

Click to prove
you're human



De mi para mi la tormenta pasara

Reseña escrita por @solhernandezofc De Mí Para Mí, La Tormenta Pasará. Autor: @nacaridportal y @chrissbraund Páginas: 288 Editorial: @dejavuediciones 5 / 5 Sinopsis: ¿Qué encontrarás en este libro? → Amor propio. → Duelo. → Paz mental y aprender a soltar. Opinión personal: Definitivamente es verdad cuando dicen que este libro no lo buscas, te encuentra y llega a ti en el momento indicado para ayudarte a sanar, hacerte comprender las cosas y sobre todo para enseñarte. Hace muchos años yo perdi a mi abuelita, así como Nick, nuestro protagonista y sentí la culpa por no poder cuidarla, no poder ayudarla, me seguía doliendo mucho y me preguntaba ¿por qué se había ido de mi lado?, fue como si ella me mandara este libro, como si las cartas que leí me las hubiera escrito ella. Pero no sólo habla del duelo por la muerte de alguien, habla de la traición de los amigos y el dolor que puede causarte tu familia, te enseña que hay que aprender a soltar y a perdonar para vivir felices, porque de eso se trata la vida, de seguir adelante, de no detenernos y no vivir tratando de complacer a los demás siendo la imagen que ellos quieren que sean, que si alguien te ama te aceptará tal y como eres, te ayudará a crecer y no te obligará a cambiar nada de ti, que en la vida hay más que dolor y rencor, somos pocos pero podemos hacer el cambio, ayudar a los demás sin esperar a cambio. Recomiendo mucho este libro para todos, porque todos estamos perdidos en cierto punto de nuestras vidas, estamos en esa oscuridad que nos impide ver la luz aunque está exista dentro, sólo es cuestión de ayudarla a brillar. Gracias a Chriss y a Nacarid por tan bonito libro y por ayudarme a sanar con el. Sin duda alguna es de mis favoritos y ya muero por leer el segundo tomo. Jump to ratings and reviews De: Mí Para: Mí La tormenta pasará Nunca es tarde para otorgarte una segunda oportunidad. Cada día puedes empezar de nuevo, aprender de las experiencias que te hieriron, y avanzar hacia un futuro mejor. Por mucho tiempo te has juzgado, y en este viaje, uno de los destinos será el perdón. Mereces cerrar los ojos abrazando tus logros, aunque te sientas muy lejos de la meta, estás avanzando por la escalera de la vida, donde cada peldaño ya es un triunfo. Si estás leyendo esto, es porque nos merecemos un viaje en el que naveguemos sin juzgarnos por cada error, y entendamos que los problemas, aunque se aparezcan juntos y traten de derrumbarnos, no lo lograrán. Es tiempo de enfrentar los inconvenientes con paciencia descubriendo esa fortaleza que tenemos. Porque tenemos el poder de empezar de nuevo todas las veces que sean necesarias, recuérdalo. Este libro es para encendernos en la noche más oscura, para atravesar las crisis, para despedirnos de ese amor que acabó, o de ese amor que fue al cielo. Un libro para reencontrarnos, para convertirnos en desconocidos que se vuelven amigos, y tienen derecho a llorar, a reír, a tocar fondo y coger impulso hasta tocar las nubes. Porque después de este viaje, ninguna tempestad va a debilitarnos, saldremos de ella fortalecidos, y con más motivación para superar lo que sea que nos depare la vida. Quizá hoy tienes mucho en tu mente, y piensas que no podrás, pero iremos con calma, sin prisa, y poco a poco... La tormenta pasará. 148 people are currently reading Nacarid Portal Arráez nació en 1991 en Caracas. Gracias a la influencia de su madre se acercó a la lectura desde temprana edad, desarrollando habilidades que la llevaron, a los diez años, a la realización de sus primeros poemas y cuentos cortos. Desde los ocho años comenzó a realizar cursos de teatro como actividad extracurricular que mantuvo hasta que decidió que quería estudiar arte. Protagonizó obras de teatro como "La Gaviota" de Chejov, y "Romeo y Julieta", Shakespeare, "El Maleficio de la Mariposa", Federico García Lorca, "Bufonerías", de Alfonso Zurro, "La boda", de Bertol Brecht, "Chúo Gil" de Arturo Uslar Pietri, entre otras. Su amor por la dramaturgia la llevó a estudiar con el reconocido dramaturgo venezolano José Gabriel Núñez. A los dieciséis años comenzó las que serían sus carreras profesionales, Comunicación Social en la Universidad Santa María y