
Silencio Crecimiento Personal

Lejos del Silencio

"Métodos prácticos para el desarrollo personal espiritual, mental y físico "

Unificación personal y experiencia cristiana

Tiempo de ganar

The Friend of the Desert

EL CAMINO HACIA LA PAZ INTERIOR

Descansar, descansar para ser

The Art of Mindfulness

Oportunidades y retos para la enseñanza de las artes, la educación mediática y la ética en la era postdigital.

Juntos pero no atados

En pocas palabras, menos de 100

Habitar el silencio

Meditación para niños

The Silence of the Mind

Invitation to Solitude and Silence

Gotas de vida

Silencio

Daring Greatly

The Rest is Silence

Aprendiendo de los mejores... dentistas. Filosofía para el crecimiento personal y profesional

How to Love

The Seven Spiritual Laws of Success (EasyRead Large Bold Edition)

Hoy decido ser feliz: Conoce tu yo interior y comienza a construir una vida feliz

La caña de pescar

Tentaciones en el seguimiento de Cristo

Biography of Silence

El arte de crecer

Habilidades de comunicación y escucha

Manifiesta tu vida. Una guía para el crecimiento personal

Guía para la formación y crecimiento personal del joven

Negociar

Be Free Where You Are

Cambio climático emocional

Mirror Work

Mantenerse Positivo Está C4br#n

40 Days with the Holy Spirit

Discerniendo Vocaciones a La Vida Apostólica, Contemplativa Y Eremítica

Silence

HERRING HATFIELD

Lejos del Silencio John Hunt Publishing

¡Prepárate para un cambio revolucionario en tu desarrollo personal! Si buscas métodos prácticos y probados para mejorar tu vida espiritual, mental y física, el libro "Métodos Prácticos Para el Desarrollo Personal Espiritual, Mental y Físico" es una joya que no te puedes perder. Originalmente escrito en 1904 por la influyente Elisabeth Towne, este texto ha sido redescubierto y traducido al español en 2024 por Amparo Martín, brindando acceso a una obra clave del Nuevo Pensamiento. El libro es una guía poderosa y detallada que abarca una amplia gama de temas, desde la expansión de la conciencia espiritual hasta técnicas de respiración y ejercicios físicos que armonizan el cuerpo y la mente. Towne presenta el concepto de vivir alineados con la Ley del Ser, que se fundamenta en el amor y el bien absoluto, a través de afirmaciones y prácticas cotidianas que liberan el alma y reafirman el poder del pensamiento positivo. El enfoque práctico de esta obra permite a cualquier persona, independientemente de su experiencia previa, aplicar técnicas simples pero profundas para transformar su vida desde adentro. Uno de los puntos más fascinantes es cómo Towne explica que el éxito no depende del azar, sino de la concentración y la dedicación hacia nuestros objetivos. Con una prosa clara y directa, enseña que vivir una vida saludable, rica y sabia está al alcance de todas las personas si logran alinearse con las leyes universales que rigen el bienestar. Además, incluye ejercicios específicos, como la respiración consciente, que ayudarán a mejorar no solo el estado físico, sino también el equilibrio mental y emocional. Este libro no solo se detiene en el desarrollo individual, sino que también profundiza en la importancia de las relaciones y la forma en que nuestras energías afectan a quienes nos rodean. Cada capítulo ofrece herramientas prácticas para liberar el alma de cargas emocionales y mentales, proporcionando un camino hacia la paz interior y la realización personal. Con un contenido tan rico y relevante incluso en la actualidad, este libro se convierte en una herramienta invaluable para quienes buscan mejorar su vida en todos los aspectos. Desde aprender a tomar decisiones rápidas y acertadas hasta desarrollar una conciencia espiritual más profunda, las enseñanzas de Elisabeth Towne son atemporales y ofrecen una comprensión más amplia de cómo podemos alcanzar nuestras metas más elevadas. ¿Estás lista o listo para dar el siguiente paso hacia una vida de éxito y plenitud? No esperes más y sumérgete en esta obra que ha transformado vidas desde hace más de un siglo. ¡Empieza hoy tu viaje hacia una existencia más consciente y llena de amor!

