



## GROUNDNESS, UN MODELO DE ÉXITO BASADO EN LA MÁXIMA CONEXIÓN



### El autor

**Brad Stulberg** es un conocido investigador, escritor y coach del rendimiento, el bienestar y el éxito sostenible. Es coautor del superventas *Máximo rendimiento* y de *The Passion Paradox* (La paradoja de la pasión). Su trabajo ha aparecido en The New York Times, The Wall Street Journal, Los Angeles Times, Wired, Forbes y otras publicaciones, también es colaborador de la revista Outside. Brad, ejerce su práctica del coaching con ejecutivos, emprendedores, médicos y atletas, para mejorar su rendimiento y bienestar. Es cofundador de Growth Equation, una plataforma online dedicada a estos temas.



Título: *Máxima Conexión*.  
Subtítulo: *Un camino transformador hacia el éxito para alimentar tu alma*.  
Autores: Brad Stulberg.  
P. sin IVA: 13,41 € PVP: 13,95 €  
Tamaño: 15 x 23 cm N° págs: 288  
TEMA: VSC BISAC: SEL027000  
Encuadernación: Rústica Categoría: B  
ISBN: 9788419105301

### CLAVES DE VENTA

- ✓ La idea de este libro es **groundness**: una práctica donde se valora la presencia por encima de la productividad repetitiva, que acepta el progreso no lineal y da prioridad a los valores a largo plazo, a la comunidad y a la realización personal antes que a la satisfacción inmediata.
- ✓ Un elogio a la **paciencia**, la observación sabia, la autocompasión, la pertenencia y la conexión con personas, lugares y causas.
- ✓ **Recomendado** por Arianna Huffington, Daniel H. Pink, Adam Grant o David Epstein entre otros.

### TAGS

ÉXITO // FELICIDAD // LIDERAZGO // SALUD MENTAL  
MEDITACIÓN // PROPÓSITO // GROUNDNESS  
PRESENCIA // AUTOCOMPASIÓN // BONDAD  
PRODUCTIVIDAD // REALIZACIÓN // BUDISMO  
ESTOICISMO // TAOISMO // BURNOUT



### Sinopsis

Los baremos convencionales del éxito (promociones, premios, dinero) fallan sistemáticamente en proporcionarnos felicidad duradera. Por más trofeos que añadamos a nuestra colección, seguimos anhelando algo y sintiéndonos vacíos. Sin embargo, nos vemos obligados a seguir haciendo más, incluso a costa de nuestra salud mental y bienestar físico, con la esperanza de que el siguiente objeto que llame nuestra atención, por fin nos aporte esa siempre escurridiza plenitud que tanto ansiamos. En *Máxima conexión*, Brad Stulberg comparte un modelo de éxito más saludable y sostenible. La esencia de este programa es el *groundness*, una práctica donde se valora la presencia por encima de la productividad repetitiva, que acepta el progreso no lineal y da prioridad a los valores a largo plazo, a la comunidad y a la realización personal antes que a la satisfacción inmediata. *Groundness* significa poseer una base firme y estable, tener un claro sentido del yo gracias al cual podemos encontrar un éxito profundo y duradero, en vez de superficial y efímero.

### Libros relacionados:

