

Había Una Vez Mexicanas Que Hicieron Historia Resumen



En [Había Una Vez Mexicanas Que Hicieron Historia](#), Pedro J. Fernández te invita a conocer la vida de cincuenta mexicanas que dejaron una huella en la historia.

Desde su papel en la política, la educación, el activismo, la ciencia, el arte o el deporte, desafiaron al sistema preestablecido que siempre las colocó en un lugar secundario. Decidieron reinventarse y cambiar el status quo, abriendo paso para las mujeres mexicanas, latinas y del resto del mundo.

Aprende e inspírate con las palabras en primera persona de Frida Kahlo, La Malinche, Juana Cata, Rosario Ibarra de Piedra y otras cuarenta y seis mujeres que hicieron historia.

Mujeres nacidas antes del siglo XX

La primera de las mujeres destacadas es Macuilxochitzin, una poetisa que vivió durante el siglo XV en la ciudad de Tenochtitlan. Si bien existe poca información sobre su vida, se sabe que, en una época tan remota, consiguió expresarse a través de la escritura e incluso escribió versos sobre sí misma.

En el siglo siguiente surge la figura de La Malinche, hija de un cacique mexicano (azteca) y una mujer noble. Tuvo una gran importancia para Hernán Cortés, quien lideró las fuerzas españolas en la invasión del continente americano. Comenzó siendo sólo una esclava de los conquistadores, pero tuvo un papel importante en la historia porque hablaba maya, náhuatl y castellano. Cortés la utilizaba como traductora en sus negociaciones con el imperio mexicano.

Actuó como diplomática durante la guerra en la que los españoles ayudaron a los pueblos indígenas a liberarse de los mexicas. Fue una interlocutora esencial en el choque cultural entre los antiguos mexicanos y los europeos. Es considerada la madre de la raza mestiza y su imagen permanece viva hasta hoy.

Lea Todo El Resumen

Otra personalidad conocida por su escritura fue Sor Juana Inés de la Cruz, monja que vivió durante el siglo XVII. Apasionada por la lectura y la poesía desde pequeña, dedicó su vida a la religión como un acto de rebeldía para no casarse. Su objetivo era estudiar. Eso la llevó a escribir obras de teatro y publicar libros que se hicieron conocidos también en España. Se encuentra entre las grandes escritoras de la historia.

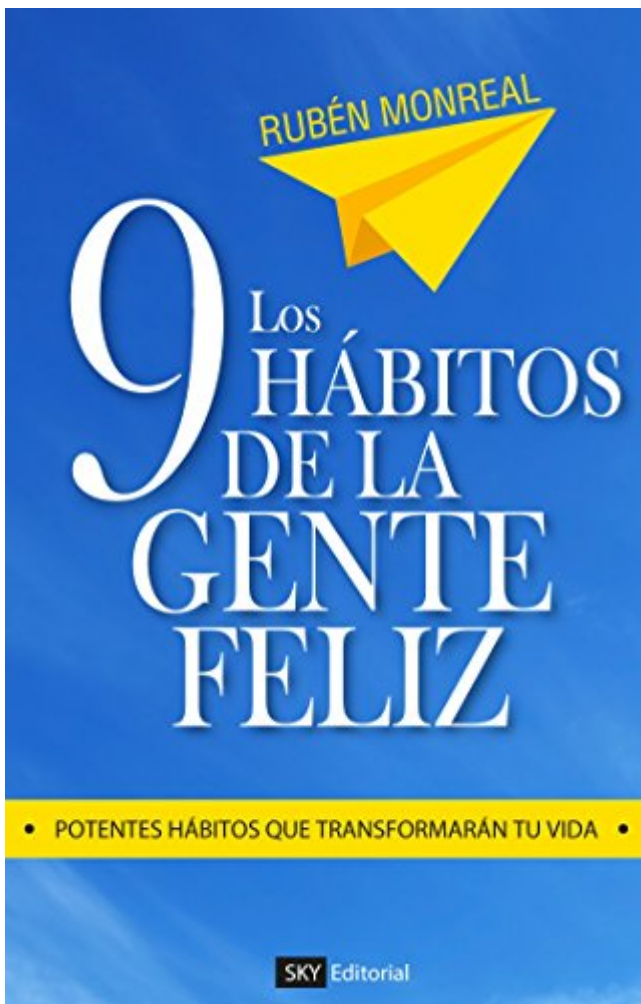
Durante la etapa en la que México se llamaba Nueva España, se destacaron varias mujeres. Una de ellas fue Josefa Ortíz de Domínguez, reconocida como uno de los pilares de la libertad mexicana. Colaboró con Miguel Hidalgo e Ignacio Allende para lograr la revolución e iniciando la Guerra de Independencia el 16 de septiembre de 1810.

En el mismo bando se encontraba Leona Vicario, que fue espía infiltrada en contra de la corona española. Formó parte de un grupo revolucionario llamado Las Guadalupes y acabó siendo arrestada. Pero incluso en esta situación, no reveló los secretos que guardaba. Fue recluida a un convento hasta que su marido, Andrés Quintana Roo, la rescató. Escribió artículos sobre la libertad del pueblo mexicano que fueron publicados en distintos periódicos, convirtiéndose en una de las primeras periodistas mexicanas.

Todo el mundo sabe que cualquier revolución necesita recursos para sustentarse. Aunque Leona Vicario aportó mucho dinero a la causa, hubo otra mujer de clase alta que proporcionó más: La Güera Rodríguez. Se negaba a cumplir su lugar de señorita rica en la sociedad, buscó instruirse y demostró que la inteligencia no tiene género. Estudió ciencia y política y

ayudó al capitán Agustín de Iturbide a conseguir la independencia de México, que fue firmada el 27 de septiembre de 1821.

Los 9 Hábitos de La Gente Feliz Resumen



Debes leer «Los 9 Hábitos de La Gente Feliz Resumen» para realizar una acción sobre tu propia vida, para que tenga una transformación que te permitirá mejorar tus días.

Para que veas nuevas formas de seguir adelante necesitas instaurar estos nueve hábitos en tu vida. Debes seguirlos a la

velocidad que quieras, sin prisa o pausa.

Sólo necesitas tener la debida disposición para ponerlos en práctica. La acción te lleva a la motivación. Esta no es una obra de autoayuda, sino de cambio de actitud.

Reserva los próximos 12 minutos para poner en práctica las lecciones que Rubén González nos da en [Los 9 hábitos de la gente feliz](#): Potentes hábitos que transformarán tu vida.

¿Qué es la felicidad y por qué la deseamos?

Según el filósofo Sören Aabye Kierkegaard, «la puerta de la felicidad se abre hacia dentro, hay que retirarse un poco para abrirla: si uno la empuja, la cierra cada vez más”.

Todos nosotros queremos ser felices, pero para buscar la felicidad debemos saber primero que es. Necesitamos saber qué estamos buscando.

Esto no es algo sencillo, pues existen diversas maneras de definirla. Algunas son más objetivas que otras.

Lea Todo El Resumen

El diccionario define la felicidad como un estado de ánimo en el que una persona se siente plenamente satisfecha por disfrutar de lo que desea o de algo bueno.

