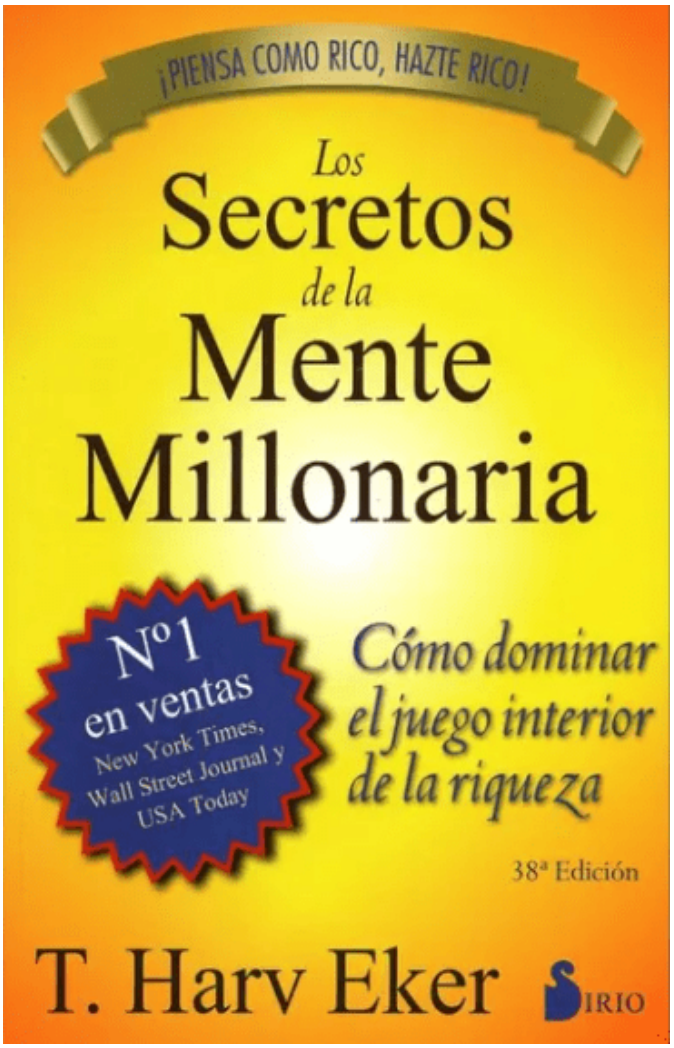
Los Secretos De La Mente Millonaria



¿Quién Debería de Leer “Los Secretos de la mente millonaria ”? ¿Y Por qué?

¿Te has preguntado por qué para cierta gente parece fácil acumular riqueza mientras a otras no?

El autor de Los Secretos de la Mente Millonaria ha ido de cero a convertirse en un millonario en dos años y medio con principios que luego se convirtieron en la base del libro.

«Los Secretos de la Mente Millonaria» es para quien quiera aprender a combinar juegos mentales y sus herramientas para ser realmente rico.

En este libro, Harv crea un modelo por el que la gente se re programan a sí mismos para incrementar significativamente sus ganancias y por ende acumular riqueza.

Acerca de T. Harv Eker

T. Harv Eker es un escritor, orador y empresario canadiense.

Es reconocido por comenzar desde cero y haberse convertido en millonario en menos

de tres años.

El lema de Harv es “hablar el fácil” e invita a la gente a tomar “acciones” para tener éxito.

Es autor de los *best sellers* “Secretos de una Mente millonaria” (2015) y *“Speedwealth”* (1996). También ha desarrollado cursos alrededor de sus teorías sobre la motivación y la riqueza.

Resumen del Libro

Todos tenemos un patrón personal del dinero arraigado en nuestro subconsciente, y es este patrón, más que cualquier otra cosa, lo que determinará nuestra vida financiera.

Puedes saberlo todo sobre mercadotecnia, ventas, negociaciones, acciones, propiedad inmobiliaria y finanzas en general, pero si tu patrón del dinero no está programado para el éxito, nunca tendrás mucho dinero; y si, de algún modo lo consigues, ¡lo perderás con gran facilidad.

Para comprender plenamente los principios de «Los Secretos de la Mente Millonaria», es fundamental explorar los detalles específicos del libro, como los capítulos dedicados a «los archivos secretos» y «cómo piensa» T. Harv Eker.

Estos ofrecen una visión más profunda de las estrategias prácticas para reprogramar nuestra mentalidad financiera.

Además, es útil presentar ejemplos concretos y casos de éxito que muestren cómo individuos han aplicado estas enseñanzas para alcanzar la libertad financiera.

Esto no solo ilustra la efectividad de los métodos de Eker, sino que también inspira a los lectores a implementar estos principios en su vida diaria.

Para aquellos interesados en una lectura más detallada, es importante mencionar las ediciones especiales disponibles y proporcionar información técnica, como el número de páginas y opciones de edición.

Incluir términos de búsqueda específicos, como «dónde puedo leer» o «acciones propiedad», puede ser valioso para los lectores que buscan orientación práctica sobre cómo aplicar estos conocimientos.

Entiende el Modelo Mental de tu Dinero

Todos tenemos pensamientos programados inconscientes, modelos mentales para lidiar con cosas de dinero. Algunos están programados para riqueza mientras otros están programados para la pobreza.

Este modelo mental que usamos para pensar en el dinero viene de las experiencias de nuestra niñez y guía nuestro comportamiento e influencia cuánta riqueza tendremos en el futuro.

De acuerdo con Harv, el ingreso de uno no es muy diferente al nivel que estuvo definido en la niñez.

El subconsciente de uno regula su habilidad de acumular riqueza como un termostato. Si esta muy bajo, entonces cuando esta persona tenga dinero extra, lo gastara.

Si el termostato está puesto en alto, como para una persona rica y hay una pérdida eventual de dinero, entonces lo recupera pronto.

Familias tienen un enfoque positivo o negativo sobre el dinero. Si asimilas el punto de vista de que el dinero es

escaso, posiblemente estás programado para ser pobre.

Es importante entender los modelos para poder separarnos de estos y tener éxito financiero.

Cuando la gente aprende el enfoque positivo y la familia refuerza que el dinero es un medio para alcanzar y ganar cosas, la gente tiende a ganar dinero de verdad.

Esto viene por la motivación de ser libre e independiente por medio de éxito financiero.

Como Nuestros Padres

Además de lo que escuchamos de nuestros padres, nuestro modelo mental también viene de sus actitudes y de como ganaban dinero.

Si cuando eras niño y le pedías dinero a tu mamá ella te dijo que le preguntarás a tu papá, te lleva a pensar que los hombres son responsables por las finanzas y las mujeres no pueden lidiar con dinero. Durante la niñez capturamos la actitud de nuestros padres en nuestro subconsciente.

Es importante ser consciente que es difícil cambiar estas creencias en nuestro modelo mental financiero.

Para cambiar nuestras creencias sobre el dinero, necesitamos entenderlas y por consiguiente cambiar nuestros hábitos.

Antes de Cambiar tu Manera de Pensar, Valora Todo

Aunque tu potencial de crear riqueza depende de tu modelo mental del dinero, lo puedes cambiar pero requiere mucho esfuerzo.

Lo primero es entender de donde vienen tus conceptos sobre el dinero. Necesitas entender como tu subconsciente sabotea tu

búsqueda por la riqueza. Analiza tu programación mental.

Si de niño no pudiste tener algo no refuerces esta creencia en tu edad adulta. Pregúntate: ¿por qué no? pero es importante analizar tu situación financiera.

¿Tienes deudas? ¿tienes suficiente dinero en el banco? entiende la razón de cada una de estas. Reconoce inversiones exitosas y fallidas que has hecho en tu vida.

Una vez que entiendas los trucos que tu cerebro juega contigo, viene el tiempo de superarlos.

Necesitamos reemplazar viejas creencias sobre el dinero y no solo agregar nuevas. Para cambiarlas, debemos encontrar nuestro nuevo modelo mental de riqueza y trabajo para reforzarlo diariamente en nuestras mentes por medio de repetición.

Repite para Vencer

Si quieres arreglar tu modelo mental de riqueza, necesitas repetir constantemente tus nuevas verdades “tengo una mente de un millón de dólares” o “Mientras más dinero gane, mas dinero atrae”.

Necesitas crear un hábito de reforzar ideas positivas. Además necesitas crear hábitos positivos frente a la riqueza.

Si ves un producto que te gusta en oferta, posiblemente lo comprarías. En estas situaciones es de crucial analizar tu mentalidad financiera y pensar si de verdad necesitas ese producto.

Si por ejemplo, tienes deudas, debes afirmar verbalmente que comprar eso sólo hará peor tu situación. Afirmación verbal es la forma más eficiente de programar tu cerebro. Domina tu destino.

Una de las ideas más importantes para ser rico es saber que tu tienes el control de tu destino, no otros.

Tu riqueza no depende del mundo, tu jefe o tu trabajo, depende de ti. Las personas ricas toman control de su vida, mientras las personas pobres tienden a victimizar y dar el control de su riqueza a bancos u otros.

Mientras no te des cuenta de que tu eres el que decide sobre tu éxito financiero, nada cambiara y seguirás siendo pobre.

Para quitar pensamientos victimarios, deberías enlistar tus gastos e inversiones fallidas y entender porque fracasaron.

En lugar de quejarte, enfócate en lo que puedes cambiar. Para de comprar e invierte de forma cautelosa.

Se Positivo

La gente pobre piensa que si eres rico no puedes ser buena persona.

Gente que piensa así tienen miedo de ser ricos. Piensan que alejará a sus amistades y los convertirán en una persona mala.

Para acumular riqueza necesitas superar ideas limitadas sobre el dinero.

Los ricos, ven al dinero de diferente forma. Aprovechan oportunidades y toman riesgos que tienen un alto potencial de retorno.

Dedicate a ti Mismo

Para hacerte rico deberás de verdad querer serlo. No basta con soñarlo, debes desearlo con intensidad y tomar acciones para serlo.

Esto significa sacrificarte, trabajar largas horas y mantenerte enfocado. Verdadera riqueza requiere verdadero

compromiso. También deberás retarle a crecer y evolucionar.

Estudiar finanzas, leyendo sobre inversiones e historias sobre como los ricos hicieron su fortuna es esencial, después de todo mientras más sabes sobre el mundo del financiero más fácil será hacerte rico.

Puedes empezar un negocio o una nueva asociación pero es importante que tomes el primer paso.

Elige un área para explorar con pasión y curiosidad. Puedes empezar desde abajo. Entra a la industria, entiende como funciona, aprende y planea las oportunidades más grandes.

Aspira Alto

Si quieres ser rico, necesitas desafiar tus objetivos. Mientras los pobres quieren pagar sus deudas, los millonarios quieren ser billonarios. Es importante pensar en grande.

