

Pilar Sordo

Un segundo de coraje



Fecha de publicación:

30/11/2021

Sello Editorial:

Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Gabriela Mogollón

Teléfono: +51 991 867 325

Email: gjmogollon@eplaneta.com.pe



Un segundo de coraje

Pilar Sordo

Libérate de las situaciones tóxicas que te tienen atrapado y anímate a realizar el cambio que necesitas.

Seguramente todos, en ciertos momentos de la vida, nos hemos visto paralizados frente a alguna situación; sabemos que no la queremos, que debemos hacer un cambio –incluso muchas veces tenemos claro exactamente qué es lo que tenemos que hacer–, pero no nos atrevemos a dar el salto. Sin embargo, una vez que el velo se corrió, esa relación tóxica en la que estamos atrapados, ese trabajo que ya no nos hace sentido, una alimentación que es mala para nuestra salud o incluso un sistema social que nos parece injusto, no podrán ocultarse de nuevo: ya somos conscientes de aquello y, aunque queramos volver a la negación, nada podrá cambiar esa realidad. Da miedo, vértigo, pero es un segundo de coraje el que necesitamos para hacer un cambio que nos lleve al encuentro de nuestro amor propio y paz interior.

A partir de las múltiples consultas que le llegan directamente a Pilar a través de sus redes sociales se fue armando este precioso ensayo, cuyo hilo conductor es la necesidad que todos tenemos de hacer cambios, ya sea para crecer, tener más conciencia, ser más libres, alcanzar mayor paz o ser más felices.

Pilar Sordo

Es psicóloga con una destacada y reconocida experiencia en el área de la psicología clínica. Desarrolla su actividad prestando asesorías y realizando charlas en colegios, empresas, universidades, fundaciones, centros culturales y comunitarios, municipalidades, intendencias, tanto en Chile como en el extranjero. En paralelo a su actividad clínica, es creadora y presidenta de la Fundación Cáncer Vida que ayuda a enfermos y familiares que transitan por el camino de esa enfermedad. Gracias a la profundidad de sus conocimientos, su personalidad carismática y el éxito de sus charlas y libros en distintos países latinoamericanos, participa en diversos programas de radio y televisión, y es columnista en diferentes medios escritos y portales de internet. Entre sus libros publicados se cuentan *¡Viva la diferencia!* (2005), *Con el Coco en el diván* (2007), *No quiero crecer* (2009), *Lecciones de seducción* (2010), *Bienvenido dolor* (2012), *No quiero envejecer* (2014), *Oídos sordos* (2016) y *Educación para sentir, sentir para educar* (2017).