La deseamos porque el mundo actual nos exige muchas fuerzas para seguir. La felicidad puede no estar presente todo el tiempo, pero cuanto más tiempo lo esté, mejor.

Los nueve hábitos de la gente feliz

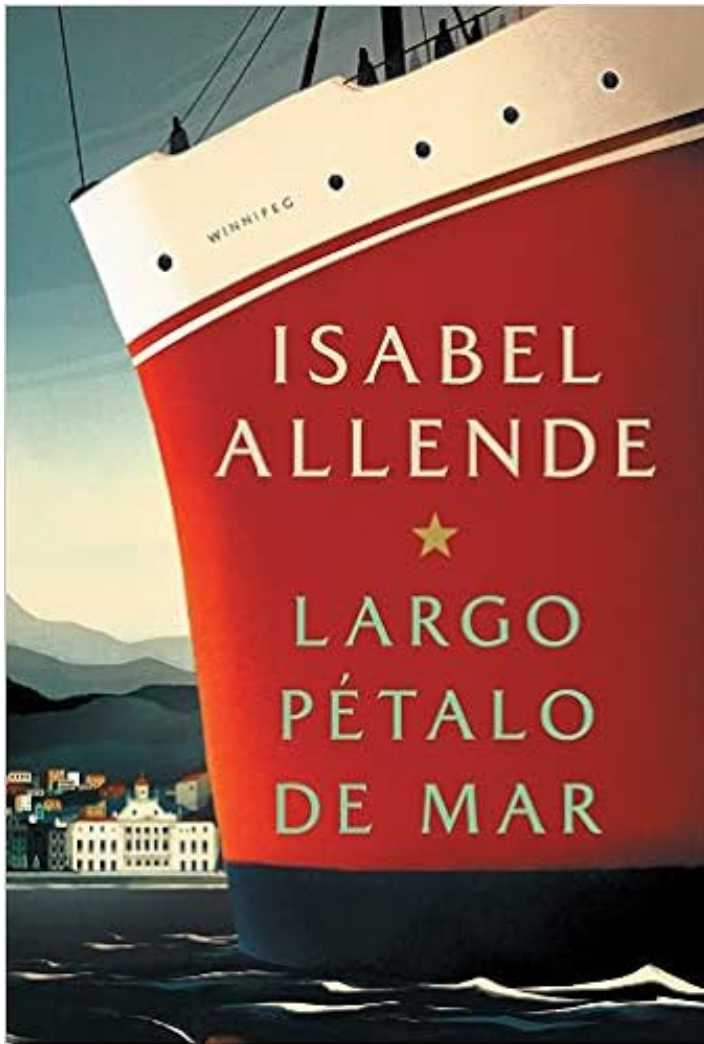
Para el escritor Gustave Flaubert, «ser estúpido, egoísta y tener buena salud, he aquí las tres condiciones que se requieren para ser feliz. Pero si os falta la primera, estáis perdidos.»

Todos pasamos épocas en las que no nos sentimos muy felices. Pero estos momentos pasan y si deseamos las cosas con fuerza, llegaremos a comprender la vida como ella es realmente.

La felicidad no está en lo que los demás piensan de nosotros pero nos esforzamos para que la gente que nos rodea nos quiera y cuando lo conseguimos nos sentimos más felices.

Esforzarte para cambiar la manera de ver la vida es fundamental, necesitas seguir con rigor, con dedicación, los hábitos de la gente feliz.

Largo Pétalo de Mar Resumen



El libro de [Isabel Allende](#) cuenta una historia desgarradora sobre varias familias entrelazadas por la tragedia, el exilio y las convicciones políticas. Prepárate para emocionarte y entender el mundo desde la mirada de un grupo de personas que atravesó la Guerra Civil española, el exilio y la posterior dictadura en Chile.

Primera parte. Guerra y éxodo (1938-1939).

La historia comienza con Víctor Dalmau, un joven médico catalán que formaba parte del bando republicano en la Guerra Civil española. Su familia también estaba involucrada: Guillem, su hermano, luchaba en el frente de Madrid y sus padres se dedicaban a la docencia. Marcel·Lluís era un profesor de música revolucionario y Carme daba clases a los

milicianos analfabetos. Ambos inculcaron en sus hijos pasión por la justicia social.

El origen del conflicto se remonta a dos años atrás, en 1936, cuando los conservadores y la Iglesia Católica fueron derrotados en las elecciones generales por el Frente Popular, integrado por partidos de izquierda. La sociedad española se dividió y la derecha comenzó a conspirar con los militares para derrocar al gobierno electo.

Lea Todo El Resumem

A grandes rasgos, se trataba de una disputa entre las altas clases poderosas que buscaban recuperar su lugar -bando nacional- y una alianza entre comunistas y sindicalistas, quienes eran apoyados por la clase trabajadora y la mayoría de los estudiantes e intelectuales -bando republicano-.

Fue en julio de ese año cuando los militares, encabezados por el general Francisco Franco, se alzaron contra el gobierno democrático y dieron comienzo a una dictadura feroz. Con el apoyo de Hitler, Mussolini, las tropas coloniales marroquíes y los moros, se dedicaron a sembrar odio y terror. El conflicto dejaría un saldo de más de un millón de víctimas.

Existía una quinta integrante de la familia Dalmau: Roser Bruguera, la pianista más destacada entre los alumnos de Marcel. Como no tenía familia en Barcelona, el profesor Dalmau le ofreció vivir con él y su mujer mientras sus hijos estaban en la guerra.

Poco tiempo después, Marcel sufrió un infarto. Antes de morir, le hizo prometer a Víctor -quien había vuelto a Barcelona para despedir a su padre- que se llevaría a Carme y Roser al extranjero, porque "la guerra estaba perdida". ¿El destino? Francia, que iba a recibir una masa compuesta por cientos de miles de exiliados.

Haz Que Funcione Resumen

Pocos libros son capaces de cambiar la vida de las personas. “Getting Things Done” (con el título en español de “[Haz Que Funcione](#)”) de David Allen, es uno de los que más nos transformaron y nos ayudaron a volvernos más productivos aquí en 12’.

Siempre fuimos un equipo que tomaba muchos proyectos, muchas tareas y muchas veces terminábamos envueltos en no conocer los fundamentos de la productividad.

Este libro nos enseñó y te va a enseñar a mantener la vida organizada y a volverte en una persona 10 veces más productiva. Más que un libro, GTD es un método y, en este resumen, te ayudaremos a ponerlo en práctica.

¿Zeigar qué?

En la década de los 20, Bluma Zeigarnik se dispuso a observar un restaurante y a entender cómo funciona. En sus observaciones, la psicóloga rusa percibió que los meseros tenían la habilidad de acordarse de órdenes complejas, lo que permitía que entregaran la comida correcta a las mesas correctas con alta eficiencia.



Haz Que Funcione

**Puedes hacer mucha cosa en
la vida pero no todo**

David Allen

 12min

Además de eso, tenían la facilidad de cerrar cuentas con velocidad, justo después de que el cliente terminara su cena. Sin embargo, ella observó un fenómeno interesante, llamado posteriormente, el efecto Zeigarnik.

