



Miller, Susan (2011) *El éxito a través del pensamiento positivo*. México: Panorama. 168 páginas

La calidad de tu vida se reduce a esta simple ecuación: CV= 10% lo que te sucede y 90% como manejas lo que te sucede.

Una actitud positiva no te evita tener problemas, pero si te ayuda a manejarlos de forma adecuada.

Con este par de premisas Susan Miller te invita a descubrir en su libro fórmulas de probada eficacia para mejorar tu calidad de vida.

Las 40 mejores maneras de mantenerse en la zona positiva

Un libro de cabecera con citas y reflexiones prácticas acerca de nuestra manera de reaccionar frente a lo que nos ocurre.

Enmarcada en la psicología positiva y el poder del pensamiento positivo, la autora nos propone mejorar nuestra calidad de vida dándonos una serie de recomendaciones prácticas sobre asuntos cotidianos.

La estructura del libro

Dos partes: una primera dedicada a ayudarte a crear tu Zona positiva y la segunda a estrategias para permanecer en ella.

Cada capítulo esta enriquecido con una cita de un personaje conocido que ilustra la intención de la propuesta y como para muestra basta un botón en el capítulo 2 que se titula "Acaba con el amontonamiento" cita a Jeff Foxworthy, comediante norteamericano que decía que "tienes demasiadas cosas cuando la gente toca la puerta para comprar cosas de tu venta de garaje, y tú no estás vendiendo nada". Pero lo mejor del libro es que en cada capítulo tiene una sección con una viñeta muy sugestiva, que a manera de una señal de carretera tiene una flecha apuntando para arriba y la palabra con mayúsculas ACTÚA. En ella te da la autora consejos prácticos para que lleves a la realidad la propuesta y al final casi siempre un toque cómico que te alegra, como por ejemplo en este mismo capítulo la rúbrica es.

Visto en el boletín de una iglesia: "*Señoras, no olviden la venta de cosas usadas. Es la oportunidad de deshacerse de esas cosas que no vale la pena seguir teniendo en casa. Traigan a sus maridos*".

Para los escépticos como yo el capítulo 4 es la medicina, se titula *Paga el precio* e inicia con una cita de autor anónimo: "El único lugar en el que encuentras el éxito antes de trabajar es en el diccionario". Es decir no encontraras en este libro fórmulas mágicas ni productos milagrosos aunque no dejo de pensar que tener un pensamiento positivo frente a la vida es el mejor milagro que puedo solicitar. Un libro que hay que traer consigo y leerlo un capítulo a la vez sin prisas pero sin pausas.

La autora

Susan Miller

Presidente de la empresa, Re-Energizing Communications, Inc.

Conferencista internacional experta en el tema de motivación ha energizado audiencias en 42 estados y seis países.

Es miembro de la National speakers association

Nacida en Evanston, Illinois, Susan tiene una licenciatura en arte y una maestría en educación y teatro por la Universidad de Indiana, además de una maestría en ciencias por la universidad de Spalding.

Vale la pena mencionar que ya por más de 16 años dedica los sábados en la tarde a atender un grupo de niños de escasos recursos apoyándolos y dándoles un momento de diversión.