Si quieres empezar un negocio, piensa en algo que impacta a miles. También si quieres crear un negocio que te haga rico elige uno que no dependa de tu tiempo y servicio.

Si ganas dinero a cambio de tu dinero, estás en problemas porque el tiempo es sagrado.

Toma el Dinero En Serio

Ganar dinero no es suficiente si quieres ser rico. Necesitas acumularlo y requiere de disciplina e inteligencia. Un gran sueldo no te hará rico por sí solo, necesitas saberlo manejar sabiamente.

Muchos basan su riqueza solo en cuanto ganan cada mes. La manera correcta de medir tu riqueza es analizando tu valor neto, es decir, el valor de todo lo que posees. Debemos enfocarnos en hacer crecer este patrimonio siempre. Para esto, necesitas un plan a largo plazo que busca el balance entre

ingresos, gastos, inversiones y reservas.

Si te es difícil crear uno, no dudes en contratar un asesor financiero para ayudarte.

Otro punto importante es tener una fuente de ingresos pasivos, canales de ganancia que generan dividendos constantes independientemente de tu trabajo.

Estas ganancias pueden venir de inversiones o incluso rentas. Debes poner a trabajar tu dinero para ti, siempre de una forma estratégica.

Una recomendación de T. Harv Eker es que tengas diferentes cuentas bancarias. Lo ideal es que tengas una de inversiones y pongas 10% de tus ingresos en esta.

Además es importante es gastar solo el 50% de tus gastos generales y reservar 10% de tu dinero en lujos y placeres.

Mantén tus gastos al mínimo y no gastes dinero. Si gastas el dinero en compras que te traen gratificación instantánea no serás rico.

Mantén tu Autoestima Alta

Necesitas valorarte y saber cuanto mereces ganar. Los pobres no creen en ellos mismos y esto los lleva más a la pobreza. Cuanto te valores, sabrás como promoverte a ti mismo, tus ideas y tu negocio.

Además de tu valor también debes ser capaz de dirigir.

Como líder, debes encontrar seguidores y tendrás éxito si crees en tus ideas y sabes como venderlas.

Debes descubrir tus fortalezas y usarlas

a tu favor

Para sentirte parte del mundo e los ricos y aumentar tú autoestima necesitas rodearte de riqueza. Asiste a los mismos lugares que van los ricos.

¿Quieres ir a un restaurante caro? usa el 10% de tus ganancias que asignaste para esto.

Siente como es la vida de los ricos para desarrollar tu amor propio, después de todo, si no crees en ti mismo, entonces más difícil será comunicarlo y hacer que la gente lo crea.

¿Te gusto este resumen? Queremos invitarte a descargar nuestra aplicación gratuita 12min , donde podrás encontrar más resúmenes y audiolibros increíbles.

Frases de “Los Secretos de la Mente Millonaria”

Nuestro Análisis Crítico

La forma en que piensas en dinero, riqueza y prosperidad está basada en las creencias con las cuales fuiste programado sobre el dinero en tu mente, en tu niñez. Debes entender como este modelo mental fue formado, cuales son sus limitaciones y trabaja en evolucionar constantemente. También siempre debes reafirmar tu compromiso a la prosperidad y haz lo que puedas para alcanzarlo.

Mi Historia

Sabes casi todo de Barack Obama – hasta lo que no le pasó nunca en su vida.

¿Pero cuánto sabes de Michelle Obama? Bueno, aquí tienes la oportunidad de aprender lo básico:

El resumen de las memorias de Michelle, *Mi Historia*.

¿Quién debería leer “Mi Historia”? ¿Y por qué?

Si quieres aprender más sobre Michelle Obama – y ahondar en la historia de Barack desde otra perspectiva – entonces *Mi*

Historia es el libro para tí.

Ya que es “una memoria íntima, poderosa e inspiradora”, también es una gran lectura para quien quiere un poco de motivación. Especialmente si eres una madre trabajadora que quiere hacer una pequeña diferencia en el mundo.

Acerca de Michelle Obama

Michelle LaVaughn Robinson Obama es una abogada y escritora americana. Además fue Primera Dama de Estados Unidos entre 2009 y 2017.

Nacida en el South Side de Chicago, estudió en la Universidad de Princeton y la Escuela de Leyes de Harvard. Después de graduarse encontró trabajo en Sidney & Austin, donde conoció a Barack Obama.

Abogada culta y activista contra la obesidad y la pobreza, es considerada por muchos como rol modelo para las mujeres.

También publicó American Grown: La historia del huerto de la Casa Blanca y los jardines de toda América.

Resumen del Libro

Protagonista de una vida plena y exitosa, Michelle Obama se ha convertido en una de las mujeres más icónicas y cautivadoras de nuestra era.

En sus memorias, profundamente reflexivas y cautivadoras, Michelle Obama invita al lector a entrar en su mundo relatando las experiencias que han forjado su carácter, desde su infancia en la zona sur de Chicago, hasta los años que vivió en la residencia más famosa del mundo, pasando por su etapa como alta directiva, durante la que tuvo que compaginar la maternidad con la vida profesional.

Haciendo gala de una honestidad a toda prueba y de un ingenio vivaz, describe sus logros y decepciones tanto en la esfera pública como en la privada, y narra sin ambages la historia de su vida, con sus propias palabras y en sus propios términos.

Convirtiéndome En Mí

Michelle Robinson y su familia

Michelle LaVaughn Robinson nació el 17 de enero de 1964, en Chicago. Allí tuvo una infancia feliz. Pero creció viendo los problemas sociales que afectaron a la ciudad y el país en general.

Las protestas en contra de la guerra de Vietnam y la segregación racial eran usuales en las cercanías de su barrio.

En cuanto a su familia, sus padres fueron Fraser Robinson III y Marian Shields Robinson. Y tiene un hermano, Craig, dos años mayor.

En El Ghetto

El South Side de Chicago era un barrio con un 96% de gente blanca en los años 1950s. Sin embargo eso fue cambiando a medida que Michelle creció. Ahí vivió una transición, porque cuando partió a estudiar a la Universidad en 1981 ya era 96% negro. Logró vivir en un lugar racialmente mixto, con lo que eso significa.

Al mismo tiempo, Michelle demostró ser una gran estudiante. Tanto que fue subida de grado, una decisión, motivada por su madre, que influenció mucho en su vida. Así lo piensa aún hoy en día.

Carne de Princeton

Michelle tuvo un gran rendimiento en su high school, siendo una de las mejores de su clase. Pero según los consejeros de su escuela eso no le alcanzaba para ir a Princeton. Y Princeton era su prioridad número uno.

Afortunadamente, usó esos comentarios para motivarse y finalmente pudo entrar en esa Universidad. Ahí, por primera vez en su vida, pudo darse cuenta el significado de la palabra división. Menos del 10% de los estudiantes de Princeton eran negros.

Aunque allí consiguió ser la asistente de Czerny Brasuell. "Una inteligente y bella mujer negra, que tenía de cuatro a cinco ideas a la vez", según describió en el libro.

Conociendo a Barack

Después de terminar en Princeton, Michelle fue a la Escuela de Leyes de Harvard. Tras finalizar sus estudios, volvió a Chicago para trabajar en la firma Sidney & Austin.

Fue allí donde conoció a un tal Barack Obama.

Barack era tan excepcional que en vez de aprender en la compañía terminó enseñando a sus colegas.

Michelle fue asignada para trabajar tres meses a su lado, pero no estaba enamorada de él. En especial, porque fumaba y ella odiaba a los fumadores.

Luego de un tiempo Barack pudo acercarse a ella y, tras el primer beso, "todo fue claro".

Convirtiéndonos En Nosotros

El Test De Craig: Convirtiéndonos en Obama

Antes de casarse, Barack tuvo que pasar una última prueba: La del hermano de Michelle, Craig. Fue en un partido de básquet, donde Craig pudo observar cómo era él a través del juego.

Al final aprobó el examen y en octubre de 1992 dijeron el sí en el altar.

Sin embargo estaban tan ocupados en sus trabajos y proyectos personales que no pudieron disfrutar la luna de miel. “Cansado y estresado”, escribió Barack acerca de esos años. “Teníamos muy poco tiempo para hablar, y mucho menos para el romance”.

La Responsabilidad de la Carrera Política de Barack

Luego del éxito de Barack en el Proyecto VOTE!, un artículo periodístico de Chicago sugirió que fuera a la política. Y eso lo motivó, a pesar de que Michelle lo veía mejor al frente de una ONG.

Pero más grandes son los sueños, más grandes son las responsabilidades.

En una ocasión su hija Malia enfermó en Hawaii y por eso la familia no pudo retornar a Chicago. Barack priorizó permanecer allí en vez de ir a su despacho, algo que generó críticas públicas.

Convirtiéndome en la Primera Dama

Con el tiempo, Barack empezó a faltar a las cenas familiares. Y Michelle le dejó hacerlo. Pero haciéndole prometer que si perdía su elección como Senador dedicaría más a la familia y

menos a la política.

Sin embargo, su competidor Jack Ryan bajó su candidatura por un escándalo sexual y Barack ganó.

Empezó a sonar su nombre para convertirse en el primer Presidente negro de Estados Unidos. Algo que finalmente terminaría sucediendo.

Convirtiéndonos En Más

Siendo la Primera Dama… Y una Madre

En su biografía revela que es más complicado de lo que imaginamos. Por ejemplo, los amigos de Malia y Sasha no podían presentarse sin avisar. Tampoco podían jugar en el patio sin seguridad.

¿El trabajo de Michelle? Encontrar una forma de decirle a sus hijas que la Casa Blanca era ahora su hogar. Entonces, la deberían tratar como tal.

Las Contribuciones de Michelle

Tan pronto que asumió su rol de Primera Dama, Michelle intentó usar su poder para crear un mundo mejor.

A través del programa Let’s Move! enfrentó a la obesidad infantil. Como resultado, 45 millones de chicos ahora comen más sano y 11 son físicamente más activos que una década atrás.

Después consiguió que más de 1 millón de veteranos de guerra y sus esposas obtuvieran un trabajo. Además empoderó a las mujeres jóvenes a tener su educación garantizada.

Estuvimos Ocho Años en el Poder

Mirando hacia atrás, Michelle está satisfecha con lo que ha

logrado junto a Barack en ocho años.

Sin embargo no está feliz con el que llegó a los despachos cuando ellos dejaron su lugar. En especial porque es un hombre que fue escuchado por todo Estados Unidos atacar verbalmente a una mujer. Encima, logró salirse con la suya.

Por ese motivo Michelle habló a favor de Hillary Clinton, antigua contrincante de Barack, en las elecciones presidenciales.