"Métodos prácticos para el desarrollo personal espiritual, mental y físico " Parallax Press
This compendium of the core teachings of Thich Nhat Hanh, based on a talk given at a prison, shows how mindfulness practice can cultivate freedom no matter where you are. So many of us, inmates and outsiders alike, are in prisons of our own making.... The miracle of mindfulness can free us all
Shepherds town Chronicle....

Unificación personal y experiencia cristiana Editorial AMAT

Nominado al Premio Nobel de la Paz, el maestro budista Thich Nhat Hanh es uno de los líderes

espirituales más reconocidos del mundo. El autor explora el poder del silencio y ofrece consejos prácticos para ayudarnos a encontrar, a través de él, la felicidad, la paz y nuestro propósito vital. Una obra que conjuga profundas reflexiones con ejercicios sencillos, útiles y concisos.

«Aprenderemos a prestar atención, a escuchar activamente y a acallar la mente. El silencio, afirma Thich Nhat Hanh, es la base de la alegría y la satisfacción.» Shambhala Sun «El nuevo título de Hanh es una elegante contribución a la literatura budista contemporánea y uno de los mejores trabajos del autor.» Library Journal La práctica del mindfulness ha sido ensalzada por la medicina y la psicología como una eficaz herramienta para aumentar la autoconciencia y disfrutar de salud y bienestar. Ahora, el maestro zen Thich Nhat Hanh nos guía en el ejercicio del mindfulness mediante un recurso tan accesible como poderoso: el silencio. Vivir en un estado de paz y plenitud no requiere largas horas de meditación. El líder espiritual Thich Nhat Hanh nos muestra cómo un gesto tan sencillo como el silencio puede devenir una poderosa herramienta de conocimiento y armonía. Como una radio que nunca se apaga, nuestro pensamiento siempre está ahí, reviviendo acontecimientos del pasado o proyectando ansiedad y temor hacia el futuro. Pero la mente se puede acallar. Y, cuando lo hace, empezamos a escuchar nuestra propia voz interior. Mediante técnicas basadas en el mindfulness y la respiración, Thich Nhat Hanh nos enseña a cultivar la quietud en el devenir del día a día. Porque solo en silencio descubriremos quiénes somos y cuál es nuestro propósito en la vida, que son las dos claves de la paz y la felicidad.

Tiempo de ganar ReadHowYouWant.com

Significa mucho para mí tener el privilegio de compartir con los lectores el mensaje que lleva este libro, porque es lo que he experimentado desde que comencé a ser mi propia observadora y desde que entendí lo que impacta positivamente la vida de un ser humano, despertar su espiritualidad y cambiar la forma de ver y percibir la vida. Son muchas las bendiciones que se han venido manifestando en mí, de una forma tan sencilla y fluida que en verdad es como magia. No dejo de reconocer que el camino a veces no ha sido fácil de recorrer, pero nunca más difícil de lo que fue antes de conocer esta verdad del poder interior que tenemos para crear y construir una existencia feliz.

The Friend of the Desert Grupo Nelson

El mundo avanza de forma rápida a nivel tecnológico y de conocimientos, pero, como personas y sociedad, no evolucionamos con igual rapidez en los campos emocional y ético. Sigue habiendo un gran abismo entre la dimensión intelectual y la emocional, entre lo que sabemos y lo que hacemos, entre la teoría y la práctica, entre la estética y la ética. [...] La falta de equidad y la desigualdad son las semillas que causan los brotes de una violencia que ya estamos padeciendo y que afecta al equilibrio de la cadena de la vida y al futuro de las nuevas generaciones. Por este motivo, nos preguntamos: ● ¿Educamos adecuadamente a la nueva generación de humanos para que esté en condiciones de dar respuesta a estos retos que se avecinan? ● ¿Tendrán los recursos necesarios para afrontar los grandes cambios y superar las crisis que se les presenten? ● ¿Dispondrán de suficiente fortaleza emocional para buscar soluciones en común y no desistir de la vida a pesar de los problemas que se les presenten? "Cambio climático emocional" es una obra indispensable para

entender y dar respuesta a los síntomas de desequilibrio emocional provocados por una vida poco acorde con las auténticas necesidades humanas. Un libro repleto de nuevos conceptos como:

#DesobedienciaEmocional #Ecoansiedad #Ecobondad #Generativity

#GlobalizaciónDeLaIndiferencia #IncomodidadConstitutiva #Neuroderechos #Share #Solastalgia

#Transhumanismo, y muchos otros, a los que deberemos prestar mucha atención.