Justo después de pagar la cuenta de una mesa era como si esta hubiera salido de la cabeza del mesero. Si un cliente regresaba con una duda sobre su cena, los meseros necesitaban esforzarse mucho para recordar y, la mayoría de las veces, se equivocaban de una manera fea.

A partir de esas observaciones, Zeigarnik desarrolló una teoría: nuestra energía mental es atraída por las tareas incompletas y, una vez que una tarea concluye sale nuestra cabeza. Años después, diversos investigadores confirmaron la tesis de Zeigarnik en diversos experimentos.

[Leer Todo El Resumen](#)

Habemus GTD

David Allen, al desarrollar su famoso método, llamó a este efecto “circuitos abiertos”, que lo define como “cualquier cosa que atrae nuestra atención por no estar en su debido lugar”.

Los circuitos abiertos, según Allen, pueden ser cosas complejas como “terminar con el hambre de África” o tan pequeñas como “poner un sobre en el correo”. El punto central del libro es que incluso personas que no están conscientemente “estresadas”, siempre estarán más relajadas, enfocadas y productivas si aprenden a lidiar con sus circuitos abiertos de manera eficiente.

Para eso, propone un método al que llamó GTD o Getting Things Done (en una libre traducción, “Dejando las cosas listas” o “concluyendo tareas”). El GTD es un sistema para controlar esos circuitos abiertos, para que puedas enfocarte en tu tarea actual siempre, sin distracciones.

De acuerdo con David Allen, cada circuito abierto en tu vida debe tener un lugar propio, organizado y archivado, para que puedas sacarlo de la cabeza temporalmente, con la tranquilidad de que cuando necesites visitarlo nuevamente esté debidamente catalogado.

Además de eso, el GTD también presenta un sistema de priorización de tareas, para garantizar que siempre estés actuando en la actividad más importante en aquel momento. El sistema está dividido en etapas. Conócelas a continuación:

Etapas 1: recolectando información

El primer paso para adoptar el GTD es reunir las tareas que te están sacando de tu enfoque. Puedes usar papel, una herramienta como Evernote o incluso un email para hacer esto (nuestro favorito es el Inbox de Google).

Las tareas que necesitas coleccionar en esta lista irán desde tus actividades del día a día hasta solicitudes de colegas de

trabajo, amigos y familiares.

Mejora Tus Relaciones Personales en 5 Pasos Resumen

Para empezar nuestro resumen de «[Mejora Tus Relaciones Personales en 5 Pasos](#)» debemos acordarnos que no estamos solos en la vida, vivimos rodeados de personas, conscientemente o no.

Hay nuestra familia, nuestros amigos, vecinos y aquellos que pasan desapercibidos en nuestra rutina diaria, pero la sociedad en que vivimos nos hace creer que solamente podemos realizar nuestros sueños solos y esto no es verdad.

Siempre vamos a necesitar de una mano amiga para ayudarnos a conquistar algo. La vida depende de las relaciones que tenemos, por tanto, todo lo que logramos es producto de nuestras relaciones.

Primer Paso

Debemos tener en cuenta que las relaciones personales son de gran importancia para nosotros, entretanto hay estos refranes que nos hacen creer que no podemos confiar en nadie y de esa manera no conseguimos tener relaciones sanas.

Para que esto cambie tienes que empezar por ti: Amarte ante de los otros; pensar en ti antes de los otros, esto no es egoísmo, pues el egoísmo en realidad es colocar los demás ante de nosotros y cuando lo hacemos, tenemos la expectativa de que ellos hagan lo mismo a cambio, pero ni siempre es lo que ocurre.

En consecuencia la situación nos transforma en personas rencorosas.

Mejora Tus Relaciones Personales en 5 Pasos

“La vida es un juego de relaciones. Todo lo que consigas a lo largo de tu existencia será fruto de tus relaciones y de la forma en la que conectas con ellas.”

Ana Belén Mena

 12min

Otro punto importante es que cuando ayudamos a alguien, somos vistos como los salvadores y la persona ayudada la víctima, eso nos coloca en una posición superior que no es buena ni para quien necesitó el auxilio y ni para nosotros.

Otra cuestión es que cuando ayudamos una persona varias veces no estamos dejando que la persona evolucione por sí misma y es importante aprender con los equívocos.

Lea Todo El Resumen

De esa forma es necesario que te ames, que te aceptes, que te respetes y solo así serás feliz. Sin embargo, eso no quiere decir que no debas ayudar a la gente, pero para ayudar a los demás tienes que ayudarte a ti primero, ya que no puedes dar lo que no posees. Así tendrás relaciones personales

fantásticas.

Mientras tanto, no debes juzgar a los demás, porque no sabes qué batallas ellos están enfrentando. Si alguien hace algo que no te guste tienes que mirar para ti mismo y pensar si no haces lo mismo antes de criticar el otro, esto también vale para las cualidades.

Cuando notamos alguna virtud en alguien tal vez sea porque poseemos la misma virtud y no lo creemos.

Recuerda que cosechas lo que siembras, o sea, si eres una persona negativa vas a atraer negatividad, en cambio, si eres una persona alegre atraerás positividad. En otras palabras, trata las personas como quieres ser tratado. Entonces comprometa a dar al mundo lo mejor de ti y recibirás lo mejor en cambio.

Segundo Paso

La comunicación es el medio para que las personas se entiendan y se relacionen entre sí. Para una buena comunicación es necesario que lo que digas sea lo que realmente quieres decir, para que no haya malentendidos.

Pero comunicar ni siempre quiere decir hablar, podemos comunicarnos con una sonrisa, por ejemplo. Además, lo más importante que hablar es escuchar, más aún, oír. Por eso tenemos dos orejas y una boca.

Cuando alguien te hablar, oír con las orejas, con la mirada, con los gestos y el corazón, así podrás aprender algo que no conoces.

Esto significa escuchar de manera activa. El principal es no hacer suposiciones; si algo no está claro, pregunta y así aclara malentendidos.

Los Hombres son de Marte y Las Mujeres de Venus Resumen

“[Los Hombres son de Marte y las Mujeres de Venus](#)” es una guía definitiva sobre cómo tener una relación feliz. El autor, John Gray , muestra cómo los hombres y las mujeres son diferentes en su manera de pensar y cómo se comunican.

Aprenda cómo piensa su pareja, qué le motiva y desarrolle una mejor comunicación. Entienda las perspectivas femeninas y masculinas sobre cada aspecto.

Innumerables relaciones terminan porque la gente no entiende cómo se siente el otro. ¿Quieres aprender de John Gray en 12' para mantener una buena relación? ¡Ven con nosotros!

Hombres y mujeres tienen diferentes actitudes emocionales

Cuando las mujeres tienen problemas o malos sentimientos, su instinto es hablar de ellos. Los hombres, por su parte, permanecen quietos e introspectivos.

Aunque estas son respuestas naturales de cada género, son directamente opuestas. Es difícil para el hombre y la mujer hacer frente a estas contradicciones emocionales. Hablar ayuda a la mujer, por lo que asume que el hombre también querrá hablar.

