



LOS 5 MEJORES LIBROS DE AUTOAYUDA

PARALIA COMUNICA



MGR 4°C
PARALIA COMUNICA

LOS 5 MEJORES LIBROS DE AUTOAYUDA

1-Poder sin límites, de Tony Robbins 1

Las gafas de la felicidad descubre tu fortaleza emocional 2

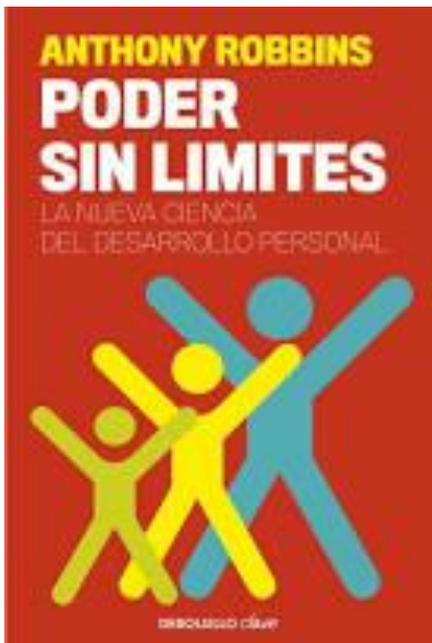
3-FELICES : LA FELICIDAD A TU MANERA..... 3

4-Fuertes , libres y nómadas:Propuestas para vivir en tiempos extraordinarios Elsa Punsent 4

5-Inteligencia emocional Lucrecia Persico Lamas..... 5

1-Poder sin límites, de Tony Robbins

[PODER SIN LÍMITES de ANTHONY ROBBINS | Casa del Libro](#)



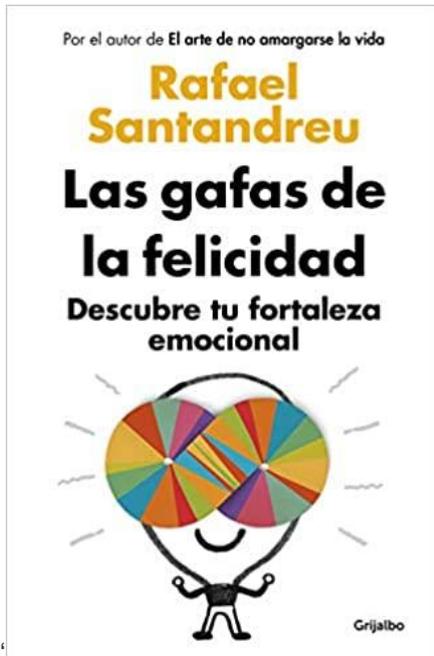
RESUMEN

Esta sencilla máxima muestra elocuentemente la teoría básica de este libro: el problema esencial del desarrollo personal no está en las circunstancias, sino en nuestra actitud vital.

Solemos pedirle a la vida un precio bajo, limitando nuestras ambiciones, siendo presas de la frustración o el miedo de ir más allá. Y esta actitud negativa es lo que *Poder sin límites* ayuda a combatir enseñándonos el poder oculto del cerebro, los mecanismos correctos de relación interpersonal e incluso hábitos alimentarios adecuados para proporcionarnos el sistema de creencias y la sólida confianza en nosotros mismos que nos permitirán alcanzar el éxito.

2-Las gafas de la felicidad descubre tu fortaleza emocional

[LAS GAFAS DE LA FELICIDAD. DESCUBRE TU FORTALEZA EMOCIONAL de RAFAEL SANTANDREU | Casa del Libro](#)

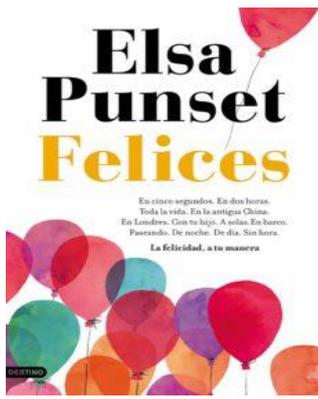


RESUMEN:

Rafael Santandreu es uno de los psicólogos más prestigiosos de España. Está especializado en ayudar a las personas a desarrollar su fortaleza emocional. A través de su método miles de personas han conseguido perder sus miedos de forma permanente. Ahora te toca a ti descubrir las lentes que te enseñarán a graduar tu corazón y tu mente. ¡Ponte las gafas de la felicidad!

3-FELICES : LA FELICIDAD A TU MANERA

[FELICES: LA FELICIDAD A TU MANERA | ELSA PUNSET | Comprar libro 9788423352982 \(casadellibro.com\)](#)



RESUMEN:

En cinco segundos. En dos horas. Toda la vida. En la antigua China. En Londres. Con tu hijo. A solas. En barco. Paseando. De noche. De día. Sin hora. La felicidad, a tu manera.

