ayudar a construir una sociedad mejor. Desde la importancia de conocerse a uno mismo y poder sortear los miedos y las barreras propias hasta las claves del marketing personal y el modo de prepararse para dar el salto, pasando por cómo convertir un proyecto

o un desafío laboral en un camino placentero que valga la pena transitar, cómo armar un equipo o de qué manera transformar el liderazgo en una forma de vida. Anécdotas personales, momentos significativos de su carrera, detalles y curiosidades que no aparecen en ningún manual sobre Management. Un libro tan riguroso como inspiracional.

"No te vuelvas solemne en la búsqueda por conocerte, volverte generosa, abierta y verdadera. No se trata de aislarte, ahí no reside la conexión. Se trata de integrarte y de ver con tus ojos el alma del mundo. Transformo el miedo en poder y ese es mi mantra; y más que un mantra es un nuevo viaje hacia el laberinto de la espiritualidad". Dafne Sanar duele. Es un camino largo que no admite atajos, aunque vale la pena. Muchas veces ponemos la energía en buscar respuestas afuera, nos embarcamos en distintas terapias y deseamos encontrar en ellas la solución. Pero ¿qué tal si elegimos vernos por dentro, soltar viejas costumbres y deshacernos de las etiquetas que alguna vez nos definieron? El miedo es un gran enemigo en el desafío de volver a nuestra casa, la del corazón, sin embargo, Dafne Schilling nos muestra que el camino espiritual, la confianza y el deseo pueden transformar el miedo en un superpoder. Hace algunos años, Dafne inició un viaje de autoconocimiento, que la llevó a encontrar una chamana y a descubrir la maga que lleva en su interior. En estas páginas nos cuenta lo que aprendió, y sobre todo nos hace una invitación: a liberar el poder curativo y revolucionario del que somos dueñas, ese que transforma la oscuridad en luz y el miedo en un aliado. La magia radica en nosotras mismas, nos dice que solo es cuestión de prestar atención, viajar hacia adentro, mirarnos, perdonarnos y confiar.

Superación Total: El Efecto inevitable Minidocs & Co. Administracion y calidad / Administration and Quality Editorial Limusa Un Libro Para Parteras Editorial Pax México

Adriana Waisman, psicóloga especialista en trastornos de ansiedad, brinda herramientas para ayudarte a tratar el vacío emocional, trabajar sobre tus creencias y emociones y recuperarte para alcanzar tu mejor versión. ¿Sentís que solo estás pasando por la vida y te dejás llevar por la vorágine de estos tiempos? ¿Lo que estás viviendo -ya sea un problema familiar, una ruptura amorosa o un trabajo poco satisfactorio- te hace sentir estancado o perdido? ¿Actuás como si estuvieras bien cuando en realidad te sentís solo y desconectado? Puede ser que tengas una buena vida y, sin embargo, por alguna razón no sea suficiente para que te sientas feliz. Las redes sociales, el consumo y las actividades que solo llenan el tiempo se convierten en un escape de lo que te aqueja: el vacío emocional. En este libro, Adriana Waisman, psicóloga especialista en trastornos de ansiedad, te ayudará a encontrar tus propias herramientas para reconocer tus emociones, reconectarlas y orientar tu vida hacia la plenitud.

The Dreamseller: The Calling

Think and Grow Rich

Los laberintos de la mente

Aumente su confianza desatando el poder de la fe

Cerrando la brecha

Plantas sagradas

A Manual for Heartache

Wherever he goes, the dreamseller enchants, stirs up trouble and inspires his listeners to search for the most important thing: the heart of the human soul. Every person he meets is someone who has abandoned their dreams and is struggling through life: a professor who has stopped pursuing his passions, an alcoholic who has no family, the elderly who have lost their zest for life. Through his questioning and wisdom, the dreamseller helps them to look into their silent hearts and get to the root of their unhappiness. The Dreamseller: The Calling is moving, entertaining and ultimately inspiring. This book will make you laugh and cry, but above all, it will make you reflect on the purpose of your life, value others and become empowered to believe in your dreams.

Spanish translation of "A book for midwives". A manual for midwifery.