Artes Escénicas en La Escuela Superior de Artes Escénicas "Juana Sujo", en donde se graduó con honores. Al terminar su carrera profesional le aprobaron su proyecto radial "Arte en la Ciudad" con el que empezó a transmitir en la emisora Play Fm Network 95.5 en Caracas, los sábados a las seis de la tarde. Sin embargo, en seis meses le asignaron el horario prime-time por el gran número de radio-escuchas y empezó a transmitir de lunes a viernes de 12:00 a 1:00 pm, teniendo una gran cantidad de patrocinadores. Después de cuatro años decidió separarse de la radio para dedicarse completamente a la escritura y a su Fundación. A los veinte años creó la "Fundación Tierra Nueva", con la que siguió el legado de Armando Alanis, y se encargó de dirigir "Movimiento Acción Poética Caracas". Con el Movimiento no sólo se dedicaron a intervenir bardas con poesía sino que también comenzó una ardua labor social, inspirada por la muerte de sus padres el 17 de septiembre de 2012. Desde entonces, comenzó a liderar a jóvenes de Venezuela con los que cada mes recorría las comunidades necesitadas económicamente de su país. Además del mural, y las donaciones que llevaban, se hacían actividades para fomentar el crecimiento personal de los niños y adolescentes con el objetivo de entregárselas herramientas para su progreso personal. La labor de la Fundación Tierra Nueva no abarca únicamente a los niños y adolescentes sino también a las personas de tercera edad. Desde la creación de la fundación hasta la actualidad su equipo visita casas de abuelos, en donde la música en vivo, las partidas de domino y el amor, son los principales decorados. Es autora de los libros "La vida entre mis dedos" (2015), "Amor a cuatro estaciones" (2016) y "Mientras te Olvido" (2017). Displaying 1 - 30 of 74 reviews February 2, 2025 Abandonado en la página 150, me ha resultado un refrrito de crecimiento personal manido y lleno de clichés con una historia que se me hacia artificial y sin personalidad. March 2, 2025 Ha sido una lectura muy muy especial y bonita. No estoy acostumbrada a leer este tipo de libros, pero me ha encantado. Gracias por escribirlo. May 7, 2024 Descubre el tesoro de amarte a ti mismo y la dicha de encontrar un amor real y sincero. 'De mí, para mí' es más que un libro, es un viaje íntimo hacia lo más profundo de nuestro ser, un mapa que nos guía a abrazar a nuestro niño interior y a navegar con valentía por el océano de nuestros sentimientos. ¡Que cada página te inspire a amar y a ser amado! February 12, 2025 This book feels taken out of wattpad, though i have to admit that even some wattpad authors i know have written better things compared to this. i am very honest when i say that i only finished this to practise my spanish skills. the plot is super basic, boring, uncreative and flat; bro got cheated on by his toxic girlfriend with his seemingly best friend, and on top of all, his flawless old wise grandmother had to leave him behind all alone too. a moving story about a young teenager who decides to go on a journey to find himself, everything was so out of order as well, with the story jumping between nick's ex to his dead grandma all of a sudden, like cmon man, wtf in addition, the motivational quotes inbetween felt so incredibly forced too, that it only made it all cringe and childish, seriously, i cant imagine being a fluent spanish speaker and genuinely not finding this a waste of time. blablablá, i could keep yapping about this bullshit of a story but then i also just dont care enough. no thanks, moving on. January 9, 2025 Ha sido una experiencia profundamente enriquecedora. Desde las primeras páginas, me cautivó por su capacidad de llevar al lector a reflexionar sobre la importancia de valorar cada pequeño logro personal y no caer en la trampa de las comparaciones con los demás. Uno de los mensajes más poderosos que encontré en este libro es que a veces dejar ir es tan importante como seguir adelante o intentar de nuevo. Es un recordatorio de que avanzar no siempre implica un movimiento físico, sino también un cambio interno, un encuentro personal con nuestras propias metas y aspiraciones. Me ayudó a recordar que soy la única responsable de trazar mis metas y perseguirlas. No debo dejarme