Lecciones Clave de "Mi Historia"

1. Debemos Motivarnos Con Las Situaciones Que Atravesamos
2. Usar El Poder En Pos Del Bien Común
3. El Futuro del País Es Más Importante Que Cualquier Nombre

Debemos Motivarnos Con Las Situaciones Que Atravesamos

A Michelle Obama le dijeron en varias oportunidades que no iba a poder o que no era suficiente. Pero eso no la detuvo.

Como por ejemplo, cuando desde su escuela secundaria le aconsejaron no presentarse en Princeton. Consideraban que no estaba en su nivel. Sin embargo, a través de su esfuerzo e inteligencia, logró hacerlo.

Usar El Poder En Pos Del Bien Común

Michelle utilizó las herramientas que tuvo a su alcance cuando fue Primera Dama. Focalizó su trabajo en ayudar a las minorías.

Con diferentes programas cambió la realidad de chicos obesos, veteranos de guerra y mujeres vulneradas.

El Futuro Del País Es Más Importante Que Cualquier Nombre

La actitud de Michelle en las últimas elecciones dejó en claro sus prioridades como ciudadana. Priorizó el bien de los Estados Unidos, según su punto de vista, hablando a favor de Hillary Clinton.

No importó que Clinton fuera una antigua adversaria de Barack Obama. Había que evitar que Donald Trump ganara poder. Finalmente no alcanzó, pero lo intentó.

¿Te gustó este resumen? Queremos invitarte a descargar nuestra aplicación gratuita 12min App, donde podrás encontrar más resúmenes y audiolibros increíbles.

Frases de “Mi Historia”

Nuestro análisis crítico

Mi Historia de Michelle Obama es todo lo que esperarías de un libro escrito por una Primera Dama. Más aún por la primer Primera Dama afroamericana en la historia de los Estados Unidos.

Y no fue una selección del Oprah Book Club 2.0 2018 por ninguna razón. Ahí al lado de *An American Marriage* de Tayari Jones y *The Sun Does Shine* de Anthony Ray Hinton.

Cándido, bien escrito, atractivo, personal – amarás casi todo sobre *Mi Historia*. Es eso, a menos que seas un fanático

republicano o, de alguna manera, como Trump.

La Semana Laboral de 4 Horas

No hace falta trabajar más

Esta pieza es un libro de autoayuda que intenta cambiar la vida de quien lo lee. Inspirado en la regla Pareto 80/20, sugiere que trabajar más significa vivir menos, y que la felicidad llega cuando hacemos exactamente lo contrario.

Parece una promesa celestial en nuestra vida terrenal, ¿no?

¿Será otra farsa? O quizás sea exactamente lo que dice ser… Tal vez es mejor que lo descubras por ti mismo.

¿Quién debería leer “La semana laboral de 4 horas”? ¿Y por qué?

Es probable que “La semana laboral de 4 horas” sea uno de esos libros que no quieres que se acabe nunca. Cualquier persona con interés en autoconocimiento, desarrollo personal y nuevos conceptos de vida profesional debería leerlo.

El autor plantea ideas imparciales de una forma honesta, dando esperanza al lector frente a la rutina exhaustiva y frustrante del trabajo formal.

Acerca de Timothy Ferriss

La mente detrás de este libro, Timothy Ferr

iss, es un escritory emprendedor estado unidense, nacido el 20 de julio de 1977 en Ea

st Hampton, Nueva York.

Dentro de sus obras más conocidas, y además de la analizada en este resumen, se incluyen “El Cuerpo Perfecto en 4 Horas” y “Armas de Titanes: Los secretos, trucos y costumbres de aquellos que han alcanzado el éxito”.

Por otro lado, Ferriss también es conocido por su podcast, “The Tim Ferriss Show”, que se convirtió en un verdadero éxito, alcanzando más de 300 entrevistas y más de 300 millones de descargas.

Resumen del Libro

Sorprendente y sensacional, este libro cambiará tu vida. Olvídate de la jubilación y deja de aplazar tu vida: no hay ninguna necesidad de esperar y sí un montón de razones no hacerlo, sobre todo en momentos económicamente imprevisibles.

Si tu sueño es dejar de depender de un sueldo, viajar por el mundo a todo tren, ingresar más de 10.000 euros al mes, o simplemente vivir más y trabajar menos, este libro es la brújula que necesitas.

A través de una estructura que cuenta con cuatro etapas, cada una con sus propios subtítulos, el libro presenta un nuevo método de interpretar nuestra vida profesional y también la personal.

El modelo planteado por Ferriss se basa en usar como sigla la palabra “acuerdo” en inglés (“deal”). De esa manera, el autor plantea su teoría:

- D de Definición: define tus objetivos, decide qué es importante para ti.
- E de Eliminación: elimina las distracciones. Enfócate en el 20% de las cosas que es importante e ignora el 80% que no lo es. Aprende a decir “no”.
- A de Automatización: desarrolla un negocio que pueda generar dinero por su propia cuenta.
- L de Liberación: libérate de las expectativas tradicionales. Diseña un trabajo que te dé libertad para viajar.

Tiempo + Movilidad = Nueva riqueza

La verdadera riqueza no viene sólo del dinero, sino también del tiempo y la movilidad. Tim llama a aquellos que dominan este concepto como los “nuevos ricos”.

Una de las principales verdades que expresa este libro es que las personas no quieren necesariamente ser millonarios, pero sí sueñan con vivir las experiencias que puede tener un millonario.

La prioridad está puesta en tener un estilo de vida con tiempo y libertad, sin la necesidad de tener millones de dólares en el banco.

Claramente, lograr esto depende de cuánto te esfuerces por generar este estilo de vida. Debes seguir tus propias reglas y siempre soñar en grande.

D de Definición

Ser parte de los “nuevos ricos” no quiere decir trabajar para comprar cosas que no necesitas. Significa no atrasar tus sueños y tener una mentalidad enfocada en cumplir objetivos.

Requiere que reprogrames la manera en que enfrentas la vida, que adquieras una nueva actitud. Para esto, Ferriss da algunos consejos puntuales.

1. Hazlo ahora: no dejes para mañana lo que puedes hacer hoy. Mientras la mentalidad tradicional añora jubilarse joven, tú debes desear tener nuevas aventuras constantemente, junto con pequeños retiros planificados a lo largo de tu vida.
2. Escapa de lo convencional: para obtener resultados diferentes a la mayoría, debes tomar un enfoque diferente. Por ejemplo, hacer menos y ser perezoso no son lo mismo. Si bien la sociedad actual valora

demasiado el sacrificio, la prioridad la deben tener los resultados.

3. Supera tus miedos: necesitas entender cuáles son y preguntarte “¿qué es lo peor que puede pasar?”. Luego, crea un plan para enfrentarlos y recuperarte si se hacen realidad. También puedes enumerar los beneficios que tendrías si superas cada miedo. La idea es que entiendas el impacto que puede tener una vida donde sigues adelante a pesar de tus inseguridades.
4. Define una nueva realidad: la manera en que nos definimos suele ser traicionera, nos hace pensar que sólo podemos tener una parte de lo que ambicionamos y no todo. Planifica dónde quieres estar dentro de seis meses y dónde en un año, y toma acción ahora mismo para cumplir tus sueños.

E de Eliminación

El próximo paso es enfocarte en lo importante y eliminar lo demás. Tu tiempo será mejor gastado si lo dedicas a tareas importantes que te acerquen a tus objetivos.

Usa el principio de Pareto (también llamado la regla 80/20) que dice que, en la mayoría de las situaciones, el 20% del trabajo produce el 80% de los resultados.

Lo siguiente es eliminar lo innecesario. Deshazte de e-mails, llamadas y reuniones sin sentido. Desactiva tus notificaciones y limítate a revisar tu e-mail algunas veces al día. Recuerda: una reunión sólo es importante cuando se necesita tomar una decisión que implica a varias personas.

A de Automatización

Para trabajar pocas horas por semana, necesitas una fuente de ingresos automáticos. Algo que puede ayudarte es hacer que otras personas trabajen para ti, invirtiendo su tiempo en

lugar del tuyo.

Una manera de lograr esto es subcontratando empleados para las tareas operativas de tu negocio. Trabajando con especialistas, no será necesario que te involucres al 100%. Delega responsabilidades que consuman tiempo y que generen resultados definibles.

Luego, con más tiempo en tus manos, es momento de intentar nuevas ideas y crear nuevas fuentes de ingresos. Necesitarás un producto, ya sea existente u original. Aunque es recomendable que, antes de venderlo, analices si existe una base de clientes potenciales lo suficientemente grande para que el negocio sea rentable.

L de Liberación

Una vez que tienes un producto lucrativo, el desafío pasa por desligarte de varias responsabilidades. Esto te dará la independencia para vivir tus sueños y disfrutar de tu

movilidad.

Es fundamental que conozcas los procesos de tu negocio para poder capacitar a tu personal subcontratado. Asegura que exista una buena comunicación y bríndales autonomía.

En cuanto a viajar, Ferriss recomienda que dividas los años que tendrías en un hipotético retiro en períodos de seis meses a lo largo de tu vida. No pienses en las vacaciones como un escape de tu rutina, sino como un retiro para conocer el mundo.

Notas finales

Deja atrás la jornada de trabajo convencional de 9 a 17 y su eterno camino hacia la jubilación.

Debes redefinirte para vivir el presente, y necesitas saber que es posible crear desde cero el estilo de vida que tú quieres vivir.

Escapa de la mediocridad si no quieres tener una vida mediocre, enfócate en hacer cosas que valgan la pena. Después de todo, en la cima hay menos competencia.

Lecciones clave de “La semana laboral de 4 horas”

1. Enfócate en tus fortalezas
2. Escapa de lo convencional
3. Más vida con menos trabajo

Enfócate en tus fortalezas

Es mucho más lucrativo y divertido aprovechar tus fortalezas en lugar de intentar arreglar todas tus debilidades.

La elección parece estar entre multiplicar resultados usando tus puntos fuertes o mejorar tus debilidades que, en el mejor de los casos, apenas serán mediocres.

Escapa de lo convencional

Entiende el "mito del retiro": el concepto de la jubilación refuerza la idea de que las personas no disfrutan lo que hacen y quieren dejarlo. Entonces, si consigues dedicarte a algo que disfrutas y guardar tiempo para ti, ¿qué sentido tiene jubilarse?

Además, no debes pedir el permiso ni la aprobación de nadie para intentar cosas nuevas. Y, como ya fue mencionado, es importante que dejes un tiempo libre para hacer lo que tú quieras. No lo uses sólo para descansar.

Más vida con menos trabajo

Si eres capaz de lograr todo lo planteado por Ferriss en su libro, puedes perderte. Incluso hasta preguntarte "¿por qué hice todo esto?".

Cuanto más tiempo tienes, más introspectivo te vuelves y te pones más en contra de ti mismo. No permitas que tu tiempo extra sea apenas tiempo libre. Aprovéchalo para hacer cosas que te hagan sentir lleno y te acerquen a cumplir tus sueños.