Una fantástica mezcla entre inspiración y conocimiento nos acerca a la felicidad a través de un gran viaje. Con una calidez excepcional, este libro consigue dar herramientas al lector para llegar a la felicidad a través de la sabiduría que ha ido acumulando la humanidad a lo largo de los siglos y a lo ancho del mundo. Un libro abierto y vital que nos invita a hacer un viaje fascinante y nos da mil y una posibilidades para que cada uno encuentre su propia manera de sentirse bien.

La autora emprende el viaje primero a través de las civilizaciones perdidas del mundo. ¿Qué hacían los antiguos griegos o los romanos para sentirse mejor? Nos sumerge también en la herencia de amor que nos han legado los grandes poetas, artistas, científicos y otros sabios de nuestros días, a través de los cuales podremos aprender a conocernos mejor a nosotros mismos. Sin olvidar las importantes lecciones de vida que podemos aprender viajando por el mundo: cada parte del planeta esconde sabiduría, y conocerla es tener maneras diferentes de mejorar nuestro día a día.

4-Fuertes , libres y nómadas:Propuestas para vivir en tiempos

extraordinarios Elsa Punset

[FUERTES, LIBRES Y NOMADAS:\(FIRMADO POR EL AUTOR\) | ELSA PUNSET | Comprar libro 2910023622494](#)

casadellibro.com



RESUMEN:

¿Cómo podemos desprendernos de aquello que nos produce malestar?

Elsa Punset nos propone pequeños cambios en nuestro día a día para sentirnos mejor con nosotros mismos y con nuestro entorno.

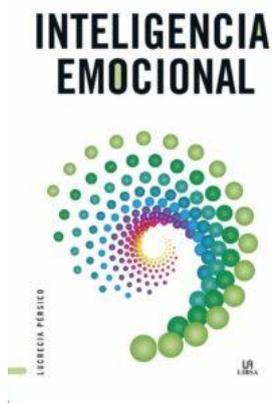
Tenemos la sensación colectiva de estar viviendo algo excepcional, pero no es el mundo el que ha cambiado, somos nosotros. Detrás del muro impenetrable que los humanos habíamos construido, estamos redescubriendo otro modo de vivir, otra realidad.

Nos hallamos frente a una inmensa oportunidad de reinventarnos y de contribuir a cambios personales y colectivos únicos. ¿Qué puede frenarnos? ¿Cómo formar parte del cambio y de la solución? Con el anhelo de inspirar, Elsa Punset nos presenta propuestas prácticas centradas en la importancia de desarrollar hábitos de optimismo inteligente, en potenciar nuestra creatividad y en relacionarnos de manera sana con la tecnología y con los demás;

en definitiva: en cómo podemos transformar nuestras vidas, y con ellas nuestro planeta estresado, desde gestos y actitudes cotidianos que nos ayuden a comprendernos y dar lo mejor de nuestra humanidad.

5-Inteligencia emocional Lucrecia Persico Lamas

[INTELIGENCIA EMOCIONAL de LUCRECIA PERSICO LAMAS | Casa del Libro](#)

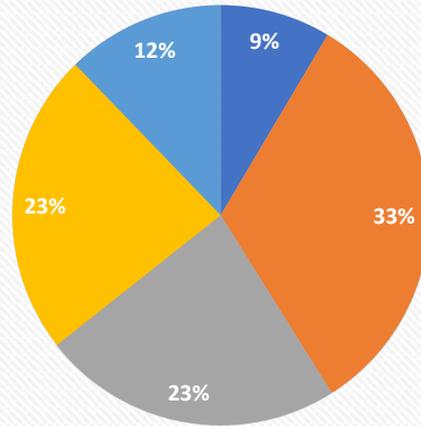


RESUMEN:

Teniendo en cuenta que el 80% del éxito personal o profesional está relacionado con la inteligencia emocional, llama la atención lo poco que se ha tratado este tema hasta hace apenas unos años. Con la teoría de las múltiples inteligencias se dio el pistoletazo de salida de un nuevo pensamiento, dejando de encasillar como inteligentes solo a las personas con aptitudes lógico-matemáticas o lingüísticas y abriendo mucho más el abanico hacia otras capacidades y, entre ellas, a la llamada inteligencia emocional.

-Poder sin límites, de Tony Robbins	-Las gafas de la felicidad descubre tu fortaleza emocional	-FELICES : LA FELICIDAD A TU MANERA	-Fuertes , libres y nómadas:Propuestas para vivir en tiempos extraordinarios Elsa Punsent	-Inteligencia emocional Lucrecia Persico Lamas
6.60€	25,00€	17.95€	17.95€	9.45€

PRECIOS



- Poder sin límites, de Tony Robbins
- Las gafas de la felicidad descubre tu fortaleza emocional
- FELICES:la felicidad a tu manera
- Fuertes , libres y nómadas :propuestas para vivir en tiempos extraordinariosElsa Punsent
- Inteligencia emocional Lucrecia Persico Lamas

Bibliografía

[Libros e eBooks | Casa del Libro](#)