



DESARROLLO PERSONAL

Sabiduría japonesa para lograr vencer los miedos

En estos tiempos de estrés y competitividad extrema, el miedo aflora más fuerte y en más ámbitos. La fábula de un samurái ahonda en este concepto y da las pautas para superarlo.

Á. MÉNDEZ, Madrid

“No es valiente el que no tiene miedo, sino el que sabe conquistarlo”, dice Nelson Mandela. Esta cita que recoge Josep López en su obra, *El valor del samurái*, resume el mensaje que transmite este periodista y profesor universitario. López analiza un problema cada vez más actual: el miedo. Un pánico paralizante que afecta a todos los ámbitos de la persona, tanto el personal como el profesional. Un miedo al fracaso, a la incertidumbre, a la soledad, a la muerte, a perder el empleo, a no estar a la altura de las circunstancias y que impide tomar decisiones y en definitiva no deja ser feliz.

Afortunadamente, este desolador panorama tiene solución. A tra-



Autor: **Josep López Romero**
Editorial: **Planeta Empresa**
Páginas: **219**
Precio: **12,80 euros**

vés de la historia de un samurái que de pronto se siente incapaz de seguir con su vida, López demuestra que el miedo se vence con valor, y que el valor es una actitud que se puede aprender. El camino de este guerrero japonés enseña a construir un antídoto compuesto de cosas como amor por la vida, serenidad, autoestima, imaginación,

aceptación, proyecto vital y mucha empatía.

Una narrativa sencilla y que atrapa al lector desde el primer capítulo hacen de esta obra un estupendo manual que invita a la reflexión y ayuda a replantearse el ritmo y prioridades de la vida.

Nuevo sello editorial

El valor del samurái es uno de los cuatro libros con los que Planeta lanza el 15 de enero su nuevo sello, Planeta Empresa. Esta nueva colección está dirigida a los profesionales de la empresa, desde el personal administrativo hasta el director general. El nuevo sello tiene dos líneas: la fábula, con relatos que buscan divulgar valores de crecimiento personal, y los ensayos, que abordan temas de gestión empresarial, relación entre empleados, liderazgo y desarrollo de habilidades.

Los títulos que llegan a las librerías la próxima semana son *La felicidad de Alicia*, de Juan Salvador Vergas, *Si Harry Potter dirigiera General Electric*, de Tom Morris y *La estrategia de la Zancadilla*, de Stanley Bing.