¿Te gustó este resumen? Queremos invitarte a descargar nuestra aplicación gratuita 12min App, donde podrás encontrar más resúmenes y audiolibros increíbles.

Frases de "La semana laboral de 4 horas"

Vivir como un millonario implica hacer cosas interesantes y no sólo tener cosas envidiables.

Concéntrate en cómo usar mejor tus fortalezas en lugar de reparar constantemente tus fallas.

Nuestro análisis crítico

Una de las cosas que más nos gustó de este libro fue su fuerte conexión con la realidad. Sus ideas son interesantes y fácilmente aplicables a nuestro día a día.

Tim cuestiona el modelo tradicional de retiro y cree que no necesitas esperar a ese momento para crear tu propio estilo de vida.

Ya sea viajar por el mundo, escapar de un trabajo monótono, hacer mucho dinero o simplemente trabajar menos y vivir mejor, “La semana laboral de 4 horas” nos muestra que hay formas más eficientes de manejar tu trabajo y tu productividad. Lo recomendamos al 100%.

El Arte de la Guerra

El Arte de la Guerra fue escrita por Sun Tzu, un general del ejército chino, hace más de 2.500 años. A pesar de tratarse de un texto ancestral, sus lecciones son reconocidas como una guía práctica para la vida por empresarios, políticos y atletas alrededor del mundo.

Creemos que todos podemos coincidir con la teoría que dice que las batallas de hoy se pelean “a puertas cerradas”.

Este resumen presenta lecciones de guerra y cómo esas tácticas pueden aplicarse en la Era Digital.

¿Quién debería leer “El Arte de la

Guerra”? ¿Y por qué?

Nunca es una buena opción limitar un libro a un público muy específico, prejuzgando a los demás. Realmente, “El Arte de la Guerra” es una pieza fácil de digerir que puede ser la primera opción de cualquier persona que busque técnicas para aplicar en el plano profesional y también en el personal.

Tener algún conocimiento bélico puede ayudarte, pero no es algo ni mucho menos necesario. Si lo tienes, simplemente tendrás una mayor facilidad para captar los conceptos planteados por el autor.

Negocios, deportes, filosofía, economía, psicología. Estamos seguros de que encontrarás “El Arte de la Guerra” útil en varios sentidos.

Acerca de Sun Tzu y Ralph D. Sawyer

El año de nacimiento de Sun Tzu varí

a entre el 540 y el 545 a. C. y, de acuerdo a numerosos historiadores, muriólo

s 50 años, alrededor del 495 a. C.

Fue un famoso general, autor, estratega de guerra y filósofo chino que trajo un nuevo significado a la palabra “estrategia”, tanto en China como en el resto del mundo.

Reconocido como el general chino de mayor nombre, también fue el creador de “El Arte de la Guerra”, una obra maestra de la táctica militar que cambió el curso de la historia de las guerras orientales y occidentales.

El traductor e historiador estadounidense Ralph D. Sawyer fue un experto en las guerras ancestrales chinas y una eminencia entre los estudiosos de la cultura bélica china.

Resumen del Libro

El conflicto es una parte inevitable de la vida, según este antiguo clásico chino de la estrategia, pero todo lo necesario para enfrentar el conflicto con sabiduría, honorabilidad y victoria, ya está presente dentro de nosotros. Compilado hace más de dos mil años por un misterioso guerrero-filósofo y ahora adaptado por Ralph D. Sawyer, El arte de la guerra sigue

siendo quizás el libro de estrategia más prestigioso del mundo.

Sawyer logró diferenciarse del resto de autores que adaptó "El Arte de la Guerra" porque el norteamericano no se limitó a copiar las palabras de Sun Tzu, si no que se dedicó a aprender de sus lecciones y adicionó, al mismo tiempo, un enfoque militar moderno.

El libro se divide en 13 capítulos que te mantendrán atento y usando tu capacidad mental por completo. Aunque, claro, la mayor atención se enfocaría en ti mismo.

A continuación, una descripción breve de cada apartado.

1. Evaluación detallada y planificación: deberás lidiar con cinco conceptos fundamentales. **Camino, estaciones, terreno, liderazgo y gestión**.
2. Librando guerras: ten en cuenta cuál será el costo de entrar en un conflicto y aprende a tomar decisiones efectivas.
3. Ataque estratégico: como en el primer punto, intervienen cinco factores. En este caso, para tener éxito en cualquier guerra. Ataque, estrategia, alianzas, ejército y ciudades.
4. Disposición del ejército: en este capítulo se destaca la importancia de una buena defensa, y también de reconocer oportunidades estratégicas.

En cuanto a tus oponentes, aprenderás que:

"La oportunidad de vencer al enemigo nos es ofrecida por él mismo".

1. Fuerzas: tiempo, creatividad y mentes agudas son las herramientas principales para liderar un ejército.
2. Debilidades y fortalezas: una vez más, la habilidad de

percibir oportunidades se ubica en el foco del texto.

Por otro lado, también descubrirás algo sobre tu propio ejército:

“El desorden viene del orden; el miedo, del coraje; la debilidad, de la fuerza”.

1. Maniobras militares: ¿cuál sería el riesgo de un conflicto directo? ¿Cómo puedes ganar este tipo de enfrentamientos? Las respuestas, en este capítulo.
2. Variables y adaptabilidad: si hay algo que prima en las guerras es la incertidumbre. Por lo tanto, prepárate para lo inesperado.

> *“Ganará aquel que, estando preparado, espere para sorprender al enemigo despreparado”.*

1. Movimiento y desarrollo de las tropas: concéntrate en las intenciones de tus enemigos. Analiza su situación y anticípate a cualquier movimiento.
2. Terreno: descubrirás las tres áreas generales de resistencia. Distancia, peligros y barreras.
3. Los nueve campos de batalla: nueve escenarios que pueden surgir en una campaña y cómo debería actuar un comandante ante cada uno.
4. Atacando con fuego: además de las armas convencionales, el general debe considerar usar el ambiente donde se encuentra como herramienta de guerra.
5. Inteligencia y espionaje: en este capítulo final se especifican cinco fuentes de inteligencia y qué enfoque se debe utilizar en cada caso.

Estudiar la guerra en tiempos de paz

Además de tener conocimientos de guerra, también debes conocer sobre ti mismo y sobre tu enemigo. Si respondes las siguientes preguntas, podrás predecir el desenlace de cada batalla.

1. ¿Cuál es el general con tropas más obedientes?
2. ¿Cuál es el general más capaz?
3. ¿Quién tiene ventajas naturales y climáticas y mayor conocimiento sobre el terreno?
4. ¿Qué lado aplica la disciplina de forma más severa?
5. ¿Cuál es el ejército más fuerte?
6. ¿Quién tiene los soldados mejor entrenados?
7. ¿Cuál es el ejército que premia y castiga con mayor consistencia?

Para ganar, no debes ser derrotado

Como vimos, la oportunidad de obtener la victoria surge a partir de los errores del enemigo. Sun Tzu presenta reglas esenciales para asegurar el triunfo:

- Saber cuándo luchar y cuándo evitarlo.
- Conocer cómo lidiar con las fuerzas tanto superiores como inferiores de tu ejército.
- Tener un ejército con espíritu de lucha y disciplina.
- Estar preparado y atacar en momentos donde tu enemigo no lo esté.
- Tener capacidades militares y libertad para comandar tus tropas.

Superiores que llevan a la derrota

Para fracasar en una batalla, a veces lo único que se necesitan son órdenes incorrectas. Estos errores surgen cuando el general, soberano o cualquier cargo superior cumple con

algunas de las siguientes características:

- Imprudencia, que lleva a la destrucción.
- Cobardía, que lleva a ser capturado.
- Temperamento precipitado, que puede ser provocado por insultos.
- Exceso de honor, que lleva a ser sensible a la vergüenza.
- Sobreexigencia con sus soldados, que lo expone a preocupaciones y conflictos.
- Exceso de compasión con sus soldados, que lleva a tener un ejército débil.
- Indecisión, que lleva a formar un ejército desorganizado.
- Exponer su ejército frente a un contendiente mucho mayor, generando la huída y deserción de sus soldados.
- Tener soldados mucho más fuertes que sus superiores, causando insubordinación.

Otros consejos de guerra

En el transcurso de los capítulos, Sun Tzu presenta más lecciones y enseñanzas para asegurar el éxito en el campo de batalla. Aquí, los más destacados.

1. Nunca emprendas una batalla a partir de la ira. La razón por la que peleas debe ser para ganar algo.
2. Una guerra prolongada puede agotar los recursos de cualquier sociedad. Enfócate en victorias rápidas y decisivas.
3. Confunde al enemigo enmascarando tanto tus fortalezas como tus debilidades. Esto evitará que esté preparado para enfrentarte.
4. Para conseguir la victoria, necesitas aplicar disciplina sobre tus soldados. Aunque, para obtener su obediencia, primero deben admirarte y respetarte.

Conclusión

Para finalizar, una gran lección que aprendimos con este libro fue que una mente estratega deriva de una introspección compleja.

No importa qué clase de batalla enfrentes. Las reglas se mantienen. Depende de ti qué estrategia y qué armas utilizarás. Y, por sobre todo, depende de ti evitar los errores que cometiste en el pasado.

Deja de lado las metáforas bélicas y encontrarás lecciones que puedes aplicar en tu vida personal y profesional para asegurar el éxito.

Lecciones clave de “El Arte de la Guerra”

1. Un comandante y estratega militar requiere habilidades esenciales
2. Los generales inteligentes siempre respetan a su enemigo, incluso si aparentan ser débiles
3. Los generales sabios ignoran los viejos hábitos y adoptan un enfoque más flexible

Un comandante y estratega militar requiere habilidades esenciales

Distintos filósofos ancestrales consideraban que el concepto de traición es una habilidad fundamental para cualquier soldado y general que desea burlar a su oponente.

Mientras persigue el triunfo, un estratega debe elegir sus batallas con cuidado para moverse con eficiencia. Y, para eso, es clave manipular al enemigo de manera sutil.

Los generales inteligentes siempre respetan a su enemigo, incluso si aparentan ser débiles

Si hay algo en común entre los generales de más experiencia es que, a la hora de enfrentar a sus rivales, se mantienen pasivos hasta percibir la oportunidad perfecta de atacar. Es decir, nunca subestiman al otro bando.

Los generales sabios ignoran los viejos hábitos y adoptan un enfoque más flexible

Un mandamás militar demuestra su inteligencia al combinar técnicas antiguas y modernas en el campo de batalla. Al mismo tiempo, es capaz de adaptarse a las circunstancias de cada situación, asumiendo una mentalidad abierta y, por tanto, un riesgo mayor a la hora de tomar decisiones.

