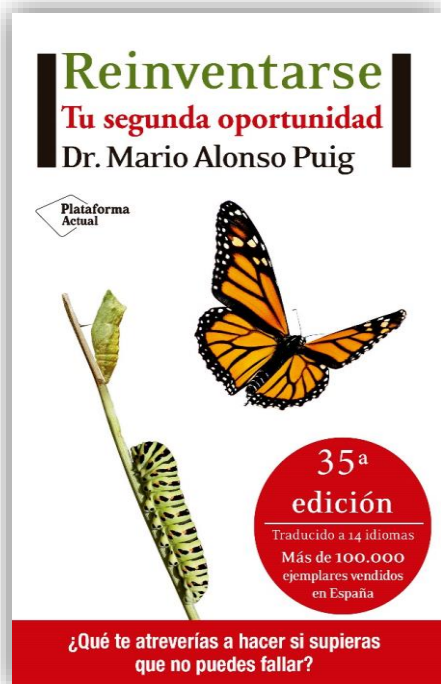


DOSIER DE PRENSA

"Esta es una lucha de todos, con todos y por todos. Una persona no tiene la fuerza por sí misma para solucionar nada, tenemos que ayudarnos entre todos. Hombro con hombro, el ser humano cuando ha cooperado es cuando sale adelante en los grandes desafíos". Dr. Mario Alonso Puig



Reinventarse

Tu segunda oportunidad

Dr. Mario Alonso

Formato:	Rústico
Páginas:	192
PVP:	17€
ISBN:	978-84-15577-09-6
Idioma:	castellano y catalán
Año de publicación:	2010
Colección:	Actual

LA SINOPSIS

En el Oráculo de Delfos, a la entrada del templo de Apolo, en la antigua Grecia, una piedra tenía grabados unos extraños signos. Era una invitación a adentrarse en una de las aventuras más fascinantes que el ser humano pueda emprender, la de conocerse a sí mismo. Este libro es un mapa que nos va a acompañar en ese viaje hacia nuestro propio interior. Poco a poco se irá desvelando el secreto de cómo las personas creamos los ojos a través de los cuales observamos y percibimos el mundo. Son estos ojos los que tantas veces hacen que nos enfoquemos en las culpas del pasado y no en las posibilidades del futuro.

Traducido a 14 idiomas

Reinventarse no quiere decir convertirse en alguien distinto a quien se es, sino sacar a flote nuestro verdadero SER. Es en este nuevo espacio de posibilidades donde afloran la creatividad, la sabiduría y la energía que transforman por completo nuestra experiencia, trayendo una mayor serenidad, ilusión y confianza a nuestras vidas. Está en nosotros, en el ejercicio de nuestra libertad personal, hacer elecciones que paulatinamente nos lleven a transformar nuestra forma de mirar.



¿Qué te atreverías a hacer si supieras que no puedes fallar?

Decía Marcel Proust que "el verdadero acto del descubrimiento no consiste en salir a buscar nuevas tierras, sino en aprender a ver la vieja tierra con nuevos ojos". Son nuestros nuevos ojos los que nos van a permitir ver lo que antes nos era invisible y son también esos nuevos ojos los que nos van a llevar a descubrir cómo alcanzar aquello que hasta ahora nos había parecido imposible.

35ª edición – Más de 100.000 ejemplares vendidos

EL AUTOR

Mario Alonso Puig, médico especialista en Cirugía General y del Aparato Digestivo, *fellow* en Cirugía por la Facultad de Medicina de la Universidad de Harvard, en Boston, y miembro de la Academia de Ciencias de Nueva York y de la Asociación Americana para el Avance de la Ciencia, ha dedicado gran parte de su vida a explorar el impacto que tienen los procesos mentales en el despliegue de nuestros talentos y en los niveles de salud, de energía y de bienestar que experimentamos. Ponente de HSM Talents, ha sido invitado por instituciones como el MD Anderson Cancer Center de Houston (Estados Unidos), el Global Leadership Center del INSEAD (Francia) y la Universidad Pitágoras de Sao Paulo (Brasil). Actualmente imparte conferencias y cursos sobre Liderazgo, Comunicación, Creatividad y Gestión del Estrés tanto a nivel nacional como internacional. Es también autor de *Ahora yo* y *La respuesta*, también publicados por Plataforma Editorial.



Martes 19 de mayo
¿Y ahora, qué?




Mario Alonso Puig
Ahora, reinventarse

Sergio Fernández
Ahora, emprender




17.00 h

El Dr. Mario Alonso Puig nos propone un viaje apasionante hacia nuestro propio interior para afrontar la crisis del Covid 19.

17.00 h Inscripción gratuita [aquí](#)



FRASES DESTACADAS DEL LIBRO

«Si queremos aumentar nuestra capacidad de resolver problemas [...], necesitamos aprender cómo trascender los límites que nuestra propia mente nos está imponiendo.»

«Si quiere reinventarse, enfóquese en lo que quiere y no en lo que teme.»

«El consciente sería como el capitán de un barco velero y el inconsciente, como el viento que impulsa las velas. [...] O el capitán aprende a entender el viento y a usarlo a su favor, o no llegará muy lejos.»

«Muchas veces lo más valioso está oculto a nuestros ojos. Acercarse a lo que ya conocemos con un espíritu abierto puede ayudarnos a descubrir mucho más.»

«En la vida, cuando algo nos importa de verdad y sentimos el miedo al vacío, hemos de confiar en que cuando demos un paso adelante, a pesar de nuestro miedo, comenzarán a desplegarse nuestras alas.»

«Sea usted el dueño de su atención. El precio de la libertad es la vigilancia permanente. Recuerde que donde vaya su atención irán sus emociones y su energía. Donde ponga su atención se hará siempre más real para usted.»

«Muchas veces lo más relevante no es impartir conocimientos o dar explicaciones, sino hacernos preguntas que nos permitan explorar cosas que previamente ni nos habíamos planteado.»

«Las palabras no se las lleva el viento, sino que crean realidades. Busque palabras para ayudar y no para anular. Tal vez se sorprenda de lo que empieza a suceder.»

«El cuerpo es el inconsciente, y por eso cuando usted cuida su cuerpo cuida su mente, y cuando cuida su mente también cuida su cuerpo.»

«Cuando se sienta tenso o confuso, recuerde que lo primero que ha de hacer para sentirse sereno y confiado es tomar el control de la respiración. Es el paso más directo, rápido y eficiente para acceder de nuevo a un estado de equilibrio.»

«La aceptación impulsa a la acción, a la toma de responsabilidad, a ser uno plenamente consciente de que sí es capaz de dar una respuesta a lo sucedido.»

Per concertar una entrevista con el autor, no dudes en contactar.

