



## CÓMIC

Pasarán los años, con o sin pandemia, pero siempre estarán ahí. La mítica editorial Bruguera está sacando a la venta aventuras de Mortadelo y Filemón que se han convertido en unos clásicos que entretienen a los niños de hoy. Así, están, entre otros tomos en las tiendas *Chapeau el esmirriau*, de 1971, y *El sulfato atómico* (1969), posiblemente la historieta más famosa de los agentes de la TIA.

## CRÓNICA NEGRA

Blas Ruiz Grau firma en Anaya Multimedia *Asesinos en serio: vida y obra de los peores psicópatas de la Historia*. En este entretenido y aterrador libro, el autor hace minuciosos perfiles de los grandes criminales que pasaron a la posteridad. ¿Qué hay de verdad en lo que hemos oído? ¿Cómo empezó todo? Conociendo sus biografías, ¿se puede dar respuesta a la pregunta de si el psicópata nace o se hace?



## RECOMENDADOS

## Ya sentarás cabeza

**Autor:** I. Peyro **Editorial:** Libros del Asteroide **Págs:** 576 **Precio:** 23,90 euros

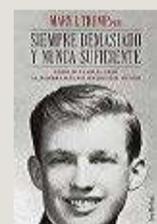
Abrirse paso en la vida cuando uno es un joven corresponsal político en Madrid puede ser un pretexto para la picaresca o el estoicismo, pero también la mejor educación para el periodista que quiere ser escritor.



## Siempre demasiado y nunca suficiente

**Autor:** Mary L. Trump **Edit.:** Indicios **Páginas:** 224 **Precio:** 15,80 euros

Un retrato revelador sobre el republicano Donald Trump escrito por su sobrina Mary L. Trump, psicóloga clínica e hija del hermano mayor del neoyorquino.



## Menos tech y más Platón

**Autor:** Scott Hartley **Editorial:** LID **Páginas:** 232 **Precio:** 22,75 euros

Scott Hartley explica de forma brillante e ingeniosa la importancia de la ética, las humanidades y las habilidades sociales en un mundo inminentemente tecnológico y su aplicación en las tecnologías que dominarán el futuro del trabajo.



# LA PEQUEÑA LIBRETA DEL ÉXITO

Xesco Espar, autor de 'Jugar con el corazón', firma una obra en la que da las claves del triunfo

EFE

El técnico deportivo y escritor Xesco Espar se muestra muy satisfecho de sus últimas obras y señala que «cuando escribí *Jugar con el corazón* ayudé a mucha gente a conseguir lo que quería, porque todos tenemos algún talento y, si combinas talento y esfuerzo, al final, siempre, alcanzas el éxito». «Pero, una vez llegas, mantener ese nivel de esfuerzo en el tiempo es difícil si no lo transformas en hábito». En el caso de *La libreta* nace de «mi deseo de explicar cómo mantenerse en el éxito».

Espar lleva unos días promocionando su nuevo libro, titulado *La libreta. Los 10 hábitos que construyen a la gente extraordinaria* (Plataforma Actual), que, en apenas una semana, ya iba por la segunda edición.

Con el Barça de balonmano, primero como miembro del equipo técnico de Valero Rivera y, luego, como entrenador principal del equipo -ganó 26 títulos-, este licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte y Máster en Psicología del Aprendizaje se ha dedicado a compartir sus conocimientos sobre las claves de su liderazgo, especialmente en el *coaching* para deportistas.

«Los equipos multicampeones y la gente que se mantiene en el éxito lo que tiene de bueno son sus hábitos, más que su esfuerzo. De hecho, hasta la felicidad a largo plazo es una cuestión de hábitos. Así que decidí explicar cuáles son esos hábitos a través de un relato», apunta.

En *La libreta*, que dedica a sus hijos Pol (un gran aficionado al deporte, que presta su nombre al protagonista de la historia) y Anni y Clara (jugadoras profesionales de waterpolo), narra la historia de un joven futbolista que logra jugar en el equipo profesional de su ciudad y no sabe cómo gestionar el éxito.

El jugador anota en una libreta roja todos los aprendizajes que extrae de las conversaciones que mantiene con su mentor, el capitán de la escuadra, que le muestra los cambios necesarios que debe hacer en su mentalidad para ren-



El exentrenador del Barça de balonmano atesora una gran experiencia en el mundo deportivo de élite.

dir al máximo nivel en la alta competición.

«Pol se encuentra en una situación en la que está mucha gente que consigue rápidamente el éxito, que se piensa que lo ha logrado por su talento, porque es bueno, no por su trabajo. Por lo general, cuando la gente consigue triunfar, empieza a flojear en su entusiasmo, en su energía y, cuando esto pasa, su rendimiento decae», reflexiona con rotundidad Xesco.

El extécnico del Barça, que dirige su propia academia de entrenadores, revela en su obra que, tanto en la vida como el deporte, «los hábitos tienen un gran poder porque liberan el pensamiento de lo básico, permitiendo que nos centremos en lo que realmente es importante».

El protagonista de esta historia va descubriendo, poco a poco, cuáles son esos 10 hábitos que le permitirán ofrecer su mejor versión como deportista durante

mucho tiempo: la ambición, la excelencia, la automotivación, la aceptación del fracaso, el aprendizaje bajo presión, la acción, ser buena persona, coraje, liderazgo y, finalmente, el respeto.

En realidad, como señala el propio Espar, se trata de «dos libros en uno». Una obra que puede abordarse de forma lineal, o también como propone el propio autor: «Me gustaría que la gente leyera primero la historia de ficción y, luego, dedicara cada semana a leer y profundizar en un capítulo de esos apuntes que el pro-

## El protagonista va descubriendo los 10 hábitos que le permitirán ofrecer su mejor versión

tagonista escribe en su libreta roja y en los que aborda uno de esos principios o hábitos».

**LIBRO DE TRABAJO.** Para el autor, «el objetivo es que se convierta en un libro de trabajo más que en un libro de lectura», prosigue.

Por eso, explica que durante la creación de la obra, se ha centrado, como ya hizo en *Jugar con el corazón*, en que el lector «encuentre aprendizajes en cada página, que abra por donde abra el libro, encuentre y aprecie que la información le es útil que pueda aplicar a su día a día, para superar los pequeños obstáculos que le ofrece la vida». Y, sobre todo, que entienda que el proyecto va más allá de la publicación de la obra.

«Estamos preparando un curso *on line* sobre *La libreta* que constará de 10 bloques (uno por hábito) que se podrán trabajar conmigo durante tres semanas cada uno», subraya Espar, convencido de los resultados inmediatos.