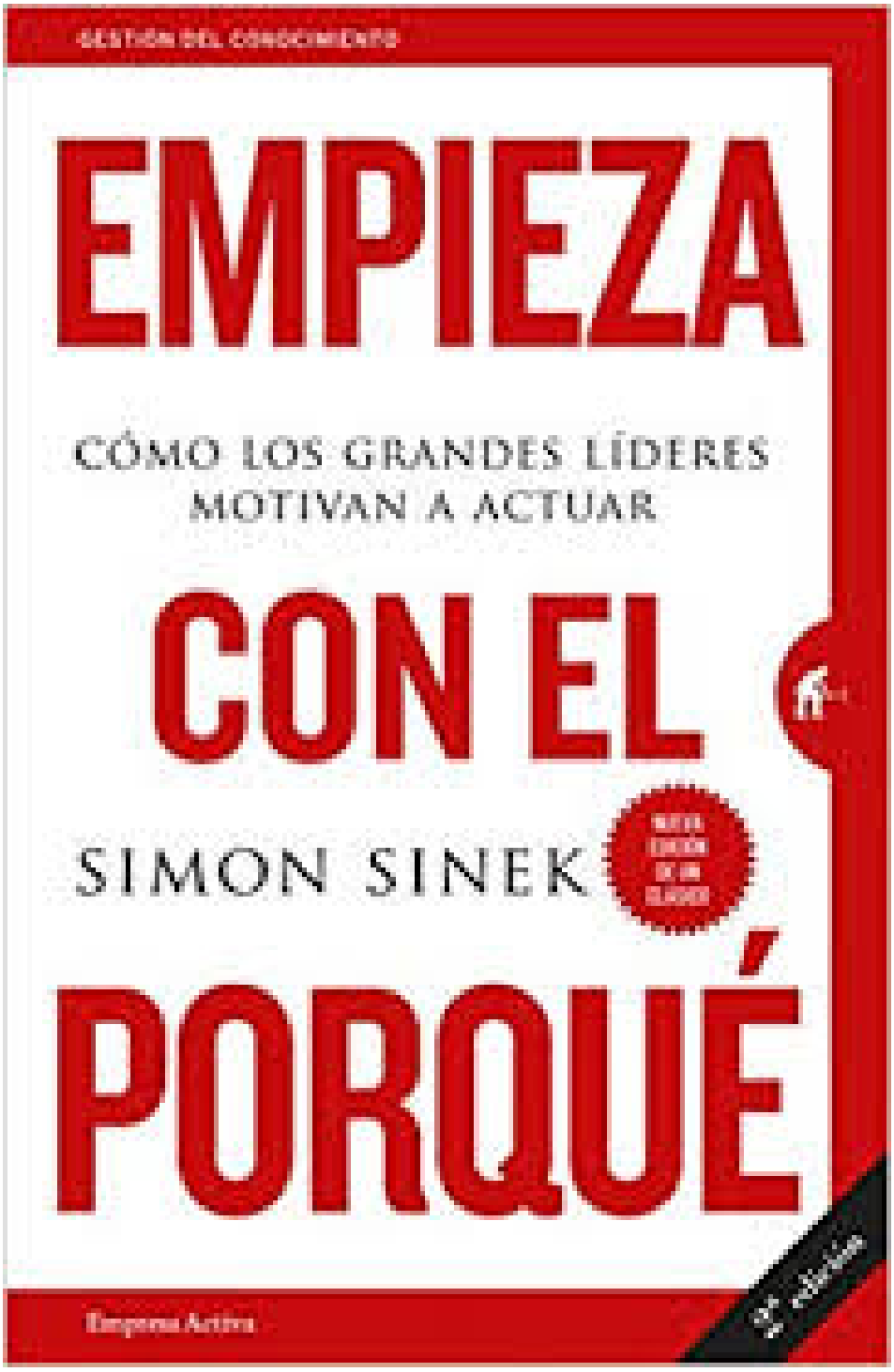
¿Te gustó este resumen? Queremos invitarte a descargar nuestra aplicación gratuita 12 min App, donde podrás encontrar más resúmenes y audiolibros increíbles.

Frases de “El Arte de la Guerra”

Nuestro análisis crítico

El único elemento faltante en este gran libro es un significado más profundo. Al final, aparenta que su contenido no va más allá de las simples lecciones de vida y algunos consejos empresariales. Sin embargo creemos que, a pesar de todo, se trata de un excelente clásico.

Empieza con el porqué



El resumen de «Empieza con el Porqué» representa la puerta en una gran torre; tú eres el valiente príncipe tratando de rescatar a la princesa. Sin lugar a dudas, este libro responderá a muchas de sus preguntas y le hará preguntarse «por qué, cómo y qué». Si no sabe cómo comenzar, ¡comience por aquí! – Empieza con el Porqué

Si el éxito no aparece mágicamente de la noche a la mañana, entonces, ¿cómo se logra?

¿Quién debería leer «Empieza Con El Porqué»? ¿Y Porqué?

La obra increíble de Simon Sinek fue hecha para poner fin a la lucha empresarial interminable. ¿Eso significa que serás rico tan pronto como leas este libro? – Lo dudamos mucho, pero seguro que proporcionará un buen punto de partida para futuros negocios.

Con todos estos hechos sobre la mesa, creemos que «Empieza Con El Porqué» se adapta a todos los emprendedores actuales y potenciales que tienen la intención de tomar su parte justa en el mercado global.

Acerca de Simon Sinek

Simon Sinek es un experto en marketing, autor y orador de motivación nacido en Inglaterra el 8 de octubre de 1973. Ha escrito cuatro libros de liderazgo: Los Líderes Comen al Final, Juntos Es Mejor, Encuentra tu Porqué y, por supuesto, el bestseller Empieza Con El Porqué.

Resumen del Libro

Para Sinek, lo importante no es tanto qué es lo que haces como el porqué lo haces. Lo esencial es saber por qué haces lo que haces, por qué existes.

Aprender a formular las preguntas adecuadas te permitirán tener una empresa inspiradora, proyectos innovadores y gente comprometida para desarrollarlos.Sinek explica cómo crear el marco adecuado en una organización para conseguir esos propósitos.

Simon Sinek revela una verdad interesante en su libro. Las personas exitosas como Martin Luther King Jr., Steve Jobs o los hermanos Wright tienen una cosa en común: todos comenzaron con la pregunta mágica: **¿POR QUÉ?**

Va más allá de la noción de confusión

Simon Sinek nos muestra la noción de que los líderes capaces de estimular a otras personas al enfatizar el «Por qué» (la intención) antes del «Cómo» (el procedimiento), o el «Qué» (el producto o servicio) son los mejores.

Es normal que algunas organizaciones sean capaces de lograr más que otras. La innovación es la clave; las personas influyentes lo saben muy bien; como consecuencia de esta situación, las personas se preguntan: **¿Por qué?**

Nuestro paralelo acompañado de este resumen contribuye a la investigación de grandes líderes que lograron infiltrarse en varios grupos utilizando solo su autoridad e influencia.

Simon Sinek descubrió que también piensan de manera diferente, entonces, ¿qué significa eso?. Significa que son curiosos, incluso si algunos de ellos fallan, la comunicación continúa con un poco más de entusiasmo que antes.

Confiando en una amplia gama de historias que alteran la vida real, Simon construye un imperio imaginario, construido con una visión clara y un deseo de inspirar.

¿Quieres probarlo?

Antes de presentar la evidencia concreta sobre cómo el

liderazgo de inspiración puede hacer una gran diferencia en el camino hacia el éxito, queremos que comprenda realmente la importancia de «dar todo lo que tiene».

Vamos a Empezar

El comienzo del turbulento siglo XX produjo muchos científicos y plebeyos que tenían más curiosidad que nunca por el cielo. Sin embargo, la batalla se redujo a solo dos, los hermanos Wright y Samuel Pierpont Langley.

A menos que conozca toda la historia, prepárese para sentir las olas del frente de la batalla. Los hermanos Wright, impulsados □□por la pasión, realizaron una análisis exhaustiva para descubrir qué invento pueda oponerse a la fuerza de la gravedad.

Samuel, por otro lado, un profesor universitario y matemático que había recibido una inversión de $50,000 dólares del gobierno para continuar su investigación y finalmente desarrollar una solución.

Como probablemente sepa, los inventores del primer avión son los hermanos Wright. Vencieron las probabilidades, y a pesar de la escasez de fondos, estos dos «maníacos» apasionados le dieron al mundo algo que será utilizado por generaciones.

Si piensas: esto solo funciona para los genios, pero las personas con negocios comunes, como yo, no pueden lograrlo. **¡Estás tan equivocado!**

Tomemos a los vendedores, por ejemplo: en lugar de inspirar, son más propensos a la manipulación. ¿Quieres aumentar las ventas? ¿Qué hacen? Desarrollan planes de marketing, proyectos de promoción, presionan a los compradores, transmiten fuertemente el mensaje del producto, etc.

Al final del día, terminan contentos de que sus ventas hayan subido hasta un 20%, pero ¿es eso suficiente? ¡Seguro que no!

Tales estrategias con los ojos vendados solo son útiles si simplemente estes preocupado por los resultados a corto plazo. Ninguna de estas cosas puede aumentar la base de lealtad, puede contar con eso.

Hoy en día estamos presenciando otra forma de manipulación sutil llamada aspiración. A diferencia del método anterior, ahora el vendedor o el motivador **enciende** algo en ti. Esto se logra combinando en paralelo tanto el problema como la solución, que viene del producto.

¡Hazte rico en un mes! O perder 50 kilos en solo 1 semana. En cualquier caso, una vez más, no construye una base de clientes; Estas son solo políticas a corto plazo.

Lecciones clave de «Empieza Con El Porqué»

1. El efecto dorado sobre la Sucesividad
2. El efecto entre bastidores
3. El arte de construir confianza

El efecto dorado sobre la Sucesividad

Todos los grandes líderes están familiarizados con el poder del Círculo Dorado. Es como un objetivo de tiro, pero consta de solo tres capas. El primero es el que está alrededor del centro, que representa el **Por qué**; la siguiente capa es el círculo más grande conocido como **Cómo**; y por último, pero no menos importante, **Qué**.