influir por las expectativas de otras personas, incluso cuando estas provengan de amigos cercanos. Cada uno tiene su propio camino, y este libro refuerza la idea de que nuestro verdadero propósito surge desde el interior. December 21, 2024 4.5 Un libro plagado de frases lindas y mensajes motivadores. Las ilustraciones me parecen preciosas y la trama estuvo bien. Como el protagonistas atravesaba el duelo desde diferentes focos (su abuela, su ex novia y su ex mejor amigo), creo que muchos lectores pueden verse identificados por distintos motivos. En si, la historia no fue tan trascendental como los refranes y las cartas destinadas al lector. Ese aspecto me gustó mucho, porque fue como que la escritora mechaba las escenas con consejos para aplicar en la vida misma. Fue una lectura sobre superación, crecimiento personal y fortaleza. Sin duda para releer siempre que se necesite. Le bajo media estrella porque al final la trama viró hacia un viaje espiritual que involucró monjes, un príncipe y una señora ciega que volvieron todo un poco raro y surrealista. Lo habría dejado simplemente como un viaje de autoconocimiento del protagonista y no como "la búsqueda de la sabiduría eterna" jaja. May 1, 2024 It's ok, me gusto el estilo del libro, la parte de las frases, la historia principal es básica y predecible. January 23, 2025 Que libro más bueno, es uno de los mejores libros que he leído de este género, básicamente es un diario de vida, literalmente me sentí identificado durante toda la novela, incluso llegó a llorar es que está demasiado bien hecho y te provoca sensaciones tan puras, es de verdad hermoso. March 12, 2025 No estuve mal, hubo algunas partes que me llegaron, pero cada día estoy más convencida de que la autoayuda no es lo mío. October 30, 2024 Conjunto de reflexiones, pensamientos y sugerencias que invitan a conectar con nosotros mismos y encontrar respuestas. Obra en forma de diálogo, donde aprenderemos a hablar a nuestra voz interior, que suele silenciarse en medio de una crisis. Se estructura en capítulos breves que facilitan una lectura ligera y profunda. Cada capítulo puede leerse independientemente, pudiendo regresar en función de nuestra necesidad. Un pilar fundamental es la resiliencia. Capacidad de adaptación y crecimiento en medio de la adversidad. Invita a comprender que el sufrimiento forma parte de la experiencia de vivir y que, si se aprende a aceptarlo, se pueden sacar lecciones valiosas y construir una vida con más sentido. Utiliza un lenguaje accesible y cercano. Llena de metáforas que ayudan a ver las emociones como fenómenos naturales: tormentas, lluvias, cielos despejados y flores que nacen en tierra mojada. Este enfoque poético logra conectar con la sensibilidad. Cada capítulo es una invitación a explorar diferentes aspectos del ser, desde el perdón a uno mismo a la capacidad de soltar lo que ya no aporta nada positivo. Además ofrece ejercicios prácticos para materializar las ideas y conceptos del autoconocimiento y la autoaceptación. Por ejemplo, escribirse cartas, tener un diario emocional o practicar la meditación consciente. Su mensaje es claro: las tormentas son inevitables, pero pasajeras. La clave es aprender a navegar, aunque el viento sopla fuerte, podemos resistir y reconstruirnos. Para ello, debemos desarrollar un diálogo interno positivo, no juzgarnos con dureza y de permitirnos sentir las emociones tal y como son, sin reprimirlas ni desbordarnos. Se recomienda para los que buscan una lectura introspectiva, que ofrezca alivio emocional y herramientas prácticas para el crecimiento personal. En sus páginas, pueden encontrar consuelo, guía y un recordatorio constante de que el amor propio es la base para salir adelante cuando la vida se vuelve turbulenta. January 18, 2025 Debo admitir que tenía miedo de leer este libro. Desde un inicio ni siquiera fue por así decirlo, un libro que habría leído por escoger. No fue así. Este libro llegó a mí gracias a mi madre durante un proceso que viví — que fue complicado he de decir — y no había querido leerlo hasta sentirme lista. Y lo he conseguido. Aun que ahora que lo he leído, he sentido que ya había pasado por ello y por ende no servía de nada emprender ese viaje. Porque fue un viaje - metafóricamente