Think and Grow Rich - Napoleon Hill - The most famous of all teachers of success spent "a fortune and the better part of a lifetime of effort" to produce the "Law of Success" philosophy that forms the basis of his books and that is so powerfully summarized and explained for the general public in this book. In Think and Grow Rich, Hill draws on stories of Andrew Carnegie, Thomas Edison, Henry Ford, and other millionaires of his generation to illustrate his principles. This book will teach you the secrets that could bring you a fortune. It will show you not only what to do but how to do it. Once you learn and apply the simple, basic techniques revealed here, you will have mastered the secret of true and lasting success. Money and material things are essential for freedom of body and mind, but there are some who will feel that the greatest of all riches can be evaluated only in terms of lasting friendships, loving family relationships, understanding between business associates, and introspective harmony which brings one true peace of mind! All who read, understand, and apply this philosophy will be better prepared to attract and enjoy these spiritual values.

Trabajar durante veinte o treinta años y disfrutar de todo ese esfuerzo luego de la jubilación ya no parece una opción atractiva. Tito Loizeau, reconocido emprendedor argentino, propone en Emprender hasta los 90 una novedosa alternativa: organizar la vida laboral para intercalar momentos de placer mientras seguimos con la rutina y las obligaciones. Trabajar durante

veinte o treinta años para disfrutar de todo ese esfuerzo luego de la jubilación ya no parece resultar una opción atractiva. Tito Loizeau, reconocido emprendedor argentino, presenta una novedosa alternativa: organizar la vida laboral de manera tal que podamos intercalar momentos de placer mientras seguimos con la rutina y las obligaciones. ¿Cómo lograrlo? "Mi propuesta es mostrarles otro camino posible. Un camino de equilibrio en el que la invitación es seguir trabajando toda la vida, pero, a cambio, disfrutar de tiempo con amigos, familia y con uno mismo. No dejar para el retiro los momentos de disfrute", dice el autor. Volcando su propia experiencia, con didáctica y claridad, Loizeau desarrolla "seis ingredientes" que integran la fórmula para alcanzar este nuevo paradigma que nos ayudará a vivir el trabajo y mirar hacia el futuro de otra manera. En definitiva, Emprender hasta los 90 es una verdadera oportunidad para cambiar en serio. Tito Loizeau, emprendedor desde los 22 años cuando realizó su primer emprendimiento, cuenta con una gran experiencia: fundó una cadena de cines en el interior del país y una fábrica de sillones, con las que fracasó. Creó Promored, que arrancó como portal de cupones de descuento y se convirtió en una agencia de marketing digital con presencia en quince países y más de cinco mil promociones para marcas como Pepsico, Unilever, Nestlé, Mondelez/Kraft Foods, LG y Philips, entre otras. En 2007 abrió el primer Barbie Store del mundo y en 2011 fundó CienPies, empresa de desarrollo de contenidos infantiles, productores de ZTV para Telefé y socia de la producción de Bubba y sus amigos, que se emite en Disney Junior y en Netflix. En 2015 creó Caramba!, agencia de marketing promocional. Fue seleccionado emprendedor Endeavor en el año 2000, y actualmente es miembro de dicha fundación. Desde el 2011 es vicepresidente de la Fundación Discar, ONG dedicada a la inclusión social y laboral de jóvenes con discapacidad mental.

The 5AM Club

Cómo equilibrar la intuición, la razón y las emociones

Superación Total: El Efecto inevitable

El encuentro con uno mismo y la búsqueda del bienestar

Primeros auxilios para negocios al borde (y cómo prevenirlo)

The Large Catechism

Luthers Large Catechism

Las historias de vida, las anécdotas, ejercicios y claves de este libro tienen como propósito inspirarte, motivarte y darte herramientas para que puedas elegir tus pensamientos y hacer que las cosas pasen en el minuto presente. Este es un libro para personas que quieren que empiece a pasar algo diferente en sus vidas. No importa a qué te dediques, qué edad ni qué formación tengas. Para hacer que las cosas pasen, es clave que te entrenes para ser más grande que tus desafíos y así poder: * Tratar con personas difíciles * Decir cosas incómodas de manera constructiva * Crecer profesionalmente cuando no reconocen tu valor * Superar el autoboicot y la postergación * Convertir imprevistos en oportunidades * Rehacer tu vida y construir un futuro que te apasione * Cambiar más rápido y con menos estrés * Inspirarte para dar tu mejor versión En estas páginas vas a encontrar 17 historias inspiradoras, ejercicios, herramientas y semillas de actitud que pueden generarte unas ganas arrolladoras de hacer que las cosas pasen en tu vida. Ojalá te animes al desafío. ¿El que no arriesga no gana? El que no arriesga no vive.

