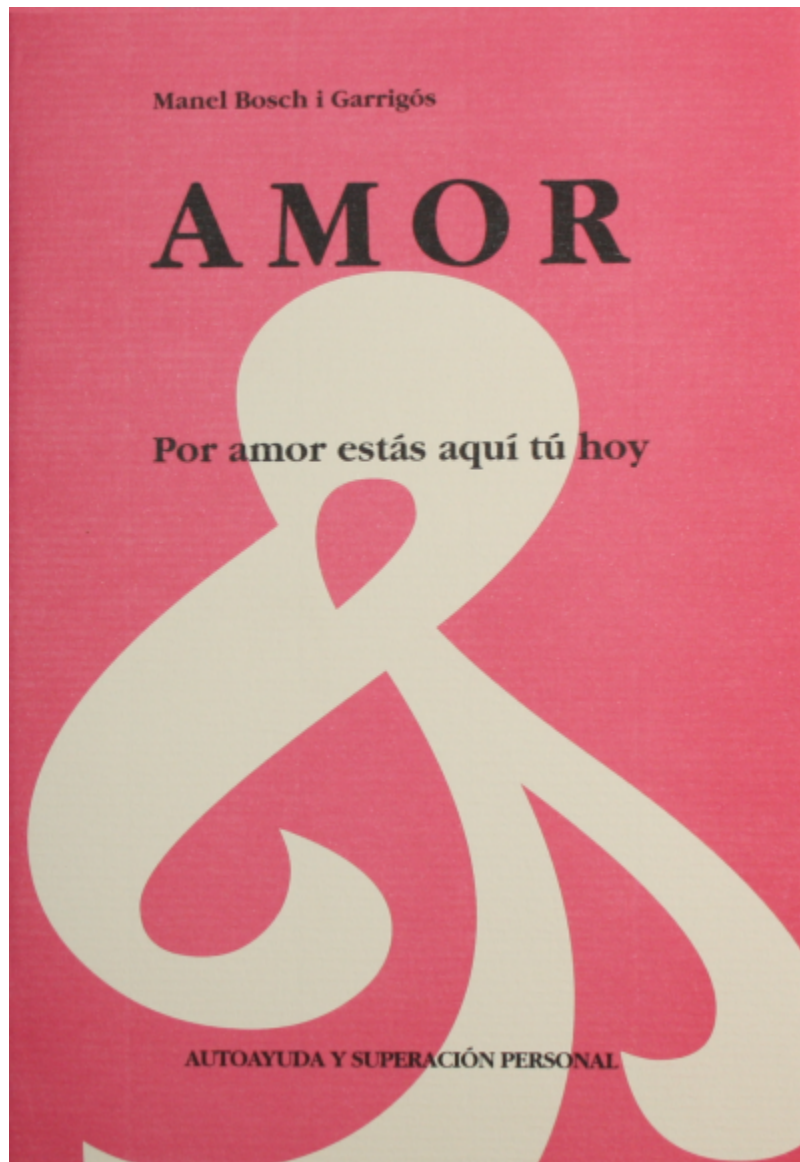


# Amor - Lectura de Autoayuda

© 2013 Manel Bosch i Garrigós



# Amor

Auto Ayuda

---

*por Manel Bosch í Garrigós*

# Amor - Lectura de Autoayuda

© 2013 Manel Bosch i Garrigós

Todos los derechos reservados. Ninguna parte de esta obra puede ser reproducida en cualquier forma o por cualquier medio - gráfico, electrónico o mecánico, incluyendo fotocopias, grabación o almacenamiento de información y sistemas de recuperación de información - sin la autorización por escrito de la editorial.

Los productos que se mencionan en este documento pueden ser marcas comerciales y / o marcas comerciales registradas de sus respectivos propietarios. El editor y el autor no pretenden estas marcas.

Si bien todas las precauciones se han tomado en la preparación de este documento, el editor y el autor no asumen responsabilidad alguna por errores u omisiones, ni de los daños que resulten del uso de la información contenida en este documento o del uso de programas y código fuente que puede lo acompañan. En ningún caso, el editor y el autor será responsable de ninguna pérdida de beneficios o cualquier otro daño comercial causado o presuntamente causado directa o indirectamente por este documento.

Creado: enero 2013 in (whereever you are located)

## **Publisher**

*emain*

## **Managing Editor**

*Manel Bosch i Garrigós*

## **Dedicado a:**

*Dedicado a mis padres, Manel y Pilar, que tanto me han ayudado.*

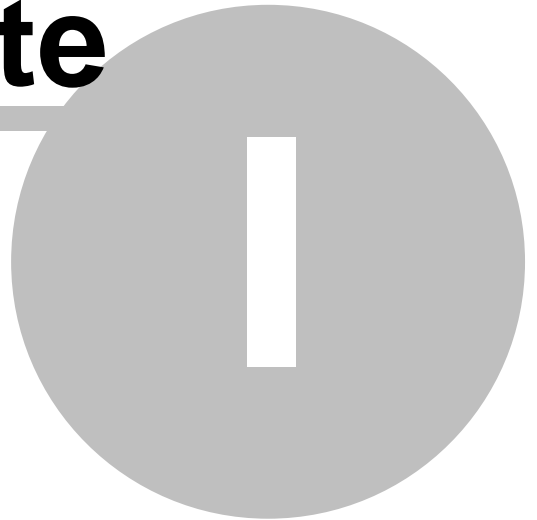
*Y muy especialmente a Isabel, mi compañera sentimental, a la que quiero mucho, y por su estrecha colaboración. Pues gran parte del mérito de este libro es para ella, ya que sin su estimada aportación no habría visto la luz.*

*Por último, también se lo dedico a mis hijos Raúl y Joan, que tanto quiero.*

# Tabla de contenido

Amor	0
<b>Parte I Introducción</b>	<b>2</b>
1 ACCIÓN .....	2
2 AMBICION - SUPERACION.....	3
3 AUTOCONFIANZA.....	4
4 AUTOIMAGEN-AUTOESTIMA.....	4
5 COHERENCIA.....	5
6 Conclusiones.....	5

**Parte**



# 1 Introducción

El amor es para el niño lo que el Sol para las flores; no le basta el pan; necesita caricias para ser bueno y para ser fuerte

## Concepción Arenal

Nada es pequeño en el amor. Los que esperan las grandes ocasiones para demostrar ternura no saben amar.