Pero él no quiere y no puede entender por qué se pone tan molesta cuando no le da espacio en esas ocasiones. Es más fácil de entender las actitudes, por ello, usted debe de tratar de comprender por qué cada uno actúa de esta manera.

Por ejemplo, Juan es un hombre y le gusta resolver sus problemas de forma independiente. Se enorgullece de la autosuficiencia y rara vez pide ayuda.

Así que, cuando llega a casa con problemas en su mente después de un día duro en el trabajo, lo quiere hacer es una actividad que le permita matar el tiempo.

Quizás, la actividad favorita de Juan es ver un juego en la televisión; el programa le permite pensar en otras cosas hasta que los problemas ya no estén en su mente. Entonces estará más dispuesto a hablar y ofrecer apoyo emocional a María.

Los Hombres son de Marte y las Mujeres son de Venus

**"Así como la
comunicación constituye
el elemento más
importante en una
relación, las discusiones
pueden ser el elemento
más destructivo."**

John Gray



María también trabaja duro y su día está lleno de problemas que la hacen emocional. Cuando llega a casa, quiere hablar con Juan sobre los problemas y sacarlos de su mente.

Como ella habla de sus problemas en voz alta, ella es capaz de procesar sus sentimientos y sacarlos de su pecho, por lo que

no le molestarán más. Entonces ella se sentirá mejor y podrá cuidar de Juan y sus necesidades.

Ambos llegan a casa con diferentes formas de descansar emocionalmente, lo que puede causar una gran pelea. La solución es comprometerse mutuamente. Si ambos entienden lo que el otro necesita, ellos sabrán cómo proveer eso.

Si María realmente necesita hablar, Juan puede esperar para meditar sobre sus problemas después de ayudarla. Y si Juan no puede manejar las conversaciones hasta que se haya relajado, María puede esperar hasta que se sienta mejor, o bien, llamar a una amiga para hablar.

Leer Todo El Resumen

Las mujeres necesitan hablar para curarse emocionalmente, y los hombres necesitan silencio y soledad. Cada uno necesita su turno – usted debe adoptar un sistema en el cual usted da y el otro recibe cada vez. Equilibrar la necesidad de soledad de un hombre con el deseo de una mujer de discutir problemas es la fórmula perfecta para la paz emocional y la felicidad en el hogar.

Los hombres ofrecen soluciones y las mujeres ofrecen consejos. Hombres y mujeres resuelven sus problemas de manera diferente. Pero cuando estamos tratando con los problemas de los socios, a veces pensamos cómo actuaríamos si estuviéramos en su lugar, en lugar de pensar en lo que realmente necesitan de nosotros. Cuando una mujer habla de un problema, por lo general quiere ser escuchada. Cuando un hombre tiene un problema, quiere encontrar una solución y no quiere la interferencia de otros. Si usted piensa que está constantemente molestando a su pareja cuando intenta ayudarlo, entonces puede que necesite cambiar su enfoque.

Juan está preparando una estantería para María. María llega a casa y se da cuenta de que él tiene dificultades para construir el estante. Ella sugiere que llame a su hermano para

pedir ayuda. Como mujer, María cree que ella está mostrando su amor y consideración por Juan cuando ella ofrece su consejo. Pero Juan piensa que su interferencia ocurre porque ella no confía en sus habilidades. Él quiere que María crea que él puede terminar el trabajo y que ella aprecie su esfuerzo. Dar consejos a un hombre no siempre es la mejor manera de preocuparse por él. En su lugar, demuestre que valora su esfuerzo al permitirle manejar la situación y luego darle las gracias por lo que hizo.

María llega a casa del trabajo agotada, hablando de su día. Frustrada y molesta, le dice a Juan que se siente abrumada en el trabajo. Como hombre, Juan piensa que una manera apropiada de mostrar amor y consideración es ofrecer soluciones a María. Le dice que renuncie al trabajo y busque uno nuevo que le guste. María está triste porque Juan no la entiende. Ella no quiere que él resuelva sus problemas; sólo necesitaba que él la escuche para que se sintiera mejor. Una mujer rara vez busca soluciones cuando le cuenta a alguien acerca de sus problemas. Sólo escuche y cuide de ella. Si ella quiere una solución, ella pedirá una.

Es instintivo para una mujer ofrecer consejos cuando ve a alguien en problemas, pero los hombres no quieren un consejo a menos que lo pidan. Y los hombres reaccionan a los problemas de las mujeres ofreciendo soluciones, porque eso es lo que quieren cuando hablan de un problema. Pero las mujeres sólo quieren que alguien escuche y preste atención. Incluso cuando se tiene la mejor intención, puede terminar en lo opuesto. Cuando enfrente un problema, dele a su pareja lo que necesite y no lo que le gustaría que le diera si estuviera en su lugar.

El Manual de Persuasión del FBI Resumen

Escrito por un ex-agente del FBI, el [“Manual de Persuasión del FBI”](#) presenta diversas herramientas para comenzar, mantener y mejorar tu capacidad de persuadir a las personas a hacer lo que deseas.

En él, Jack Shafer presenta técnicas para influir, atraer y conquistar personas. Aprende a descubrir si alguien te está mintiendo, pasar los mensajes adecuados a los demás y develar las señales que las personas quieren pasarte de manera inconsciente.

El Dr. Schafer explica cómo causar una primera buena impresión y cómo interpretar señales verbales y no verbales de manera adecuada. Este microlibro te enseña a cómo prestar atención a los otros y cómo hacer que le gustes a las personas. ¡Comencemos!

Descubre los Bloques de la Amistad

Si quieres influir a alguien, necesitas ser capaz de entender cómo una relación y una amistad se forman. Para ello, necesitas aprender que existen 4 bloques de construcción básicos de la amistad. Estos son: proximidad, frecuencia, duración e intensidad. ¿Vamos a conocerlos?

La **proximidad** es cuando 2 personas están en el mismo lugar y en el mismo espacio de tiempo. Las personas que pasan tiempo juntas, incluso cuando no conversan al comienzo, tienen grandes oportunidades de volverse cercanas.

El Manual de Persuasión del FBI

“Lo que un hombre sabe no es importante. Es lo que es lo que cuenta”

Jack Schaefer

12min

La **frecuencia** representa cuantos encuentros tienen 2 personas durante un cierto período de tiempo.

La **duración** representa cuánto tiempo esos encuentros duran. La cantidad de tiempo que las personas pasan juntas tiene relación con la influencia que ejercen unas sobre las otras.

La **intensidad** tiene relación con la proximidad y con la influencia de las acciones y de las palabras de una persona en relación a las necesidades físicas y mentales de la otra. Un tipo de intensidad que funciona muy bien es demostrar su curiosidad con relación a las otras personas.

Leer Todo El Resumen

Estos 4 bloques de construcción pueden ser utilizados para desarrollar nuevas relaciones o para evaluar las ya existentes. Por ejemplo, las parejas que pasan poco tiempo juntas tienen mayor posibilidad de distanciarse. Analiza tus relaciones más próximas y mira en cuáles de los 4 bloques

esenciales están más fuertes.