EL CAMINO HACIA LA PAZ INTERIOR Juan Higuera M.

¡Sumérgete en un viaje transformador hacia la paz interior! En un mundo acelerado y abrumador, este libro es tu guía esencial para encontrar la serenidad y el equilibrio en medio del caos. Con sabiduría y empatía, te lleva de la mano a través de un viaje personalizado, explorando temas vitales como: - La Importancia de la Paz Interior: Descubre cómo la paz interior no es un lujo, sino una necesidad vital en nuestra búsqueda de una vida plena y significativa. - Mindfulness y Autoconciencia: Aprende a estar presente en el momento y a conectar contigo mismo a un nivel más profundo. - Autocompasión y Autocuidado: Trátate con amabilidad y descubre prácticas de bienestar emocional, como el ejercicio, la alimentación sana y el descanso adecuado. - Superación de Obstáculos y Miedos: Encuentra estrategias para superar creencias autolimitantes y miedos que obstaculizan tu camino hacia la calma emocional. - Conexión Mente-Cuerpo: Explora la relación simbiótica entre el bienestar físico y emocional y cómo el ejercicio, la nutrición y el sueño impactan en tu paz interior. - Abrazar el Silencio y la Quietud: Supera el miedo a la quietud y descubre los beneficios de incorporar momentos de silencio y reflexión en tu vida diaria. Este libro no es solo una lectura; es una experiencia, una invitación a emprender tu propio viaje hacia la paz interior. Con consejos prácticos, técnicas de Mindfulness y una profunda introspección, te guiará hacia una vida más tranquila, equilibrada y plena. ¿Te sientes atrapado en el ajetreo de la vida moderna? ¿Anhelas una conexión más profunda contigo mismo y una mayor tranquilidad en tu vida diaria? "El Camino hacia la Paz Interior" es más que un libro; es tu compañero en este viaje esencial hacia la auténtica felicidad y satisfacción. ¡Da el primer paso hacia una vida más serena y enriquecedora!

Descanser, descansar para ser Editorial AMAT

"En pocas palabras, menos de 100" es una obra esencial. Un libro que invita a la reflexión y al crecimiento personal a través de textos breves e impactantes. Una lectura ideal para aquellos que buscan inspiración y motivación para su día a día. En sus textos encontrarás respuestas y preguntas que te llevarán a una reflexión profunda, a ese lugar donde podemos cambiar paradigmas, resignificar conceptos y darle un nuevo sentido a la vida. Esta obra ofrece herramientas y perspectivas que provocan nuevas formas de pensar, una experiencia única y muy transformadora en la que cada palabra, cada frase, tiene el poder de acercar al lector a una experiencia de vida más plena y significativa. Este es un libro que querrás tener cerca. Un tesoro de conocimiento condensado que induce a la acción y al autodescubrimiento. "En pocas palabras, menos de 100" brinda una experiencia de lectura amena, diferente y creativa. Además, su formato conciso lo hace perfecto para ser disfrutado en cualquier momento y lugar. «Sumérgete en En pocas palabras y deja que cada frase, cada texto, te lleven un paso más cerca de tu mejor versión. Tu viaje de transformación personal está a punto de comenzar.»

The Art of Mindfulness Ibukku LLC

Researcher and thought leader Dr. Brené Brown offers a powerful new vision in *Daring Greatly* that