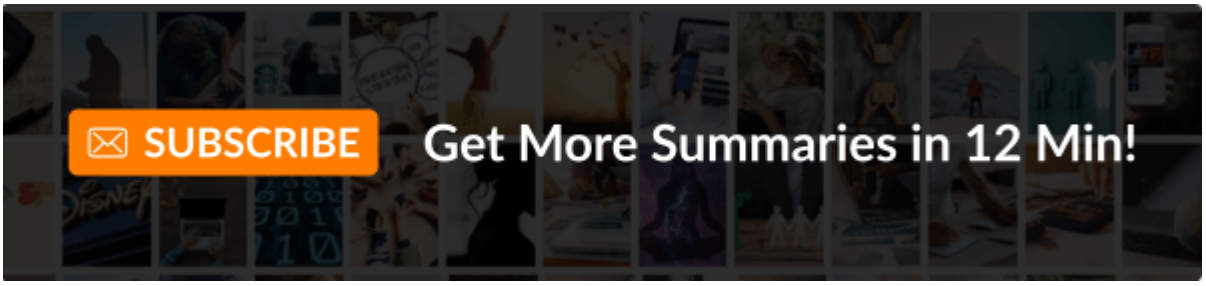
El efecto entre bastidores

Independientemente del producto o sus características, los consumidores están más preocupados por la confianza y esperan recibir valor por su lealtad. Si puede persuadir sutilmente a sus clientes potenciales y existentes, para que compren sus

productos de manera emocional, ¡tú estás bien para ir al largo plazo!

El arte de construir confianza

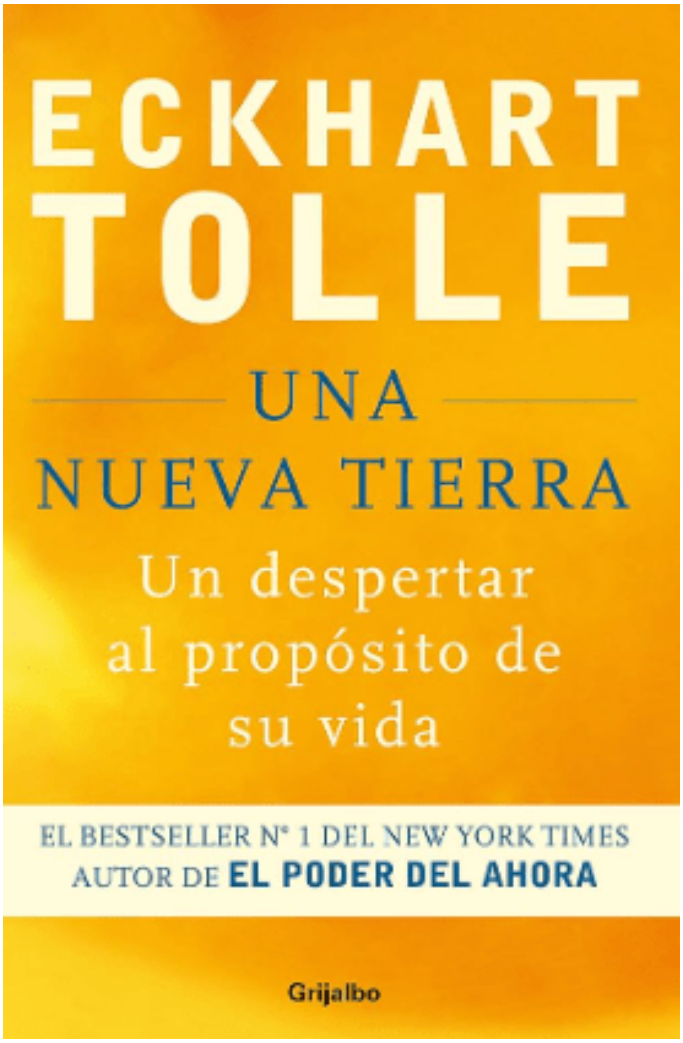
Los clientes se aburriesen por cualquier cosa hoy en día. Un pequeño error puede costarle una fortuna, por lo que **generar confianza es un imperativo**. Todo el proceso consta de dos elementos críticos. El primero, es tener un ambiente de trabajo agradable y luego las palabras se conviertan en acciones con los consumidores finales.



Nuestra Crítica

Empieza Con el Porqué de Simon Sinek explora nuestra relación con los mentores, las personas que tenemos en alta estima y en cuyos pasos tratamos constantemente de seguir. Y como estamos soñando grande, tenemos la tentación de preguntar, de vez en cuando **… ¿por qué?**

Una Nueva Tierra



Despertando al Propósito de tu Vida

En un mundo lleno con miedo, desesperación, ansiedad y depresión, podemos estar de acuerdo que un cambio interno es necesario. "Una Nueva Tierra" no proporciona ningún milagro, espera un milagro de ti.

«*Una Nueva Tierra*» presenta las frases más interesantes e impresionantes, tesis derivados de la expresión interna de amor y paz de Tolle.

¿Quién Debería de Leer "Una Nueva Tierra"? ¿Y Por Qué?

Si nos dejamos guiar por los filósofos griegos quienes también estudiaron la naturaleza del ser, nos daremos cuenta que aún ellos sabían que había algo más que mundos internos creados

por uno mismo.

No hay evaluación más real que cuando uno se distancia de los ríos fríos y entra en aguas serenas.

El objetivo de Eckhart, es despertar cada individuo y crear una Nueva Tierra o un Mundo Nuevo.

Todos nos esforzamos por tener felicidad, de acuerdo con Eckhart Tolle, esa felicidad es relativa, sólo es adrenalina que no puede ser considerada como real.

La verdadera felicidad lleva consigo una paz absoluta, un sentido de satisfacción y un espacio interno infinito.

En la cultura oriental, esta transformación es conocida como iluminación.

Aunque el término no es importante, una persona iluminada es aquella que ha superado la necesidad constante de placer personal y ve con los ojos de su verdadera persona.

En estas circunstancias, todos los seres deberían esforzarse por esta experiencia para poder crear una verdadera Tierra Nueva.

Acerca de Eckhart Tolle

Eckhart Tolle (Ulrich Leonard Tölle) nació el 16 de Febrero de 1948, en Lunen (u

n pequeño pueblo al norte de Dortmund), Alemania.

De acuerdo con Eckhart, fue difícil crecer en Alemania en una era posguerra.

Así que se mudó algunas veces – a España, Gran Bretaña, Estados Unidos y por último Canadá. A la edad de 29, tuvo una experiencia mística.

Se despertó en medio de la noche en lágrimas, con ansiedad y pensamientos sobre la muerte.

Su transformación interna tomo lugar poco después de darse cuenta de que ya no podía vivir con sí mismo.

Un día después todo era diferente, vio todo de forma pacífica,

su mente estaba calmada y su corazón complacido.

Este estado ha estado con él por cuatro décadas. Después de tener varios trabajos de medio tiempo, escribió algunos libros, incluyendo: “Una Nueva Tierra”, “El Poder del Ahora” y “El Silencio Habla”.

Resumen del Libro

Si usted ya se ha iniciado en el proceso del despertar, este se acelerará y se intensificará con la lectura de este maravilloso libro. El despertar espiritual no es ya una opción, sino una necesidad, si queremos que la humanidad y el planeta sobrevivan.

«El poder del ahora» consagró a Eckhart Tolle como uno de los más grandes maestros de la literatura espiritual de nuestros días. Después de casi ocho años de espera, esta continuación, nos brinda de nuevo un mensaje profundo e inspirador a todos sus lectores

Probablemente estás pensando, “otro libro sobre como pensar positivamente”, pero esto no es cierto.

Este resumen inspira a cada uno a transformar completamente la mentalidad llena de ego y convertirse a un lago tranquilo.

El nuevo siglo XXI y renovado guru Eckhart Tolle niega el hecho de que la realidad sin ego es solo otra doctrina.

Él cree que ir más allá del concepto del pensamiento no es algo que se aprende en el camino; es tu esencia.

Eckhart Tolle explica que no hay objetivos independientes como estamos acostumbrados a pensar. Nosotros como población debemos despertar a la realidad, que la energía que fluye en cada ser vivo en el universo, es de hecho, nuestra verdadero ser.

Sin embargo, si deseas estar en contacto con tu ser interno, gradualmente tienes que remover el hábito de identificarte con la voz engañosa en tu cabeza.

El mundo occidental encontró este libro intrigante durante el descubrimiento del 2008 cuando Oprah Winfrey seleccionó esta obra maestra para su club de libros.

Después de haber recibido la atención masiva de los medios, Oprah empezó una discusión mundial en diferentes temas relacionados con el libro – en línea y vía *live chat* con Eckhart.

Mantente atento para aprender los secretos de Tolle:

Los lectores empezaron activamente a compartir sus "partes confusas del libro" e incluso citaron algunas frases que sonaban demasiado complicadas de entender para una persona promedio.

Cuando le preguntaron a Eckhart: ¿Cuál es el máximo propósito de este libro? – Él contestó que el propósito es cambiar nuestra conciencia.

Todo aquél que está familiarizado con las filosofìas orientales ya conocen que Buddha, Osho, Sri Ramana Maharshi y muchos otros gurús ya han hablado de la idea de una "nueva persona" que se levantará y vencerá los conceptos egocéntricos.

Aunque el mensaje de Tolle no es sorprendente, su método puede provocar un cambio interno y transformación.

La mente egocéntrica humana ha creado mundos únicos e irrealistas y continúa haciéndolo.

La gente no entiende que estos fenómenos son meras sensaciones y nada más.

Tu nombre, tu religión, nacionalidad son solo conceptos impuestos por nosotros mismos y están muy lejos de el verdadero yo.

El enfoque convencional que da la importancia a la trascendencia egocéntrica ha sido parte de la cultura de la gente occidental por cientos de años.

De acuerdo con Eckhart, la mente humana ha evolucionado for milenios, solo para llegar a este punto donde la persona es capaz de contemplar su existencia, entender su esencia y trascender el carácter interno egocéntrico.

Lecciones Clave de “Una Nueva Tierra”

1. Más allá de los conceptos y el falso “yo”
2. El ego juega diferentes roles, los cuales cambian todo el tiempo
3. Dolor corporal y sus características

Más Allá de los Conceptos y el Falso “Yo”

El pronombre “Yo” es una de las palabras mal usadas más comunes que existen en cualquier idioma, junto con conceptos similares, como “mío”, “yo mismo” y “yo tengo”. La expresión “yo soy un hombre (mujer)”, “mi fe”, “Te amo”, “mi nacionalidad”, “mi religión”. Si ves más allá de estos conceptos, llegarás a un camino claro a la felicidad.

El Ego Juega Diferentes Roles, Los Cuales Cambian Todo el Tiempo

El ego quiere más poder, para destacar, para experimentar placeres más mundanos y lo obtiene jugando diferentes roles.

Has empezado el mismo proceso durante tu niñez, considerando tu ambiente cultural y educación familiar.

Como puedes ver, el ego no tiene una versión final; cambia constantemente para nunca mostrarse como su verdadero ser.

Dolor Corporal y sus Características

La acumulación de recuerdos causa cierto dolor emocional conocido como el “dolor corporal”.

Recuerdos son creados por medio de pensamientos y otras sensaciones de tu pasado y mucha gente piensa que estos recuerdos están enredados con su verdadera identidad.

Personas consideran que su sentido del “yo” está compuesto de conceptos, por la misma razón experimentan dolor emocional (dolor corporal).