Otra manera interesante de utilizar esos bloques de construcción es alejándose del otro en caso de que sea una mala relación. Si disminuyes gradualmente la proximidad, frecuencia, duración e intensidad en la relación, es más fácil tener una separación amigable.

Entiende cómo los mensajes son recibidos por el cerebro
Nuestros cerebros están constantemente recibiendo mensajes sobre los individuos a nuestro alrededor. Todo el tiempo recibimos instantáneamente señales del cerebro que dicen cosas como "amigo", "neutro" o incluso "enemigo". Infelizmente, algunas personas envían señales enemigas sin siquiera percibirlo. Por ejemplo, encarar a una persona es una expresión no verbal que envía una señal enemiga a los individuos desconocidos. Muchas personas aprenden esa estrategia para liderar en las situaciones difíciles, funcionando como un mecanismo de supervivencia. Es necesario saber controlarlo.

Los jóvenes de hoy no están desarrollando más habilidades sociales por causa de las nuevas tecnologías. Estos suelen aprender a entender y a enviar señales no verbales, pero ahora ya no aprenden más que eso dado que siempre están perdiendo la práctica con las situaciones interpersonales. Es necesario tener contacto con el mundo real para aprender a lidiar con las señales no verbales.

Entiende señales no verbales y verbales

Cuando te encuentres con personas nuevas es importante hacer un esfuerzo consciente para enviar las señales correctas para que ellas tengan una primera impresión positiva sobre ti. Una de esas señales es levantar las cejas, moviéndolas hacia arriba y hacia abajo por una fracción de segundo. Esa levantada de cejas repentina le dice a los otros que no eres un enemigo y que no causas amenaza alguna. Eso sucede muchas veces de manera inconsciente. Es importante notar que si una

persona no devuelve el gesto no debe estar interesado en conocerte.

El intercambio de miradas prolongadas puede significar atracción intensa o amor o pueden ser percibidas como hostilidad. Si levantas las cejas de manera exagerada puede ser visto como algo extraño. Si estás intentando enviar una señal amigable, haz contacto con tus ojos solo por algunos segundos la primera vez, de lo contrario, tu comportamiento puede ser visto como algo agresivo.

Confía en mí, Estoy Mintiendo

Resumen

Confesiones de un manipulador de los medios

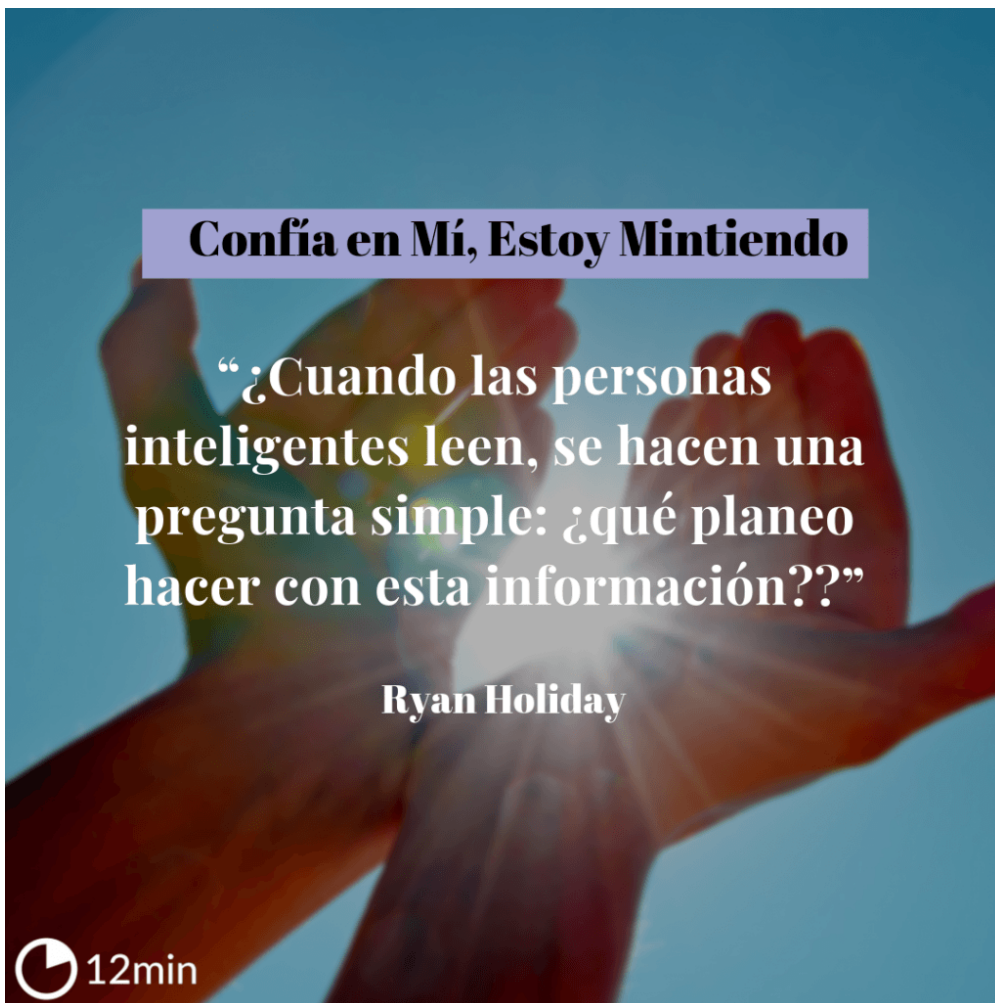
Lo sé, ya pensaste cómo tu vida sería diferente si aparecieras en los principales medios de comunicación. Si tienes una empresa, te imaginas los pedidos llegando uno detrás del otro después de salir en el periódico nacional. Sí, este libro explica cómo lograr eso.

En "[Confía en mí, Estoy Mintiendo](#) » de Ryan Holiday te ayuda a entender cómo [hackear](#) los medios a tu favor.

El libro se divide en 2 sesiones, contando primero cómo Ryan [explota](#) los medios digitales, especialmente blogs, para generar cobertura en la prensa, y luego mostrándonos más detalles sobre cómo estas actividades lo ayudaron, de modo más práctico, a tener grandes resultados.

Comenzando rumores en los medios digitales

Para Ryan, empezar un rumor en un blog para llegar hasta la TV no es tan difícil como parece. En la sociedad dominada por el uso de la Internet, la mayoría de la gente consume cada vez más contenido online y los blogs son el periódico del siglo 21.



Hoy, más que los periódicos, son los blogs los que siempre están en busca de novedades frescas. Eso significa que ellos observan lo que se disemina a través de las redes sociales y lo que está siendo postado en blogs más pequeños.

Si una noticia genera el suficiente buzz a través de los medios de comunicación, existe una probabilidad grande de que sea cubierta por blogs de tamaño medio y sea transmitida para

un público aún mayor.

Si el zumbido continúa a partir de eso, la historia puede ser conducida hasta las principales agencias de noticias del mundo como la CNN o Reuters, teniendo en cuenta que ellos están atentos a los blogs que presentan historias promisorias.