hablando — que hice sola. Aun así en este libro encontré mucho de como me sentí y lo que sentí, y también aprendí y reflexione un montón sobre muchas cosas. No vengo a recomendarles este libro, porque considero que no es un libro que deba leer cualquiera porque si. Es un libro que te invita a un viaje en el que se encuentran a si mismos a medida que se van reconociendo que lo que sienten, piensan y viven, en cierto modo esta bien. Es una historia que va para quienes están perdidos y que no saben como encontrarse. Aquí encontraran las respuestas a las preguntas que tengan sin responder. Encontraran recordatorios que describen a la vida misma, enseñanzas, reflexiones y frases que llegan a ser motivacionales. Si no están en un buen momento y se sienten perdidos, léanlo. Y si no, confío en que encontrarán la forma de encontrarse a si mismos por su cuenta. V.R. (V.R. Jimenez) May 11, 2024 Es la primera vez que me aventuro con un libro de Nacarid Portal y la experiencia ha sido todo lo que esperaba. Hay historias que llegan en el momento justo y adecuado, que desde la primera página nos muestran el cuidado y dedicación que le otorgan, sus autores para que el lector pueda conectar de forma inmediata. Este libro es como una cura para el alma. El duelo es un camino que muchas veces no queremos recorrer y más cuando puede ocurrir a una edad tan temprana. Verlo a través de los ojos de Nick, junto a todas las tribulaciones que vive, propias de su juventud como el desengaño, la inseguridad y el desamor, hacen de esta una narración llena de emociones y reflexiones tan necesarias en la literatura juvenil. Este libro es de los que cada página contiene una emoción diferente, en donde de la mano del protagonista descubrimos la valentía y el poder que hay dentro de nosotros mismos, y es imposible para el lector despegar su atención. Un deleite para la vista. Y la edición e ilustraciones, son un plus excepcional. Una distinción que hace de este libro algo muy especial. Definitivamente lo recomiendo muchísimo. January 6, 2025 Me parece una buena opción referente a búsqueda de ayuda al tema del duelo sobre todo en personas adolescentes o en edades similares. El duelo siempre se ha considerado un tema complejo y este libro se lo ha llevado bastante bien en la explicación y búsqueda de sentido al experimentar ciertas experiencias (tanto como la muerte de un familiar o separación). Considero que no posee 5 estrellas ya que la propia narrativa al final del libro no me parece la más adecuada a mi gusto y además de eso, el protagonista posee un desarollo que no va en concordancia cuando termina el libro con todos los aprendizajes. Aunque, es muy importante destacar las increíbles ilustraciones, las distintas experiencias y escenarios y la forma de narrativa. Además el detalle que se le da al lector en la última página del libro me parece muy acertada. Una buena recomendación para adolescentes o personas que estén pasando por una situación de duelo. Lo recomiendo:) April 23, 2025 Escuché el audiolibro porque me intrigaba ver un libro de Autoayuda con la portada de una novela romántica. Fue una lectura muy amena, que me gustó mucho. Es un muy lindo libro para adolescentes que están pasando por sus primeros desengaños y frustraciones. Tanto la escritura como la edición son ideales para ellos. No creo que me haya aportado nada demasiado novedoso o que no hubiera leído antes, pero la forma en la que está contado, la vida que vemos detrás de las enseñanzas, es muy atrapante. No se queda sólo en un libro de autoayuda con listas, frases y enseñanzas trascendentales, sino que nos muestra también la historia de Nick, la relación con su abuela, su hermana y su madre, el desamor y el desconcierto ante la pérdida. Es el primer libro de este estilo que me atrapa con un hilo conductor interesante. January 31, 2025 Libro que te ayuda a atravesar esos momentos que todos en algún momento pasamos y que te encuentras perdido: como puede ser la pérdida de un ser querido o un amor no correspondido. Un libro que te lleva al centro de ti y desde ahí saca las emociones guardadas, haciéndote fuerte ante la tempestad y saliendo más motivado para afrontar situaciones complicadas. → Este libro me escogió en el