¿Te gusto este resumen? Nos gustaría invitarte a descargar gratuitamente nuestra aplicación 12 min para más resúmenes increíbles y audiolibros.

Frases de “Una Nueva Tierra”

Nuestro Análisis Crítico

Si decimos que este libro no merece todos los premios, estaríamos 100% equivocados.

Solo una persona ignorante y egocéntrica encontraron las palabras, teorías y frases de Eckhart Tolle, aburridas.

El Método H.A.B.L.A

Hablar es algo de todos los días. Puede hacerlo cualquiera. Sin embargo para convencer y/o influir a otros es necesario seguir unos pasos. El Método H.A.B.L.A propone un camino sencillo y divertido, con todas las claves para comunicarse en público. Al tener ese tipo recomendaciones, puedes empezar a aplicarlas hoy mismo. ¿Estás listo?

Hábitos

Todos somos oradores y hablar en público es algo natural en nuestra especial. Sin embargo muchas veces resulta tedioso y hasta nos da miedo hacerlo. La respuesta a eso es bastante sencilla: nos tomamos demasiado en serio el momento y nos preparamos de más.

Aunque no hay que confundirse, la preparación es lo que distingue a los buenos oradores de los del montón. Al mismo tiempo unas personas hablan mejor al público que otras, sin dudas. Esto nos lleva a la conclusión de que la gran mayoría de la gente no está capacitada para hablar en público.

La preparación y, sobre todo la práctica, nos acercarán cada vez más a la excelencia.

Leía Todo El Resumen

Al terminar de escuchar un discurso, la gente habrá olvidado un 98% de lo que se dijo. Dentro de lo poco que recuerdan aparece información diversa que podría catalogarse en dos grandes unidades: mensaje e imagen.Recuerdan un mensaje y se quedan con una imagen.

«Las personas olvidarán lo que dijiste, pero nunca olvidarán cómo las hiciste sentir", señala Maya Angelou. Esa frase es el mejor resumen de qué es la imagen en relación con la palabra.

Una presentación eficaz está basada en la acumulación de pequeños detalle, por lo que tampoco es recomendable dejarlos de lado.

Asimismo hay que tener bien en claro qué quieres lograr. Mientras más definido y específico sea tu objetivo, más fácil será alcanzarlo. En resumen, debe ser medible, alcanzable, relevante y posible en el tiempo. Para eso es fundamental conocer a la audiencia.

Los requisitos que debe cumplir toda presentación son sencillez, brevedad y convicción. Si faltara alguno de ellos sería mejor no pararse a hablar.

La bailarina de Auschwitz

Seguramente has escuchado acerca algunas de las atrocidades cometidas en los campos de concentración durante el Holocausto.

Te quedarás sin palabras luego después de leer este libro: La Bailarina de Auschwitz, un relato en primera persona de Edith Eger, una de las sobrevivientes de esos aterradores lugares. Una historia dura y espesa, pero con un mensaje de esperanza, superación y memoria para que eso no suceda nunca más. ¿Estás preparado?

Primera parte: La prisión

La historia comienza en Košice, parte de Checoslovaquia a partir del Tratado de Versalles y ciudad de la actual

Eslovaquia. En una sociedad atravesada por la postguerra, Edith narra sus vivencias con su familia judía y de origen húngaro.

Creció junto a sus padres y sus hermanas mayores, Magda y Klara. En su niñez analizó e intentó descifrar los lazos dentro de su núcleo familiar mientras comentaba lo que pasaba en la sociedad. Eso mientras tomaba clases de ballet.

Especialmente ponía en tela de juicio la relación entre sus progenitores. Su madre deseaba un estilo de vida cosmopolita y lujoso pero su padre, sastre de profesión, no se lo podía dar a pesar del amor que le tenía. Entonces presenció permanentemente actos de frialdad.

Leía Todo El Resumen

“Me encanta sentir el afecto de mi padre. Igual que el de mi madre, es precioso… y precario. Como si mi merecimiento de su amor tuviera menos que ver conmigo que con su soledad. Como si mi identidad no tuviera que ver con nada de lo que soy o tengo, y fuera únicamente un indicador de lo que le falta a cada uno de mis padres”.

Siguiendo con el contexto, en 1938 Hungría anexionó a Košice a su territorio. Eso les dio identidad a los Elefant. No obstante en 1939 la Alemania nazi invadió a la vecina Polonia y los nyilas -los nazis húngaros- empezaron a detener judíos.

Con el tiempo, Hungría se uniría al país germánico en la Operación Barbarroja para invadir Rusia.

La cotidianeidad familiar sufrió varios cimbronazos en esa época. Primero, su padre fue llevado por los nyilas para trabajar varios meses en un campo. Si bien volvió al tiempo -bastante desmejorado físicamente por el trabajo esclavo-, entró en razón de lo que verdaderamente estaba pasando en la región.

Ya te dije adiós, ahora cómo te olvido

A través de casos clínicos y anécdotas personales, El libro: Ya te dije adiós, ahora cómo te olvido de Walter Riso diseña un camino para superar el dolor del desamor. Terminar una relación es sólo el comienzo.

Lo que sigue es un proceso de reconstrucción y redefinición del yo, de tus valores personales e incluso de tu filosofía de vida. No es fácil, pero el resultado vale la pena. Este libro te acompañará y guiará en esta transformación. ¿Estás preparado?

Acepta la separación

Para empezar, es importante aceptar que el desamor puede llegar por muchos motivos, nadie descubre de repente que no ama a su pareja y decide irse. El desamor se va formando poco a poco, de forma inconsciente hasta que la persona que lo siente no puede ignorarlo más.

Mientras que, para quien lo sufre, genera desolación y decepción. No todas las pérdidas se procesan igual. Tampoco sirve de mucho buscar culpables. Y es obvio que no existen excusas para ser maltratado física o emocionalmente, pero lo importante es que te concentres en ti mismo. En recuperar tu estabilidad emocional y tu vida en general.

Factores como tu personalidad, autoconfianza, sistema de valores o la historia afectiva de la pareja pueden determinar la duración y la intensidad del duelo. Sin embargo, y a pesar de que cada proceso es único en sí mismo, Riso establece siete momentos:

- Aturdimiento/negación,
- Anhelo/recuperación,
- Búsqueda de explicaciones,
- Ira/indagación,
- Culpa/humillación,
- Desesperanza/depresión y
- Recuperación/aceptación.

Puedes saltarte alguno o vivir alguna etapa más de una vez pero, en general, todos hemos pasado por todos en algún momento.

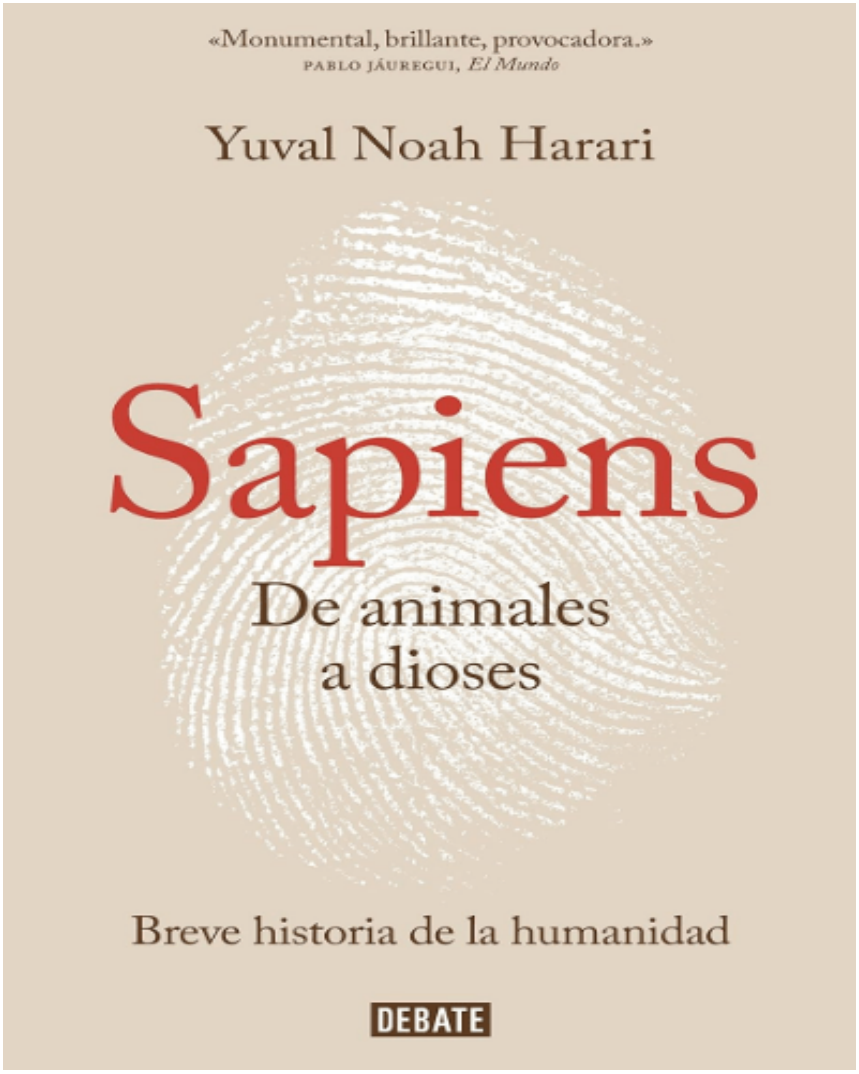
Ante todo, es fundamental que estés seguro de que volver a sentirte bien contigo mismo es posible y está a tu alcance. Existen estrategias para brindar racionalidad a tus

pensamientos y sentimientos, y que respetarán al mismo tu proceso de cura. Al final, todo el sufrimiento habrá sido útil porque serás una persona diferente, más experimentada y con un mayor autoconocimiento.

Regresemos al proceso. Si pensamos de forma racional –por difícil que sea- la primera etapa de negación no tiene sentido ni futuro. Si la ruptura afectiva es un hecho, ya está, acabó, es la realidad. Tu ex ya no es tu pareja. Nadie tiene la obligación de amarte ni debes culpar a nadie por dejar de quererte. Y recuerda lo siguiente: el motivo que te hace llorar y lamentarte tanto hoy, probablemente te parezca insignificante en el futuro.

Si hoy no consigues vivir sin tu pareja, si significa todo para ti, está claro que tienes un problema: el amor no debería significar dependencia. Porque esa persona puede irse, está en su derecho. Si eso ocurre, ¿qué harías? Aquí entra la primera herramienta: tener un Plan B. Es decir, estar preparado para vivir intensamente, incluso si terminas con tu relación. Contar con intereses propios, actividades que puedas disfrutar y amigos y familiares con quien compartir la vida. Dedicar tiempo a una pareja es importante, pero llegar al punto de aislarse de las demás áreas de la vida nunca es positivo. Los amores saludables no anulan, suman.