Read Full Summary

La muerte de Osama Bin Laden, por ejemplo, fue relatada por primera vez por un usuario en Twitter, antes que en las principales agencias de noticias, blogs, o incluso antes del pronunciamiento del presidente Obama. Los blogs obtienen su contenido de otros blogs y redes sociales y eso significa que incluso las historias más triviales pueden escalar hasta los sites de noticias más respetados y la televisión.

Tucker Max, un caso de estudio

Un ejemplo de este comportamiento ocurrió cuando Ryan promovía una película para Tucker Max. Ryan salió de madrugada y vandalizó una publicidad en la calla de la película (que Tucker había pagado) para parecer que alguien estaba incómodo con el lanzamiento de la película. Ryan sacó fotos de su propio vandalismo y se las envió a un bloguero de la región usando un email falso. Este bloguero publicó la noticia y apareció rápidamente en un canal de TV abierta en los Estados Unidos.

!El Poder de los Libros!



Hola amigos, ¿que tal?

Me llamo Guilherme, o solo Guil. !Saludos de un brasileño viviendo en México!

Cerca de **6 años** atrás (cuando yo tenia 21), yo empecé a leer muchos y muchos libros sobre todo. Entonces, yo decidí escribir este texto para compartir con ustedes algunas cosas que aprendí hasta ahora. Espero que les gusten (:

Yo nunca fue un bueno estudiante. Nunca me he gustado la escuela y por cierto yo siempre odie el fato de tener de ir a la escuela todos los días por la mañana. Estaba totalmente perdido y no sabía lo que hacer con mi vida (hasta hoy no estoy seguro de que se jaja). Puedo decirte que las cosas solo empezaran a mejorar en mi vida cuando **empece a leer libros** – la mayoría de no ficción, pero he leído unos u otros de ficción también.

Pero Claro, no solo apenas leer, leer y no implementar no

sirve para nada. Tal vez una de las mejores sensaciones es: leer aquel libro que está muy padre y realmente sentir que tú puedes hacer las cosas que acabara de aprender. Tú tienes que sentir eso. Mismo que tú no puedas hacerlo ahorita, eso es una cosa que siempre tiene que estar en tu pensamiento y cuando la oportunidad llegar (ellas van a llegar), tu estará atento para agarrarla.

Leer y no implementar no sirve para nada

Me recordó que empecé a leer cuando yo volví de Vancouver, Canada. Yo viví allá por 6 meses y mi principal misión seria: Aprender Ingles. Yo tubo mi primera experiencia de trabajo allá también y fue como: **Ayudante para Mudanzas**. Sí. Básicamente, yo trabajaba en una empresa que hacia mudanzas de casas, oficinas, etc. Esos son llamados *entry level jobs* – sirvientes, babas, construcción, ayudantes para mudanzas, etc – y son particularmente comunes para personas que están llegando al país o se la persona no tiene ninguna experiencia en el mercado de trabajo.

Todavía, tú puedes hacer un bueno dinero con eso, pero yo no quería permanecer como ayudante para mudanzas el restante de mi vida.

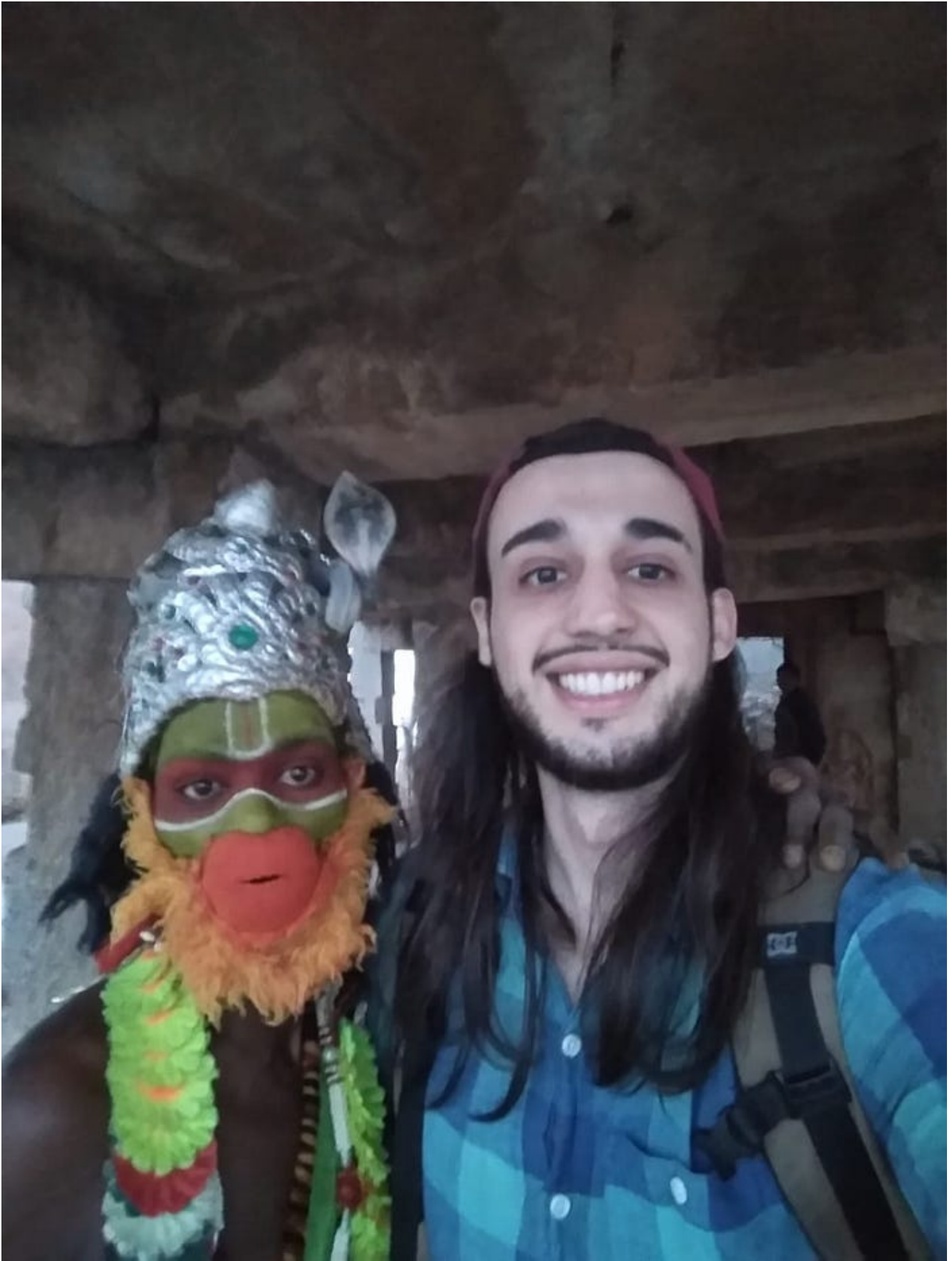


Vancouver, Canada

Luego que llegue de Vancouver, empecé a leer. Recuerdo que uno de los primeros libros que he leído fue: [Empresas Hechas para vencer de Jim Collins](#). Yo he leído este libro dos veces y

estaba convencido de que podría hacer más de mi vida. Empece a pensar grande y descubrí una cosa: Sé tu continúa diciendo que va a hacer alguna cosa y realmente acredita que tu es capaz de hacerla, eventualmente, va a acontecer. Cedo o tarde, pero ira acontecer.