momento que más lo necesitaba y que tras leerlo se convierte en un amuleto que siempre recomendaré. Me ha llegado muy adentro y ha sacado un huracán de sentimientos y emociones para liberar tensiones internas y seguir viajando... Lo recomiendo para que el viaje por momentos difíciles te sea más ameno y no te sientas solo. June 14, 2024 De mi para mi, la tormenta pasará" es un libro escrito por Nacarid Portal Arráez, reconocida por su enfoque en el crecimiento personal y espiritual. La obra se centra en narrar experiencias personales de la autora, compartiendo enseñanzas y reflexiones sobre cómo enfrentar las adversidades y superar los desafíos de la vida. A través de un estilo íntimo y reflexivo, Portal Arráez ofrece herramientas y consejos prácticos para cultivar la resiliencia emocional y encontrar la paz interior. Este libro no solo busca inspirar, sino también guiar a los lectores en su propio viaje hacia el autoconocimiento y la sanación emocional. December 4, 2024 De: Mí Para: Mí La tormenta pasará, de Nacarid Portal y Chriss Braund: Para mí es una joya, pero no esperes que sea impredecible la historia, es muy simple. Sin embargo, la forma en que es manejada y las cartas que se escriben, las poesías y las frases, aún retumban en mí. Puede que para alguien que no ha enfrentado una pérdida de alguien o un cambio de vida abrupto, este solo sea un libro más y algo común, pero para los que sabemos del amor en una sola vía y lo difícil que es soltar, este libro se los recomiendo. Es como el proceso de vivir un duelo. Cada carta de amor y desamor es una aguja en tu corazón que al final lo que está haciendo es cosiendo tus heridas y reparando tu alma. December 9, 2024 Es un libro bonito y muy ligero de leer. Puedes terminarla en una tarde siquieres. Sin embargo, a pesar de tener páginas con frases muy lindas, siento que, en su mayoría, son algo básicas. Eso no quiere decir que no me haya gustado; es más, lo disfruté. Pero siento que es un libro para jóvenes. Estoy seguro de que si lo leyera hace unos años, cuando iba al secundario o poco después, hubiera conectado mucho con él. Sin embargo, a mis 25 años, puedo decir que es un libro bonito, ligero y algo básico, incluso predecible. Lo recomiendo totalmente para un adolescente. PD: Ame la historia de Aurora y Raúl. En la parte que Raúl está tocando el piano para Nick, me hizo emocionar... March 12, 2025 No soy muy fan de los libros de autoayuda, pero este me sorprendió. Creo que lo leí en el momento indicado. Las primeras 100 páginas fueron reconfortantes, cargado de mensajes lleno de cariño. El libro nos habla de Nick, un joven que perdió a su abuela y que al mismo tiempo se entera que su novia lo engaña con su mejor amigo. Él toma la decisión de hacer un viaje para reflexionar y cambiar de aire. Sin embargo, como dije anteriormente, las primeras 100 páginas me gustaron. Hasta que me comencé a cansar hablar del mismo tema. Sentía que estaba leyendo lo mismo una y otra vez. De toda forma, lo disfrute bastante. November 10, 2024 Cómo superar las perdidas, cómo autoescatarse, cómo superar las frustraciones y un pasado doloroso, cómo devolverse la confianza y amar los cambios, cómo perdonarse por no confiar en si mismo y minimizarse. Pedir perdón al niño interior. La importancia del dejar ir y cerrar ciclos. La fe que hay vida en el más allá. Las tormentas pueden derribar árboles, pero nunca tu espíritu indomable. "Dios no necesita que lo llames Dios para existir, a Él le basta que lo sientas. No necesitas adeptos, sino gente buena. Dios vive en ti". January 15, 2025 Wow, realmente he amado demasiado. De: Mí Para: Mí Fue como tener una charla profunda conmigo misma, pero con Nick diciéndome justo lo que necesitaba escuchar. Es un libro que te permite conectar espiritualmente contigo, hacer una pausa y pensar en todo lo que has vivido. Me hizo reflexionar sobre mis carencias, pero también me enseñó a valorar mis logros sin menospreciar lo que me costaron. Te dejó con esa sensación de "oye, estás haciendo las cosas bien, sigue adelante". Realmente es un excelente libro y cargado de muchos sentimientos y reflexiones. January 22, 2025 Todo en la composición de este libro es hermoso desde las ilustraciones hasta las tipografías