encourages us to embrace vulnerability and imperfection, to live wholeheartedly and courageously. 'It is not the critic who counts; not the man who points out how the strong man stumbles, or where the doer of deeds could have done them better. The credit belongs to the man who is actually in the arena, whose face is marred by dust and sweat and blood; who strives valiantly; . . . who at best knows in the end the triumph of high achievement, and who at worst, if he fails, at least fails while daring greatly' -Theodore Roosevelt Every time we are introduced to someone new, try to be creative, or start a difficult conversation, we take a risk. We feel uncertain and exposed. We feel vulnerable. Most of us try to fight those feelings - we strive to appear perfect. Challenging everything we think we know about vulnerability, Dr. Brené Brown dispels the widely accepted myth that it's a weakness. She argues that vulnerability is in fact a strength, and when we shut ourselves off from revealing our true selves we grow distanced from the things that bring purpose and meaning to our lives. *Daring Greatly* is the culmination of 12 years of groundbreaking social research, across the home, relationships, work, and parenting. It is an invitation to be courageous; to show up and let ourselves be seen, even when there are no guarantees. This is vulnerability. This is daring greatly. 'Brilliantly insightful. I can't stop thinking about this book' -Gretchen Rubin Brené Brown, Ph.D., LMSW is a #1 New York Times bestselling author and a research professor at the University of Houston Graduate College of Social Work. Her groundbreaking work was featured on Oprah Winfrey's Super Soul Sunday, NPR, and CNN. Her TED talk is one of the most watched TED talks of all time. Brené is also the author of *The Gifts of Imperfection* and *I Thought It Was Just Me (but it isn't)*.

Oportunidades y retos para la enseñanza de las artes, la educación mediática y la ética en la era postdigital. Plataforma

Frente a la consideración de la tentación en un sentido negativo, la tentación se presenta en esta obra como una señal, una alerta, una llamada de atención, que incluso puede ser positiva en cuanto que nos abre los ojos. La tentación es una "provocación" a la libertad, a tomar el timón de la vida en las propias manos para hacer la travesía afrontando vientos y corrientes adversas, sabiendo que, aunque parezca que estamos solos, Jesús está con nosotros en la popa de nuestra nave y compartiendo nuestro camino. El propósito de estas páginas no es especulativo ni teórico, sino pastoral: mostrar una serie de actitudes y de situaciones que pueden aparecer en el camino del seguimiento del Señor, tergiversándolo o haciéndolo peligrar. No están pensadas ni dirigidas solo a grupos "selectos" de cristianos, sino también a cristianos "de a pie", de bastón y mochila, que con la palabra de Dios como "lámpara" y hoja de ruta, quieren adentrarse en la senda del seguimiento.

Juntos pero no atados Editorial Milenio

¿Cómo conseguir que nuestros hijos se concentren? ¿De qué modo podemos combatir el estrés de los más pequeños? ¿Qué podemos hacer para que los niños sepan gestionar mejor sus emociones? Luis López nos propone un instrumento imprescindible: iniciar a los más pequeños en la práctica de la meditación y el mindfulness. Dirigido tanto a padres como a psicólogos y educadores, el libro contiene ejercicios sencillos y divertidos para que el pequeño tome conciencia de su respiración, sus sensaciones, sus sentimientos y sus pensamientos, y descubra cómo construir un lugar de paz en su interior. Los niños que practican habitualmente la meditación son menos impulsivos, ponen distancia entre sus pensamientos y sus emociones y conservan la calma ante situaciones

estresantes. También desarrollan la empatía y la compasión hacia ellos mismos y hacia los demás, disfrutan de una mente más clara y mejoran su capacidad de concentración y la calidad de sus decisiones. Meditación para niños nos enseña a guiar a nuestros hijos, desde los primeros años, en una apasionante aventura que les ayudará a encontrar la paz y la serenidad en todas las facetas de su vida.

En pocas palabras, menos de 100 Entrelíneas Editores

Habitar el silencio es un desafío apasionante, una aventura arriesgada. Como toda aventura en tierra desconocida genera miedos, inseguridad y mil excusas para no llevarla a cabo. Sin embargo, cuando nos atrevemos a introducirnos en el silencio, se abre para nosotros un mundo maravilloso. Primeramente descubrimos que el silencio está habitado por mil diversas cosas que pueblan ese espacio interior de cada cual, del que surgen nuestros sentimientos, estados de ánimo, pensamientos, deseos, imágenes, recuerdos y tantas cosas más. Tanto que, al poco de entrar en el silencio, nos percatamos de que está lleno de ruidos. Y que, si queremos habitar el silencio, antes debemos hacer espacio, vaciarnos, desalojar aquello que nos impide aquietarnos, serenarnos, transparentarnos y comenzar a ver y oír, a distinguir y poner nombre, reconocer y amigarnos con todo lo que allí va apareciendo. Porque no todo lo que aparece en el silencio es agradable.