Empece a viajar el mundo. Deje mi zona de confort y fue para el desconocido. Tú sabes, hay diversas maneras de sé aprender en la vida. Libros son apenas una de las maneras. Viví un año y medio en la India. Fue una experiencia increíble donde viví momentos muy desafiadores. Pero ahora mirando lo que he pasado, solo agradezco. Porque hoy soy más fuerte, debido a las dificultades enfrentadas allá.



Hampi, India

Sé tu continúa diciendo que va a hacer alguna cosa y realmente acredita que tu es capaz de hacerla, eventualmente,

va a acontecer. Cedo o tarde, pero ira acontecer.

Hablar con diferentes personas es optimo para sé aprender más en la vida. Es importante escuchar más y hablar menos. Tu aprende mucho más con preguntas do que respuestas. Libros ciertamente ayudaran – y continúan ayudando – en el proceso para desarrollar la habilidad de escuchar a las personas. Una sugestión de libro seria: Ego es el Enemigo de Ryan Holiday.

Empatía es la palabra y libros te ayudan a desarrollar su empatía. El momento que tu entendés porque algo funciona de tal manera, tu automáticamente para de juzgar eso. Tú no necesitas concordar, pero vas a empezar a respetar mucho más.

Hace 4 meses que vivo en México. Estaba en Guadalajara y hace dos días que llegue a una de las mayores ciudad del mundo: La ciudad de México. Estoy muy entusiasmado. Los desafíos son grandes, pero mi voluntad de vencerlos es muy mayor.

Te digo que no podría ter encontrado un mejor trabajo que [12min](#). Nosotros hacemos resúmenes de libros de no ficción en aproximadamente 12 minutos, en audio y texto, tú escoges. Yo sinceramente acredito que el conocimiento el la fuerza que puede cambiar el mundo. Descarga 12min app, estamos disponibles para [Android](#) y [IOS](#).

Saludos!

FRASES

Homo Singularis Resumen

HOMO SINGULARIS LA EVOLUCIÓN DEL INGENIO



La evolución del ingenio

Para ponerlo en pocas palabras, este libro aborda la evolución del hombre, el cerebro y el pensamiento humano desde tiempos primitivos hasta el presente, incluyendo diferentes hipótesis sobre nuestro futuro.

Eso, claro, es apenas un pequeño vistazo de todo lo que nos depara esta obra.

Si en cambio estás interesado en un análisis mayor que te permita entender cómo la tecnología afectó -y afectará- nuestra evolución desde los orígenes mismos de nuestra

existencia, ¡sigue leyendo y acompáñanos en este viaje de descubrimiento!

¿Quién debería leer “Homo singularis”? ¿Y por qué?

Podemos recomendar [*Homo Singularis*](#) a cualquiera que esté interesado en comprender cómo evolucionó la tecnología desde sus orígenes hasta la actualidad y que quiera entender los beneficios que generó para la humanidad.

Repleto de ejemplos y referencias históricas, este libro realiza un repaso detallado de los acontecimientos que nos llevaron a desarrollar la tecnología hasta convertirla en lo que es hoy: una parte fundamental de nuestra existencia.

Acercas de Néstor Márquez



Né
st
or
Má
rq
ue
z
es
un
ej
ec
ut
iv
o,
en
tr
ep
re

ne
ur
y
sp
ea
ke
r
ar
ge
nt
in
o
ra
di
ca
do
en
Mé
xi
co
.
Tr
ab
aj
a
co
n
in
di
vi
du
os
,
or
ga
ni
za

ci
on
es
y
go
bi
er
no
s
de
to
da
La
ti
no
am
ér
ic
a
pa
ra
ay
ud
ar
lo
s
a
cr
ea
r
el
fu
tu
ro
de
su
s

Con más de 30 años de carrera, dentro de su currículum aparecen multinacionales como DuPont, Accenture y Wunderman.

Además desarrolla la docencia en el Tecnológico de Monterrey y en la Universidad Católica Argentina.

En los últimos años publicó este libro, *Homo Singularis*, fundó las empresas Future Experts y Chair Institute for Exponential Growth y fue elegido *LinkedIn Top Voice 2018* de América Latina.

“Homo Singularis Resumen”

Esta obra cuenta, de manera didáctica, historias para comprender el desarrollo acelerado de la tecnología. Abarca desde la antigüedad hasta nuestros días para prepararnos para lo que viene.

Desde las primeras máquinas simples, pasando por los avances de la revolución industrial, claves en la historia. También por aquellos desarrollos y acontecimientos que llevaron a la computadora, la red y la inteligencia artificial.

Las experiencias de los especialistas que aparecen en este libro permiten entender el mundo digital actual. Eso, además, nos hará comprender lo que nos depara el futuro.

Y un día el humano contó

La manía de las personas por recolectar datos comenzó hace miles de años. Hay registros en la prehistoria que indican que nuestros antepasados ya tenían formas de contar lo que recolectaban y cazaban.

Al mismo tiempo surgieron medidores de tiempo, que en un principio eran fenómenos naturales. Aunque fue el reloj la primera máquina sofisticada que continuamente fue creciendo en complejidad y aportando cada vez mayor tecnología y conocimiento.

A la vez iba incorporando nueva funcionalidad, especialmente cuando se iba involucrando en la vida de las personas, transformándola. Es decir, significó un elemento de avance exponencial.

De todos modos lo importante era su objetivo, medir el tiempo. Era un esfuerzo racional por lograr una organización mejor, o quizás, un intento de lograr controlar el tiempo y dominarlo.

A partir de ahí llegaron consecuencias en cadena, como la capacidad de poner horarios a los trabajos.

Si a la simplificación de las tareas le agregamos la eficiencia ganada por la automatización del proceso productivo, obtenemos un nuevo impacto en la productividad. Tal como sucedió en la Revolución Industrial.

Moles cibernéticas

A partir de una serie de nombres y hechos históricos, el autor explica el impacto que tuvieron las computadoras. Sobre todo, a nivel bélico.

Centra buena parte de su trabajo en Alan Turing (1912-1954), una de las mentes más destacadas del siglo XX. Este inglés comenzó a esbozar los principios generales de la computadora

tal como se la conoce hoy en día.

Gracias a Turing Inglaterra descifró el código Enigma de la Alemania nazi. Este comunicaba a sus submarinos en plena Segunda Guerra Mundial. También ayudó la Bombe polaca, base del descubrimiento inglés.

El ingeniero alemán Konrad Zuse (1910-1995) fue otro de los inventores europeos que colaboraron en la incipiente industria de la computación. Entre 1936 y 1945 desarrolló una serie de computadoras Z.

Creó dispositivos que podían hacer cálculos de manera automática. Fundamentalmente sabían sumar y restar y con ello realizar multiplicaciones y divisiones.