utilizadas. Realmente hay una gran atención a los detalles en la edición. Sin embargo, no logré conectar ni con la historia ni con el mensaje, tal vez por que ya no soy fan de los libros de autoayuda o tal vez no era el momento adecuado. ↑ Tal vez somos el cielo de los que viven arriba! Y entonces son las estrellas fugaces las que nos piden deseos cuan nos ven pasar a 200 km por hora de camino a casa. April 17, 2025 Es hermoso este libro, creo que nos muestra la vida de una manera demasiado real, muchas veces nos ahogamos buscando ser suficientes para alguien más y empezamos a fallarnos. Empezamos a ser seres infieles y oscuros. Este libro nos muestra que si tenemos una enorme compañía, fiel, sincera y amorosa. Una compañía que requiere cuidado, riego, tiempo y espacio, pero que siempre estamos dejando a un lado o tratando de callarla para complacer a alguien más. El amor propio va primero y si no nos amamos a nosotros no podremos amar a alguien más. November 5, 2024 Después de leerlo me puse a pensar en reescribir las reglas del juego de la autoestima, me queda más que claro que es necesario estar bien para ayudar a los demás a estar bien. Tiene buena ilustración, algunas veces la trama era predecible, tiene una buena historia y un muy buen mensaje al final (lo volvería a revisar en tiempos de crisis existencial) June 1, 2024 Lo acabo de terminar, si es muy hermoso los gráficos que se encuentran en el libro, pero mi problema fue que hay cosas que repiten mucho, al punto que cansa eso, pero en general estuvo tranquila la lectura, me ayudó a ver cosas de otro punto de vista July 18, 2024 Es el segundo libro que leo de esta autora y puedo decir que cuando mi abuelita me faltó lo volvieron a leer una y mil veces para tener la fuerza que tuvo Nick para poder vivir sin su abuelita, me encanto este libro October 22, 2024 Muy bonito todo, la historia q cuenta, los mensajes q relata y todo lo q a simple vista dejá visualizar. Pero el final me dejó un poco con la intriga y aunque me dejá grandes mensajes le faltaba algo. Aún así, maravilloso libro Displaying 1 - 30 of 74 reviews Get help and learn more about the design. El libro De Mí Para Mí, La Tormenta Pasará, escrito por Nacarid Portal Arráez, es una obra introspectiva y motivadora que invita a los lectores a iniciar un viaje de autodescubrimiento, sanación emocional y resiliencia. A través de una narrativa íntima y personal, la autora reflexiona sobre los retos de la vida, las lecciones aprendidas en el camino y la importancia de mantenerse firme incluso en los momentos más difíciles. En esta reseña, exploraremos los temas principales, el impacto emocional del libro y su relevancia para quienes buscan encontrar sentido y esperanza en medio de las tormentas de la vida. Desde las primeras páginas, De Mí Para Mí, La Tormenta Pasará, establece un tono cálido y cercano que conecta de inmediato con el lector. Nacarid Portal Arráez escribe como si estuviera hablando directamente con nosotros, compartiendo sus pensamientos más profundos y vulnerables. Este enfoque personal permite que el lector se sienta comprendido y acompañado, como si estuviera recibiendo consejos de una amiga cercana. El núcleo del libro gira en torno a la idea de que cada individuo tiene la capacidad de enfrentar las adversidades y salir fortalecido. A través de sus reflexiones, la autora nos anima a mirar hacia adentro, a enfrentar nuestros miedos y a abrazar nuestra vulnerabilidad como una herramienta para el crecimiento. No se trata de evitar las tormentas, sino de aprender a navegar a través de ellas con valentía y sabiduría. El libro De Mí Para Mí, La Tormenta Pasará de Nacarid Portal Arráez aborda una variedad de asuntos esenciales que giran en torno al desarrollo de la resiliencia emocional, un concepto clave para superar las adversidades y encontrar fortaleza en los momentos más oscuros. El perdón Una de las lecciones más impactantes del libro es la importancia del perdón, tanto hacia los demás como hacia uno mismo. Portal Arráez señala que aferrarse al rencor o al dolor del pasado solo perpetúa el sufrimiento. Aprender a perdonar no es un acto de debilidad, sino de liberación, una forma de recuperar el control sobre nuestra propia felicidad. El