Habitar el silencio EDICIONES URANO

Unificarse personalmente y saber vivir y orar con la sabiduría del corazón es el itinerario que este libro pretende esbozar a la luz del Espíritu de Jesús. Ofrecido a los creyentes y a las personas en búsqueda de una espiritualidad profunda, estas páginas trazan una psicopedagogía de la oración que integre la persona y aúne la experiencia de Dios con el compromiso liberador del amor solidario. Un libro de oración en el que, desde la vida, dialogan Psicología y Fe. Una modesta ayuda, en el crecimiento personal y relacional, para aprender a cultivar la oración en su dimensión de misterio amoroso y salud psicosocial. Dirigido a aquellas personas que, con un corazón lúcido, desean ayudar a otros a aprender a orar y vivir coherentemente. Sacerdotes, religiosos, catequistas, laicos, mujeres y hombres con espíritu que comparten su experiencia personal clarificando caminos de oración y vida cristiana. Grupos y comunidades que, con sus diferentes lenguajes y carismas, se abren, poniendo sanas bases antropológicas, al Dios que nos habita y evangeliza, en un servicio testimonial y profético a nuestro mundo. JOSÉ A. GARCÍA-MONGE, SJ, psicólogo, es profesor de Técnicas terapéuticas en la Facultad de Psicología de la Universidad Pontificia Comillas, Madrid, donde coordina el Master de formación de psicoterapeutas. Es también profesor de Psicología de la Religión en la Facultad de Teología de la citada Universidad. Entre otras obras, es autor de "Treinta palabras para la madurez" (Desclée, 7a ed.), Camino de Santiago: Viaje al interior de ti mismo y, en colaboración, Relatos para el crecimiento personal (Desclée, 4a ed.) y Catorce aprendizajes vitales (Desclée, 6a ed.).

Meditación para niños Granta Books

As the adults sit down to gossip over a long wedding lunch and the rest of the children rush off to play, a young boy slips out of sight beneath the table. Tommy is twelve years old but his weak heart prevents him from joining his cousins' games, so he sets his MP3 player to record the voices chattering above him. But then the conversation turns to his mother's death and he overhears something he was never meant to know: that she didn't die of an illness, but took her own life.

Confused and hurt, Tommy keeps what he has learned to himself and begins his own secret investigation into what really happened. At the same time, his father and stepmother have problems of their own to contend with. Juan is racked by private grief and guilt after the death of one of his patients, and Alma, his second wife, senses an increasing distance in their marriage and gradually finds herself drawn back towards an old flame. As all three withdraw into their own worlds, leaving more and more unsaid between them, their family story moves inexorably, affectingly towards its devastating conclusion.

The Silence of the Mind Charisma Media

En este libro se plantea una visión renovada del sentido y modo de gestionar el descanso en una sociedad caracterizada por la velocidad, la tensión, el estrés, la fatiga, el cansancio y la prisa. Su lectura es una invitación a investigar y ahondar en el propio descanso. Descansar es la acción de descansar para ser. A través de ella, la persona puede recuperar su centro, retornar a su identidad más profunda, renovar su materia-energía y reavivar su espíritu para ser devuelta al mundo con una nueva calidad de presencia. Aunque versa sobre el descanso, éste no es un libro para dormir sino para despertar. Despertar a una nueva comprensión del papel nuclear del descanso en una vida más humana, saludable y gozosa. Despertar a una reconsideración del descanso, no como lujo sino como necesidad y no sólo como derecho sino también como obligación con el propio cuerpo y con el resto del mundo, al tiempo que como necesidad política y urgencia cósmica. Se aborda el descanso siguiendo los latidos y rasgos específicos de cada una de las cuatro estaciones del año. Asimismo se incluye la descripción de un buen número de ejercicios y experiencias de descanso, en las que se reconoce y promueve el silencio como su expresión más relevante y significativa. José M^a Toro (Lora del Río, 1961) es maestro de enseñanza primaria, actualmente en excedencia voluntaria y dedicado a tareas de formación de diversos colectivos, especialmente en el ámbito de la educación y en el sanitario. Ha dictado numerosas conferencias y seminarios así como cursos específicos y ponencias en buena parte de las ciudades y universidades de nuestro país. Su libro Educar con Co-razón, publicado por esta misma editorial y traducido ya al portugués, está conmocionando los espacios educativos y es lectura obligada en varias Facultades de Ciencias de la Educación y Escuelas de Magisterio. Es autor también de los libros La Vida Maestra y La Sabiduría de Vivir.