"Whenever there is a problem, repeat over and over: All is well. Everything is working out for my highest good. Out of this situation only good will come. I am safe." In this healing tour de force, best-selling authors Louise L. Hay and Dr. Mona Lisa Schulz have teamed up for an exciting reexamination of the quintessential teachings from Heal Your Body. All Is Well brings together Louise's proven affirmation system with Mona Lisa's knowledge of both medical science and the body's intuition to create an easy-to-follow guide for health and well-being. And, for the first time ever, they present scientific evidence showing the undeniable link between the mind and body that makes these healing methods work. Bringing focus and clarity to the effects of emotions on the body, All Is Well separates the body into seven distinct groups of organs—or emotional centers—that are connected by their relationship to certain emotions. Structured around these emotional centers, the authors outline common imbalances and probable mental causes for physical illness. They also include case studies that show a complete program for healing that draws from all disciplines, including both traditional and alternative medicine, affirmations, nutritional changes, and so much more. Using the self-assessment quiz, the holistic health advice, and an expanded version of Louise's original affirmation chart, you can learn how to heal your mind and body with affirmations and intuition and live a balanced, healthy life.

En este libro, Andrea Frigerio revela sus secretos para estar bien y mantener el equilibrio entre el cuerpo y la mente. Comer bien, descansar, moverse, tener pensamientos positivos... Cuando todo está en equilibrio, nos sentimos plenas, sin importar la edad. En este libro, Andrea Frigerio devela todos sus secretos: cómo mantiene su figura sin obsesionarse con el gimnasio y las dietas, qué hizo para dejar de fumar, cómo vive el paso del tiempo, y qué herramientas la ayudan a mantenerse en calma y disfrutar del presente. Asimismo, habla sin filtro sobre el sexo, las relaciones amorosas, los embarazos, la crianza de los hijos, los nietos y la menopausia. Defensora de una belleza natural, la actriz y emprendedora recomienda tratamientos estéticos no invasivos y comparte los consejos de sus abuelas que aplica día a día, a la vez que incluye el aporte de sus profesionales de confianza, desde dermatólogos, kinesiólogos y nutricionistas hasta instructores de mindfulness. Belleza emocional es una invitación a recuperar la sabiduría que llevamos dentro para estar bien y vivir con alegría más allá de cualquier circunstancia. «Desde hace unos años me empezó a suceder cada vez con más frecuencia que se me acercan mujeres de cualquier edad a preguntarme de todo. Lo hacen en ámbitos públicos (restaurantes, teatros, cines, aviones) y formulan todo tipo de consultas, que en general empiezan con: 'Andrea, ¿cómo hacés?' o '¡Yo quiero llegar a tu edad como vos!', además de preguntas puntuales vinculadas con la piel, las uñas, el pelo, los dientes y mis hábitos de vida (qué como, cuánto duermo, qué deporte practico, quién es mi médico, si me hago cirugías...). Les

contesto sin ningún filtro, incluso cosas muy íntimas, casi como si fueran parte de mi familia. Si alguien me para y me pregunta, respondo sin obviar detalles. Y muchas veces me pasa que me escuchan con atención y cuando termino de contarles todo, me dicen: 'Ah, qué viva, si hacés todo eso, seguro que vas a estar bien'. ¡Y sí! Hay que hacer algún esfuerzo y un poco de sacrificio, pero estar bien es posible. Yo vivo y disfruto la vida, pero también la cuido. Por eso pensé en escribir este libro, dirigido a todas esas mujeres que me paran por la calle para conocer mis secretos.» Andrea Frigerio

