

ÍNDICE

Prólogo	13
Capítulo 1.	
LO BUENO DE LO MALO	17
1.1. ¿Es lo malo tan malo como parece?	19
1.2. Contra lo negativo, la solución “de siempre”	24
1.3. Lo positivo y lo negativo viajan juntos	27
1.4. Lo negativo no es sano ni rentable	36
1.5. Los alumnos que más “me han enseñado”	45
1.6. Los problemas no obstruyen, instruyen	46
1.7. Los problemas como materia prima del éxito	51
1.8. Problemas, problemas y problemas	54
Capítulo 2.	
LO MALO DE LO BUENO	57
2.1. El socio ideal	59
2.2. Consultores de éxito	66
2.3. Un abogado de éxito	73
2.4. La pareja es cosa de tres	78
2.5. Prohibido hablar mal	83
2.6. Los optimistas imposibles	86
2.7. Los libros de autoayuda, ¿ayudan?	88
2.8. El gol del cojo	94

Capítulo 3.	
EL EQUILIBRIO	97
3.1. ¿Qué es realmente el equilibrio?	99
3.2. ¿De dónde procede el equilibrio?	104
3.3. El mito de Sísifo	110
3.4. El equilibrio implícito	113
3.5. Una manera de enfocar la competencia	115
3.6. Lo peor de lo peor	118
3.7. ¿Por qué no se suicida usted, aunque sea a plazos?	121
3.8. El verdadero secreto de la inteligencia emocional	127
3.9. No se fíe de los “tramposos”	130
Capítulo 4.	
DE LA CULTURA DE LA QUEJA A LA DEL AGRADECIMIENTO	133
4.1. La cultura de la queja	135
4.2. El equilibrio y la gratitud	145
4.3. La gratitud como imán	155
4.4. ¿Cómo sentir la gratitud cuando las cosas van rematadamente mal?	160
4.5. ¿El tiempo cura el sufrimiento de los grandes problemas de la vida?	162
Capítulo 5.	
JERARQUÍA DE VALORES	165
5.1. ¿Qué pone primero?	167
5.2. Siete valores	168
5.3. Quien más tiene, más recibe; quien menos tiene, más se le quita	171
5.4. La gran trampa del éxito	173

5.5. ¿Cómo añadir éxito al éxito?	175
5.6. ¿Por qué se puede ganar hasta en la peor circunstancia? ..	181
5.7. “Esto servirá... para recaudar más impuestos”	183
5.8. Todos somos todo	186
5.9. “Crecer... a mi manera”	191

Capítulo 6.

¿QUÉ NOS FALTA?	197
6.1. La alquimia mental	199
6.2. Estructuras de disolución: del caos al orden	207
6.3. ¿A quién dice usted que quiere cambiar?	211
6.4. Una nueva perspectiva a la hora de resolver los problemas humanos	216
6.5. ¿Qué falta realmente?	220

Capítulo 7.

EL ÉXITO A DIFERENTES NIVELES	227
7.1. ¿La percepción de equilibrio y el éxito?	229
7.2. La Ley de Peter	231
7.3. La destrucción constructiva	238
7.4. ¿El juego con las críticas?	241
7.5. Aunque no quiera	246
GUÍA PRÁCTICA DE ACCIÓN	251