Invitation to Solitude and Silence InterVarsity Press

Hay pocos libros en el mundo que todos deberíamos leer. Éste es uno de ellos. Con ejemplos prácticos y pasos concretos, nos revela un sistema que puede ayudarnos a convertirnos en personas de alto rendimiento en el trabajo, en los negocios y en el ámbito personal. El método timing funciona. Se conforma de 8 procesos que, en buenas manos, pueden valer una fortuna. Es la esencia de las mejores asesorías para equipos que deseen lograr resultados sobresalientes. Le será de gran utilidad tanto al trabajador técnico como a los mandos intermedios y a los altos ejecutivos de cualquier compañía. De hecho funciona para todo ser humano y empresa que quiera comenzar a ganar... ¡Ganar clientes, dinero, posicionamiento, prestigio, relaciones, oportunidades! ¿Por qué a algunos individuos y negocios les va siempre bien mientras a otros parece que las crisis los persiguen? Aquí, el lector hallará respuestas y propuestas. ¡Ocho semanas (o pasos) para alcanzar los más altos niveles de rendimiento y productividad personal! "Creo en momentos que cambian destinos; en reflexiones que impactan la mente y nos llevan a propiciar grandes hechos. Te invito a

buscar esos momentos y reflexiones. Porque ya basta de perder. Es tiempo de ganar". Carlos Cuauhtémoc Sánchez

Gotas de vida Vive Virtual

Deepak Chopra's #1 bestselling audio offers life-altering guidance on the attainment of success, distilled into seven simple, powerful principles that you can easily apply to your life.

Silencio Editorial San Pablo

AN ESSENTIAL SELF-CARE GUIDEBOOK FROM THE NEW YORK TIMES BESTSELLING AUTHOR OF YOU CAN HEAL YOUR LIFE LOUISE HAY'S 21 DAY SIGNATURE DAILY PRACTICE FOR LEARNING HOW TO LOVE YOURSELF BASED ON HER MOST POPULAR VIDEO COURSE, LOVING YOURSELF Mirror work has long been Louise Hay's favorite method for cultivating a deeper relationship with yourself, and leading a more peaceful and meaningful life. Mirror work—looking at oneself in a mirror and repeating positive affirmations—was Louise's powerful method for learning to love oneself and experience the world as a safe and loving place. Each of the 21 days is organized around a theme, such as monitoring self-talk, overcoming fear, releasing anger, healing relationships, forgiving self and others, receiving prosperity, and living stress-free. The daily program involves an exercise in front of the mirror, positive affirmations, journaling, an inspiring Heart Thought to ponder, and a guided meditation. Packed with practical guidance and support, presented in Louise's warmly personal words, MIRROR WORK—or Mirror Play, as she likes to call it—is designed to help you: • Learn a deeper level of self-care • Gain confidence in their own inner guidance system • Develop awareness of their soul gifts • Overcome resistance to change • Boost self-esteem • Cultivate love and compassion in their relationships with self and others In just three weeks, you will establish the practice of Mirror Work as a tool for personal growth and self-care, and a path to a full, rich life. CHAPTERS INCLUDE: • Loving Yourself • Making Your Mirror Your Friend • Monitoring Your Self-Talk • Letting Go of Your Past • Building Your Self-Esteem • Releasing Your Inner Critic • Loving Your Inner Child • Loving Your Body, Healing Your Pain • Feeling Good, Releasing Your Anger • Overcoming Your Fear • Starting Your Day with Love • Forgiving Yourself and Those Who Have Hurt You • Healing Your Relationships • Living Stress Free • Receiving Your Prosperity "Mirror work—looking deeply into your eyes and repeating affirmations—is the most effective method I've found for learning to love yourself and see the world as a safe and loving place. I have been teaching people how to do mirror work for as long as I have been teaching affirmations. The most powerful affirmations are those you say out loud when you are in front of your mirror. The mirror reflects back to you the feelings you have about yourself. The more you use mirrors for complimenting yourself, approving of yourself, and supporting yourself during difficult times, the deeper and more enjoyable your relationship with yourself will become." Love, Louise Hay