Francisco Vanoni, instructor de Mindfulness desde hace años, propone al lector atreverse a ir, poco a poco y momento a momento, adentrándose en las profundidades de la mente, el cuerpo y el espíritu para vivir mejor. «Tal vez sea momento de no tomar como absoluto lo que creemos de nosotros, de quienes somos, de lo que significan la vida, la mente, la energía, la materia, y abrirnos a abrazar el interrogante del misterio de vivir al mismo tiempo que nos sumergimos desde el silencio a la introspección. Desarrollar la disciplina de quien emprende el viaje más importante de su existencia, el de descubrir quién se esconde detrás de los personajes que interpretamos, el de transformarnos momento a momento eligiendo hacia dónde queremos ir». Está probado científicamente que la práctica de la meditación y del mindfulness pueden modificar áreas y estructuras cerebrales relacionadas a una mayor felicidad y bienestar: es posible entrenar el cuerpo y la mente para ir acrecentando la concentración y la atención, trabajar sobre el manejo de las emociones, la construcción de vínculos más sanos y hasta alcanzar un cuerpo más fuerte y flexible. Todos estos atributos irán creando un terreno más propicio hacia la excelencia en el alto rendimiento deportivo, pero también en la vida, con sus exigencias diarias. Por eso, este libro está diseñado para todos aquellos que deseen mejorar su calidad de entrenamiento y para todos aquellos que anhelan y precisan modificar el modo en el que trabajan, gestionan la presión y las exigencias de su profesión. Francisco Vanoni -instructor de mindfulness desde hace años- propone al lector atreverse a ir, poco a poco y momento a momento, adentrándose en las profundidades de la mente, el cuerpo y el espíritu para vivir mejor y disfrutar más el juego que hayamos elegido jugar.

Mindfulness en movimiento

The Power of Positive Relationships

Un nuevo modo de vivir el trabajo y mirar el futuro

Emprender hasta los 90

Reach New Levels of Career Success Using the Power of Your Subconscious Mind

Putting the Power of Your Subconscious Mind to Work

El juego sagrado

Un Hombre, Un Entrenador, Un Sueo Carlos N. Correa, un entrenador, orador inspiracional y estudioso de la condicin humana, nos muestra con un inusual talento, como un hombre que experimenta un alto riesgo de perder su vida, y que vive con un exagerado sobrepeso, logra responder satisfactoriamente al entrenamiento que l le proporciona, eliminando pensamientos negativos; miedo, inseguridad y frustracin, para vencer de ste modo el desafio de perder peso, salvar su vida, cambiarla para siempre y hacer su sueo una

realidad. *Un Hombre, Un Entrenador, Un Sueo*, es el primero dentro de una serie y nos brinda las herramientas, experiencia, sabidura, esperanza e inspiracin para animarnos en los momentos ms desafiantes que encontramos en nuestra bsqueda de perder peso natural y saludablemente. Si usted tiene 5 kilos, 50 kilos o ms que quiere rebajar, este programa y entrenamiento tambien puede funcionar para usted, consultando antes a su mdico. Este libro pretende guiar al lector en la ardua tarea de descubrirse, de entender el porqué de sus obstáculos, de comprender cuáles son las llaves para esas puertas que no quieren abrirse. En fin, de reconocer cuál es su verdadero laberinto y, en consecuencia, empezar a tomar conciencia de cómo atravesarlo. ¿Qué nos lleva a sentirnos imposibilitados de ser felices? Siempre habrá problemas en la vida que nos toque transitar; son parte del camino, es habitual cruzarse con ellos. Sin embargo, según el modo en que los abordemos, podrán conformar un agobiante laberinto por el que deambularemos extraviados, ignorantes de quiénes somos y de cuáles son las verdaderas causas de nuestros conflictos. O, también, podrían ser nuevos desafíos que lograremos, finalmente, sortear. Con un lenguaje sencillo y sin tecnicismos, este libro viene a revelarnos una clave: cada obstáculo con el que creemos chocar es un espejo y nos trae un enigma para resolver. La salida del laberinto dependerá de que podamos descifrarlo. Daniel Fernández, licenciado en Psicología y autor de estas páginas, recurre a su experiencia como psicoanalista y nos ilustra con casos clínicos reales muchos de esos conflictos que habitan nuestro día a día. Así, cada uno de sus lectores podrá identificarse, reconocerse en ellos y finalmente encontrar las herramientas útiles para generar valiosos cambios a nivel personal.

Un viaje para transformar el miedo en poder

Administracion y calidad / Administration and Quality

En lugar de vivir hablando de lo que pasa

Un líder en vos

Cómo hacer que las cosas pasen

Antologia de La Superacion Personal

Whale Done!