Sapiens



De Animales a Dioses: Una Breve Historia de la Humanidad

"Sapiens" presenta la historia de la raza humana. Su autor aborda los puntos centrales de nuestra evolución, como el desarrollo de la comunicación y las revoluciones cognitiva, agrícola y científica; y analiza los aspectos positivos y negativos de cada acontecimiento.

También dedica un apartado para especular acerca del futuro de la humanidad.

Lee nuestro resumen de esta pieza magnífica y descubre de dónde venimos, cómo llegamos hasta aquí y hacia dónde vamos.

¿Quién debería leer "Sapiens"? ¿Y

por qué?

"Sapiens" explora todos los aspectos de la historia de la humanidad que nos formaron como especie y sociedad.

Recomendamos este libro a lectores interesados en la evolución y, sobre todo, a aquellos que quieran entender cómo terminamos viviendo bajo un sistema capitalista.

Acerca de Yuval Noah Harari

Yuval Noah Harari es un autor, historiador y escritor israelí

ra el í na ci do el 24 de fe br er o de 19 76 .

También es profesor de la Universidad Hebrea de Jerusalén y se formó como especialista en historia general y militar.

Entre sus trabajos más destacados, además de la obra que protagoniza este resumen, se encuentran “Homo Deus: Breve historia del mañana” y “21 lecciones para el siglo XXI”.

Resumen del Libro

El libro de no ficción del año. Bestseller internacional con más de diez millones de ejemplares vendidos. Número 1 en la lista de The New York Times. Recomendado por Barack Obama, Bill Gates y Mark Zuckerberg. De la mano de uno de los historiadores más interesantes de la actualidad, he aquí la fascinante interpretación de Yuval Noah Harari sobre la historia de la humanidad.

Bestseller nacional e internacional, este libro explora las formas en que la biología y la historia nos han definido y han mejorado nuestra comprensión de lo que significa ser humano.

Los humanos aparecieron por primera vez en el este de África, hace 2.5 millones de años y, por lo que sabemos, evolucionaron del Australopithecus.

Estos humanos ancestrales, como el Homo erectus y el Homo rudolfensis, comenzaron a migrar hacia otros territorios del mundo.

Tal migración llevó a la necesidad de adaptación, por la cual los humanos evolucionaron hacia otras especies, como el Homo neanderthalensis en Asia y Europa.

El Homo sapiens, por su parte, es el que conocemos como el "humano moderno" y apareció mucho después, hace unos 300.000 años.

Pros y contras de los seres humanos

Uno de los principales diferenciales del humano antiguo fue su habilidad de mantenerse en pie. Eso le permitió ampliar su visión a distancias mayores y liberó sus manos para otras tareas.

Además, estos humanos ya tenían un cerebro mayor al de las otras especies, lo que les otorgaba un gran poder cognitivo.

Sin embargo, su cerebro necesitaba de grandes cantidades de energía, algo que explica por qué los humanos no desarrollaron tanta fuerza como otras especies.

Como sus cuerpos gastaban una cantidad enorme de energía para mantener el cerebro activo, quedaba menos energía para las demás funciones.

Por otro lado, los humanos nacemos de forma prematura. En ese entonces, éramos débiles e indefensos ante los depredadores.

De esta forma, estas últimas diferencias volvían al ser humano una especie débil, pero también lo separaban del resto. Con el paso del tiempo, el cerebro se convirtió en nuestra mayor

ventaja.

La Revolución Cognitiva y el poder de la comunicación

Hace unos 70.000 años, los humanos comenzaron a escalar en la jerarquía animal, gracias a las primeras formas de comunicación.

Este lenguaje primitivo les permitió reunir, intercambiar y recibir información de formas que eran inalcanzables para otras especies.

Tamaño cambio se conoce como Revolución Cognitiva.

Por naturaleza, los humanos somos criaturas sociales, que necesitan de la comunicación y la comunidad para sobrevivir.

La habilidad de referirnos a otros humanos creó este sentido de comunidad. Otra gran ventaja fue la capacidad de retener información, permitiendo registrar historias y aspectos del mundo que nos rodea.

Cambios ocasionados por la Revolución Agrícola

Durante siglos, los humanos reunían comidas y recursos naturales a medida que los encontraban. Pero esto cambió drásticamente hace 10.000 años, cuando comenzó la Revolución Agrícola.

No sabemos qué generó este cambio, pero en algún momento entre el 9.500 y el 8.500 a.C., los humanos comenzaron a cultivar plantas comestibles y a domesticar animales.

Obviamente, la cantidad de comida y recursos aumentó, aunque esto también generó el desarrollo de jerarquías sociales, donde los trabajadores formaban parte de la base de la pirámide.

Esta revolución también transformó a los humanos en seres territoriales, que peleaban contra depredadores, plagas e incluso otros humanos para proteger sus tierras.

Para colmo, el boom poblacional hizo imposible volver atrás a los viejos hábitos de la humanidad.

Alrededor del 2.200 a.C. se formó el primer imperio, con un millón de personas y un ejército de 5.000 soldados.

Para enseñar a las personas a vivir en sociedad, se desarrollaron maneras de almacenar información. Así surgieron las primeras escrituras.

Junto con las jerarquías, los gobiernos se convirtieron en una herramienta importante para asegurar el funcionamiento de la sociedad.

La Revolución Científica y la transformación del mundo

El cambio más radical de nuestra especie aconteció hace relativamente poco: apenas unos 500 años atrás.

Una serie de avances increíbles en tecnología y ciencia dieron como resultado la llamada Revolución Científica.

A través de ella, la humanidad consolidó su dominio sobre el planeta: otro boom poblacional, acompañado por un aumento exponencial en los niveles de producción y consumo.

Estos avances se dieron gracias a una nueva perspectiva científica: la voluntad de asumir nuestra ignorancia y una ferviente sed por descubrir la verdad. Observar el mundo a nuestro alrededor para conseguir entenderlo y, en consecuencia, manipularlo.

Los humanos nacemos pequeños y débiles. Por lo tanto, inicialmente fuimos criados para cultivar frutas y plantas.

Hasta que un día, el progreso nos llevó a ser la fuerza más dominante del planeta.

Ahora, los humanos miramos hacia el futuro sabiendo que estará bajo nuestro control. El destino está en nuestras manos.

El futuro de la humanidad

La tecnología también está avanzando en pos de extender nuestra vida y encontrar soluciones a nuestros defectos naturales.

Ya tenemos acceso a marcapasos y audífonos, e incluso a prótesis robóticas y cambios de sexo. La inteligencia artificial es otro campo donde podemos ver avances a día de hoy.

¿Y si, por otro lado, lográramos transformar a una persona en un ser más listo o más fuerte? Sin lugar a dudas, nuestro futuro está fuertemente ligado a la tecnología.

Nuestros ancestros: una explicación breve

Si nuestros antepasados no eran tan diferentes de las otras especies de humanos primitivos, ¿por qué sobrevivieron?

Existen dos teorías científicas que intentan explicarlo.

Por un lado, la “teoría del entrecruzamiento”, que plantea que el Homo sapiens se apareó con otras especies hasta lograr mezclarse.

Mientras que, por su parte, la “teoría del reemplazo” defiende una idea contraria. Dice que el Homo sapiens tenía habilidades superiores a las otras especies, a las que extinguió por medio de la violencia.

Probablemente, la verdad se encuentre entre medio de estas posturas.

Entonces, podemos decir que los humanos usaron sus capacidades para superar a sus rivales. Formaron comunidades e implementaron técnicas primitivas de comercio y desplazamientos hacia otros territorios hasta colonizar todo el planeta.

Comenzando desde África, nos expandimos por todo el mundo.

Y, muy pronto, haremos lo mismo colonizando el espacio.

Lecciones clave de “Sapiens”

1. La importancia del lenguaje
2. La creación de sociedades agrícolas
3. El futuro de la humanidad

La importancia del lenguaje

El lenguaje es el mejor símbolo de la sofisticación de nuestra especie, y es mucho más complejo que las formas de comunicación del resto de seres vivos que habitan nuestro planeta.

Nos permite transmitir lecciones, peligros, ideas y conceptos abstractos. Por lo tanto, con él fuimos capaces de crear mitos que sentaron las bases de nuestra cultura e identidad.

La creación de sociedades agrícolas

Nuestra especie se volvió agrícola por dos razones.

Primero, porque el cambio hacia esta cultura no fue instantáneo y, para el momento en que las personas entendieron que la cosecha era un proceso mucho más lento que la caza, ya era demasiado tarde.

Y segundo, porque la agricultura presentaba una gran ventaja: su eficiencia, factor que se volvió crucial cuando la

población aumentó.

Este cambio provocó el surgimiento del comercio y, más tarde, del dinero.

El futuro de la humanidad

Los desarrollos tecnológicos y científicos están avanzando hacia encontrar la cura de la vejez y el descubrimiento de la vida eterna.

Entonces, ¿cuáles son nuestras limitaciones?

La mayoría son de índole legal y ético. Sin embargo es posible que, en unos pocos siglos, ya no existamos como Homo sapiens. En su lugar, nos convertiremos en súper especies, parte humanos y parte máquinas.

En *Sapiens*, Yuval Noah Harari no solo explora la historia de la humanidad desde sus inicios, sino que también toca aspectos cruciales como los derechos humanos y la evolución del dinero y las ciudades.

Mientras discutimos cómo el Homo sapiens se convirtió en la especie dominante, es esencial considerar cómo las grandes revoluciones—cognitiva, agrícola y científica—transformaron nuestras sociedades a gran escala.

Harari ofrece un contraste interesante con las ideas de otros autores, como Jared Diamond, quien también explora el desarrollo de las civilizaciones.

El libro revela cómo nuestras capacidades para crear y gestionar ciudades, y el papel del dinero en estas sociedades, nos han llevado a formar un mundo interconectado.

Además, el análisis de Harari sobre cómo las grandes corrientes históricas y la evolución del lenguaje nos han definido como especie resuena con la reflexión sobre nuestra búsqueda continua de comprender nuestro lugar en el mundo y

nuestro futuro.

¿Te gustó este resumen? Queremos invitarte a descargar nuestra aplicación gratuita 12 min App, donde podrás encontrar más resúmenes y audiolibros increíbles.

Frases de “Sapiens”

Nuestro análisis crítico

Yuval Noah Harari cuenta la historia de la humanidad de una forma divertida y entretenida. Se enfoca en tres revoluciones: la cognitiva, la agrícola y la científica, y cómo esos acontecimientos cambiaron nuestra historia.

Pero no se limita a hablar sobre hechos. También explora temáticas para las que no tenemos respuesta actualmente. Analiza qué podría haber pasado si algunas cosas hubiesen sido diferentes.