## L. Conan

Amar es encontrar en la felicidad del otro tu propia felicidad.

## Leibniz

### 1.1 ACCIÓN

¡NO AVANZAS SI TE MANTIENES EN COMPARANZAS!

Conseguir, se consigue, con seguir.

El tiempo anda a un paso, aprovecha el paso del tiempo.

Los hechos son recordados, las palabras sufren de Alzheimer.

Hay cosas buenas y, las hay malas, las personas las hacemos buenas o malas.

No seas el más estudioso, tampoco el primero en presentar un examen, no te creas infalible por tener diploma o cualquier carrera, no pienses que las palabras por ilusionantes que éstas sean lo solucionen todo... ¡¡SON LOS HECHOS!! ¡¡PONTE EN ACCIÓN!!

Ponte si es necesario a coser, hacer calceta, bordar... pero ¡¡CONSÍGUELO, SEGURO QUE TÚ LO PUEDES ABORDAR!!

Razones con obligaciones son acciones.

Estancado por ir las cosas mal, nada de falsedades ni rodeos, se avanza sólo con verdades y muchos deseos.

¡¡NADA TE AHOGA! ¡NADA TE SALVA!

## 1.2 **AMBICION - SUPERACION**

¡NO APRUEBES NUNCA SUSPENDER!

Cuando el bien en lo que te dediques sea satisfactorio, continúa mejorando, en la vida en lo que te ocupes te has de estar continuamente reciclando.

Leer, escribir... es ele...mental, ¿por qué te conformas sólo con la "ele", y no con MENTAL?

Mejorando como siempre; mejorarlo como nunca.

No digas: "Ya lo sé", di: ¡SE PUEDE MEJORAR! No pienses: "Opino, es correcto", piensa: ¡SE PUEDE MEJORAR! No hagas: "Lo hecho anterior, igualo hoy", di cuando hayas hecho: ¡SE PUEDE MEJORAR!

EL "DESDE", TE OFRECE AL MÍNIMO.  
EL "HASTA", TE LO OFRECES TU MISMO.

Con la ruina. "AUTOESTIMA" patina.

Quieres ganar, que perder ya vendrá sin querer.

Si es alto el nivel de exigencia,  
la ambición irá de la mano de la excelencia.

Cuando se complican las cosas, comienzo en realidad a conocerme.

### 1.3 **AUTOCONFIANZA**

Cuando ya hayas roto el hielo, te desenvuelves como pez en el agua.

El mago, eres tú o yo, el soñador eres tú o yo, el perdedor eres tú o yo, el mediocre eres tú o yo, tan normal, es de carne y hueso, no existe el "superhumano", "supermán". ¡TÚ ERES TÚ! ¡LO QUE DESEES, PODRÁS SER! ¡¡ESTÁ EN TU ELECCION!!

La máxima formación que te transmite el mejor profesional que exista en el mundo y tú no la pongas en práctica, el efecto que hará en ti es influyente. La mínima información que te transmitas a ti mismo y la pongas en práctica por propia voluntad, el efecto que hará en ti es determinante.

¡SI CREES QUE PUEDES COMENZARÁS PUDIENDO! ¡SI CONTINUAS CREYENDO QUE PUEDES ACABARÁS HACIENDO!

Una idea es como el nacimiento de un ser, depende sólo de ti lo que en tu vida ésta pueda ser.

Entender nuestras limitaciones,  
vencer propias situaciones.

¡¡SI EN ELLO CREEMOS,  
POR ELLO LO CONSEGUIREMOS!!!

El luchador cuenta con mañana; el mañana cuenta con luchadores.

### 1.4 **AUTOIMAGEN-AUTOESTIMA**

ECO ¡ES VOCERÍO EXTERIOR!  
EGO ¡ES TU VOZ INTERIOR!

Cuando se trata de vencer, nunca "bajes la guardia". No des la espalda a tu enano interior y te haga "el alto tu guardia".

EL ENTUSIASMO ES LA FUERZA  
QUE AUTOESTIMA REFUERZA.



En ti invertir, no te va a arrepentir.

Si crees y confías en tus facultades,  
no has de pasar por mayores dificultades.

## 1.5 COHERENCIA

Cargado de razones, ligero de acciones.

El que abandona, ni recibe, ni dona.

Las formas has de cuidar, el fondo se cuida solo.

La persona sin sentido común, es la persona carente del más propio de los sentidos.

No entierres la cabeza bajo tierra como los avestruces, pues dejas al descubierto sobre tierra las cruces.

Pensar en voz alta el como decir  
lo que otro no soñaría ni en altavoz oír.

Una equivocación es un error, cuando no admites que te equivocaste.

Cuando el silencio es utilizado para ocultar el delito, es la única cara que se dejar ver el maldito.

Tú eres para muchos lo que piensen; tú eres para algunos lo que pienses.

## 1.6 Conclusiones

Sólo hay 3 voces dignas de romper el silencio: la de la poesía, la de la música y la del amor.

AMADO NERVO.



