

image not found or type unknown



# El tiempo en tus manos

**Félix Torán Martí**

**Fecha de publicación:**  
20/09/2012

**Sello Editorial:**  
Ediciones Luciérnaga

## Contacto de prensa

**Nombre:** Lola Escudero

**Teléfono:** 91 423 3711

**Email:**  
lescudero@planeta.es

La mejor guía de gestión del tiempo para tener una vida plena

Esta es sin duda la mejor guía de gestión del tiempo para tener una vida plena. Nos enseña a identificar «los ladrones de tiempo y energía», que proceden de nuestro entorno, pero también de nuestro interior. De esta manera, junto a los buenos hábitos de gestión del tiempo personal, nos insta a usar el poder de nuestra mente subconsciente. El Dr. Félix Torán, ingeniero de la Agencia Espacial Europea, comparte así sus valiosos conocimientos, basados en su experiencia personal. Además de su intensa actividad profesional y de su amplia vida familiar y social, dispone de tiempo para practicar cada semana al menos ocho horas de meditación y cinco horas de ejercicio físico. Desde hace más de diez años, no ha transcurrido un día sin que él no escuche la misma pregunta: ¿cómo es posible hacer tantas cosas sin estresarse, con tan solo las 24 horas del día? Tal como Torán sostiene, no se trata de ninguna capacidad especial, sino de un poder que todos tenemos y que podemos aprender a utilizar. «La clave está en los tres pilares de la gestión del tiempo personal: utilizar diversas técnicas para aprovechar mejor el tiempo, usar el poder de la mente subconsciente y gestionar mejor nuestra energía.» Félix Torán

image not found or type unknown



## Félix Torán Martí

**Félix Torán** (Valencia, 1972), combina su dedicación a la ciencia y la ingeniería con el estudio y divulgación durante más de dos décadas en los campos del crecimiento personal y la espiritualidad. Posee un doctorado en Ingeniería Electrónica con mención Doctor Europeus.

Es autor de más de un centenar de publicaciones en diversas áreas científico-técnicas, así como coautor de una patente. Ha recibido diversos reconocimientos de carácter internacional por su labor.

Desde el 2000, trabaja como ingeniero en la Agencia Espacial Europea. Torán fue finalista en «Españoles hechos de talento». Es autor de 20 libros de crecimiento personal, tales como *El tiempo en tus manos*, *¿Quién soy?* y *El Maestro interior*, publicados por Luciérnaga.

Como conferenciante, en los últimos 20 años ha impartido más de un millar de conferencias en España y Latinoamérica.

Web: <http://www.felixtoran.es>

Email: [info@felixtoran.es](mailto:info@felixtoran.es)

Twitter: <http://twitter.com/FelixToran>

Facebook: <http://www.facebook.com/FelixToran>

Pinterest: <http://pinterest.com/drffelixtoran/>