Ahora la cuestión se vuelve personal

Apelando otra vez al uso de ejemplos, Márquez explica el avance de las computadoras con dos nombres. Comenta los casos de Edmund Berkeley (1909-1988) y Steve Wozniak (n. 1950). Ambos tuvieron roles importantes para que los ordenadores dejaran de ser grandes máquinas para llevarlos a los hogares.

El preponderante papel que tomó Silicon Valley fue en gran parte por ser un área de perfil innovador. Allí los empleados no sólo son muchos, sino que destacan por su calidad académica. También, por ser emprendedores.

El producto de ese esfuerzo fue uno de los desarrollos más significativos de nuestro tiempo: la computadora personal.

También significó un cambio de paradigma en el campo de la comunicación. Todos estos experimentos que vieron la luz en California tenían la idea de comunicación entre pares. Que fuera de manera voluntaria, en unión libre y que permitiera un vínculo directo entre los usuarios.

Era lo opuesto a los medios de comunicación masiva de la

época. Estos tenían un paradigma de interacción en un solo sentido y además eran controlados por el Estado.

Los autómatas antes de Turing

A diferencia de los utensilios y las máquinas desarrolladas en la antigüedad, los autómatas del siglo XIX buscaban entretener al establishment. Por lo general no cumplían una función práctica específica más allá de demostrar poder al dominar una tecnología de vanguardia.

Para el filósofo Radovan Richta (1924-1983), la tecnología evoluciona en tres etapas fundamentales: herramientas, máquinas y automatización. Aún en la actualidad, este planteo sigue siendo un enfoque válido de abordaje a la evolución tecnológica.

Primero aparecen las herramientas, y con ello el hombre se ve multiplicado. Con eso puede realizar muchas tareas que antes le llevaban más tiempo y esfuerzo.

En el segundo período aparece la [máquina](#). Si bien es un tipo más sofisticado de herramienta, no sólo potencia las capacidades humanas sino que permite reemplazarlas completamente.

Por último asocia la tercera etapa con el autómata. Ahí es posible sustituir el control humano de la máquina con mecanismos de control más sofisticados. Con ello pueden expandirse las capacidades humanas a otro nivel, antes inimaginables.

Después de los humanos

En este capítulo final, el autor introduce varios conceptos. Uno de ellos es la singularidad tecnológica. Se trata del punto hipotético donde la civilización sufre una aceleración del progreso técnico. Claro, siendo ésta incapaz de predecir sus consecuencias.

Para que suceda, la inteligencia de las máquinas, en su conjunto, debería superar a la inteligencia humana en su conjunto.

Están quienes consideran que el tema tiene que ver con el propio [ser humano](#). A pesar de los grandes desarrollos tecnológicos, su inteligencia básica no aumentó. El cerebro no sufrió cambios significativos durante milenios.

Otro término analizado es el transhumanismo, que podría definirse como “la trascendencia de lo humano”. Es una corriente de pensamiento surgida a fines de la década de 1970 a partir de los distintos avances en ciencia y tecnología.

Algunos de estos descubrimientos se asemejaban a cuestiones asociadas a la ciencia ficción y comenzaron a ser parte de una realidad más cotidiana, como la eterna juventud -cirugías plásticas-, modificar el paso del tiempo -ingeniería genética- y la inmunidad -trasplantes de órganos-.

Quienes creen en esta teoría confían en que el sapiens desistirá de transformarse lenta y aleatoriamente a través de un proceso biológico, optando por una evolución dirigida y rápida que le permitirá diseñarse a sí mismo.

Es fácil vincular ese razonamiento al desarrollo de la Inteligencia Artificial, donde empresas como Google, Microsoft y Facebook ya han conseguido avances impresionantes y cuentan con proyectos muy interesantes: vehículos autodirigidos y softwares capaces de entender el lenguaje natural y de usar la lógica para resolver problemas sin asistencia humana.

Sin dudas, la IA será un pilar para el descubrimiento de nuevas tecnologías que transformarán lo que hoy significa ser humano.

Notas finales

A modo de reflexión, Márquez plantea una de las principales

preguntas que vamos a enfrentar como humanidad en los próximos treinta o cincuenta años.

¿Realmente estamos haciendo todo lo que está a nuestro alcance para maximizar los beneficios y minimizar los riesgos que implican los avances tecnológicos?

Varios progresos tuvieron un precio demasiado alto. Conseguimos superar las guerras mundiales a partir del desarrollo de armas de destrucción masiva: las bombas nucleares. Para llegar al desarrollo sustentable de las empresas, esas mismas compañías tuvieron que dañar gravemente nuestro planeta.

Esas pérdidas, esos errores, ¿fueron totalmente necesarios? ¿Cómo podríamos adelantarnos a ellos? Es una certeza que la tecnología y la humanidad están integrándose de forma exponencial y lo harán aún más en el futuro.

Por eso, el desafío de todos será implementar esos avances de la manera más eficiente posible.

Lecciones clave de “Homo Singularis”

1. Identidad construida a base de datos
2. La evolución de la tecnología en tres simples pasos
3. Curiosidad y cautela para asegurar nuestro futuro

Identidad construida a base de datos

Gran parte de los avances que conseguimos como humanidad se debieron a la recolección de información y su posterior análisis, desde formas primitivas a las técnicas complejas que usamos actualmente.

Aunque siempre supimos mantener la vocación que se esconde

detrás de esta obsesión por la investigación: poder entender nuestro entorno para lograr intervenirlo y luego controlarlo.

La evolución de la tecnología en tres simples pasos

Como ya fue mencionado en el resumen, este proceso puede resumirse en tres etapas: herramientas, máquinas y automatización.

Poner en práctica este concepto es lo que nos llevó a desarrollar avances que cambiaron la forma en que entendemos el mundo y cómo nos relacionamos con él.

Márquez comienza su libro con una frase de Marshall McLuhan (1911-1980) que ilustra esto a la perfección: “Primero construimos las herramientas, luego ellas nos construyen a nosotros”.

Curiosidad y cautela para asegurar nuestro futuro

Si bien es un aspecto que ya fue abordado, lo consideramos fundamental. Para el autor, está claro que nunca debemos perder la curiosidad que nos llevó a desarrollar tecnologías que moldearon nuestra especie casi a total voluntad.

Pero también es cierto que los extremos nunca son positivos. Esa fiebre por descubrir nuevos avances debe estar siempre acompañada por un sentido común y una actitud prudente que mantengan viable nuestra existencia a largo plazo.

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

Frases de “Homo Singularis”



Nuestro análisis crítico

La composición de Homo Singularis, nutrida a base de ejemplos, referencias y citas, la vuelve una obra muy completa aunque tal vez demasiado profunda y detallada para el público general.

Si la evolución de la humanidad y la tecnología forman parte de tu lista de intereses, no lo dudes: este libro es para ti. Pero si en cambio prefieres una lectura más leve, te recomendamos que busques una alternativa.

Al margen de su lectura espesa, este libro puede brindarte una gran cantidad de información e ideas sobre nuestro futuro que quizás te genere un número aún mayor de preguntas e inquietudes sobre qué nos depararán las próximas décadas y siglos.

Pero al final eso es lo más interesante, ¿no?