Daring Greatly Harper Collins

David Corona ha sido miembro del Grupo de Intervención de la Gendarmería Nacional (GIGN), los

geos franceses, listos para el combate o para volar en helicóptero a 220 km/hora sobre una autopista. Pero Corona es un caso especial en este cuerpo de élite. Siempre ha creído en el poder del diálogo, de las sensaciones, de las vacilaciones, de la emoción desgarradora, vívida... Situaciones peligrosas frente a un hombre atrincherado en su casa, arma en mano, durante un ataque terrorista, durante un asalto, en un pueblecito, en un calabozo, detrás de la puerta de un apartamento. Es el negociador del GIGN. El que tal vez, gracias a las palabras, a la confianza en la humanidad, evitará los tiros y la lucha. O tal vez no... Aquí se narra un recorrido vital con sencillez y convicción. Cómo endureces tu cuerpo en agua helada, cómo aprendes a pelear con las manos desnudas, con un cuchillo, con un rifle de larga distancia. Pero también cómo se trabaja en equipo, solidariamente, cómo se construye un grupo unido. Finalmente, cómo se desarrolla la mirada, la concentración, la atención al máximo en un mundo disperso. A esta formación clásica, David Corona suma un trabajo personal. Aficionado a la psicología, descubrió otros enfoques: la meditación, la hipnosis, el trabajo en profundidad, unas herramientas que explica aquí y que hoy le permiten ayudar con éxito a todo aquél que quiera mejorar sus resultados en deportes, negociaciones de todo tipo, eficiencia o cohesión de equipos. En definitiva un libro que también es un manual para el desarrollo personal en estos tiempos inciertos. No un puño de hierro en guante de terciopelo, sino una mano humana que cree en la complejidad y belleza del ser humano.

The Rest is Silence ReadHowYouWant.com

Libro de no ficción de la ilustradora Nicol Sepúlveda, más conocida como @lavidadenicol Manifestar no solo se trata de creer que merecemos algo y que lo conseguiremos pensándolo varias veces al día, sino también de adentrarse en un camino de crecimiento espiritual para que cambiemos las creencias limitantes que nos frenan día a día, nuestra posición de víctimas ante distintos eventos de la vida y, sobre todo, conocernos en todas las esferas de nuestra intimidad para así generar los cambios que deseamos. En un mundo donde predominan la inmediatez y la exigencia de la productividad, Nicol Sepúlveda nos invita a realizar cambios desde el crecimiento personal para manifestar nuestros deseos de manera consciente y realista a través de distintas técnicas de manifestación.

[Aprendiendo de los mejores... dentistas. Filosofía para el crecimiento personal y profesional](#) Xlibris Corporation

Este es el primer libro de una trilogía dedicada a las relaciones familiares bajo el lema "De la familia obligada a la familia escogida". Juntos per no atados aborda el tema de la pareja y aplica la Ecología Emocional como camino hacia una relación amorosa más armónica y equilibrada. Los autores han partido de la revisión de los tópicos románticos al uso para llegar a la conclusión de que el amor eterno sólo existe si la pareja trabaja para que así sea. El mito del alma gemela, la teoría del rechazo, la infidelidad, el sexo, las relaciones abiertas, la convivencia sin matrimonio... son algunos de los temas analizados a fondo desde una perspectiva sencilla, emotiva y didáctica hasta llega a crear una auténtica guía para la pareja del siglo XXI.

Best Sellers - Books :

- [Lessons In Chemistry: A Novel By Bonnie Garmus](#)
- [The Wager: A Tale Of Shipwreck, Mutiny And Murder](#)

- [Beyond The Story: 10-year Record Of Bts](#)
- [Things We Never Got Over \(knockemout\)](#)
- [To Kill A Mockingbird](#)
- [Meditations: A New Translation By Marcus Aurelius](#)
- [Hello Beautiful \(oprah's Book Club\): A Novel By Ann Napolitano](#)
- [Icebreaker: A Novel \(the Maple Hills Series\)](#)
- [The Collector: A Novel](#)
- [Rich Dad Poor Dad: What The Rich Teach Their Kids About Money That The Poor And Middle Class Do Not!](#)