amor propio y el autocuidado La autora enfatiza la necesidad de cuidarnos a nosotros mismos, no solo en términos físicos, sino también emocionales y espirituales. A menudo, nos descuidamos en nuestra búsqueda de aprobación externa, pero Portal Arráez nos recuerda que el amor más importante es el que nos damos a nosotros mismos. Este amor propio es la base para construir relaciones sanas y una vida equilibrada. La resiliencia En el corazón de este libro está el mensaje de que, aunque las tormentas de la vida pueden ser devastadoras, también son temporales. Portal Arráez utiliza metáforas evocadoras para describir cómo podemos encontrar fuerza en los momentos más oscuros, aprendiendo a reconstruirnos después de cada caída. El proceso de soltar y avanzar Otro tema crucial es la capacidad de dejar ir aquello que ya no nos sirve, ya sea una relación, un sueño no cumplido o una versión pasada de nosotros mismos. Soltar no significa rendirse, sino abrir espacio para nuevas oportunidades y posibilidades. En resumen, los puntos principales de De Mí Para Mí, La Tormenta Pasará están íntimamente ligados al desarrollo de la resiliencia emocional. A través de reflexiones profundas y herramientas prácticas, la autora invita al lector a transformar sus tormentas en oportunidades de crecimiento personal y fortaleza interior. Lee el cuento: Resiliencia: Volver a vivir con propósito El estilo literario de Nacarid Portal Arráez en De Mí Para Mí, La Tormenta Pasará es uno de los aspectos más destacados de la obra. Su escritura combina una prosa sencilla con un tono poético y reflexivo, creando una conexión profunda con el lector. Este enfoque literario hace que el contenido sea más emotivo y accesible y refuerza de manera única el desarrollo de la resiliencia emocional. A través de metáforas evocadoras y frases llenas de significado, Portal Arráez logra que el lector se sienta acompañado en su proceso de sanación emocional. Su prosa convierte conceptos complejos como el perdón, el amor propio y el desapego en ideas tangibles y cercanas. Este estilo narrativo ayuda a los lectores a identificar sus emociones y a procesarlas, un paso clave en la construcción de la resiliencia emocional. La estructura poética del libro no es solo estética, sino funcional. Las palabras cuidadosamente escogidas tienen un efecto terapéutico, actuando como un bálsamo para quienes enfrentan momentos difíciles. Este tipo de escritura inspira al lector a reflexionar profundamente sobre sus propias experiencias, a encontrar significado en ellas y, lo más importante, a fortalecerse para enfrentar nuevas adversidades. El estilo literario de Portal Arráez complementa perfectamente el mensaje central del libro: que cada tormenta es una oportunidad para crecer. Al adoptar un tono cálido y empático, la autora crea un ambiente de seguridad que permite al lector explorar su propia vulnerabilidad sin miedo, fomentando así una mayor resiliencia emocional. De Mí Para Mí, La Tormenta Pasará es más que un libro; es una experiencia transformadora. Al compartir sus propias luchas y triunfos, Nacarid Portal Arráez logra crear una conexión emocional profunda con el lector. Muchos se sentirán reflejados en sus palabras, encontrando consuelo en la idea de que no están solos en sus batallas. El impacto emocional del libro radica en su honestidad. La autora no pretende ofrecer soluciones mágicas ni simplificar los desafíos de la vida. En cambio, reconoce la complejidad del dolor y la dificultad de sanar, pero siempre con un mensaje de esperanza y fortaleza. En un mundo donde a menudo se espera que proyectemos una imagen de éxito y felicidad constantes, De Mí Para Mí, La Tormenta Pasará ofrece un respiro. Nos recuerda que está bien sentirnos vulnerables, cometer errores y tomarnos el tiempo necesario para sanar. Este mensaje es especialmente relevante en la actualidad, cuando tantas personas enfrentan problemas de salud mental, estrés y agotamiento emocional. El libro también sirve como un recordatorio de que, aunque las redes sociales y la cultura moderna a menudo glorifican la perfección, la verdadera fortaleza radica en aceptar nuestras imperfecciones y trabajar en nosotros mismos con paciencia y compasión. De Mí Para Mí, La Torment