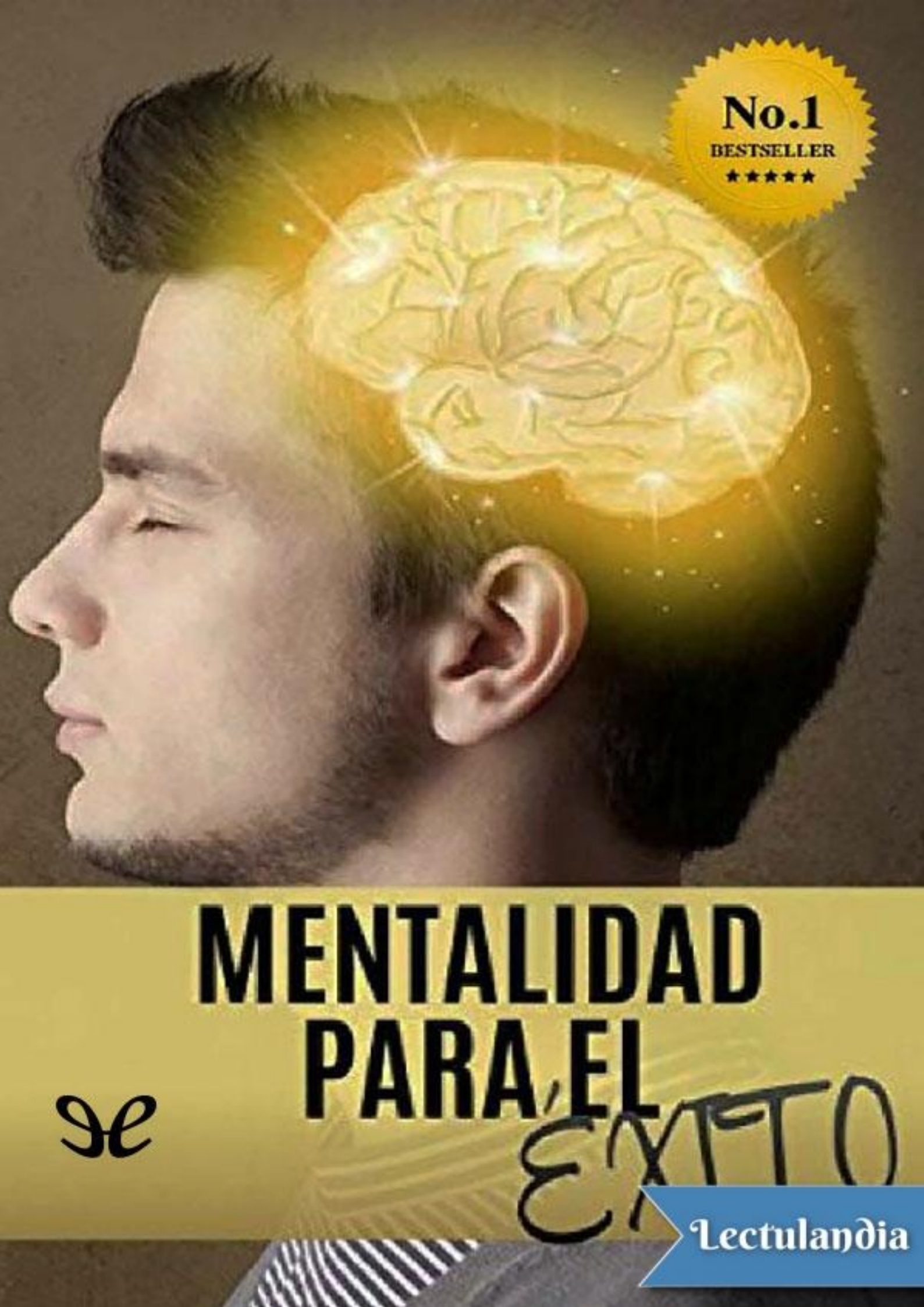




No.1
BESTSELLER
★★★★★

MENTALIDAD PARA EL

ÉXITO

se

Lectulandia

Mentalidad para el éxito es un libro que cuando vayas avanzando en su lectura, irás comprendiendo la actitud y sobre todo la mentalidad, que debes tener, para lograr éxito en cualquier ámbito de tu vida. Es un libro de cabecera y para que lleves a todas partes contigo, léelo las veces que sea necesario. Esperamos que con esta lectura podamos ayudarte a ver la vida desde otro punto de vista magnífico y positivo.

Lectulandia

AA. VV.

Mentalidad para el éxito

ePub r1.0

Titivillus 09.05.2018

Título original: *Mentalidad para el éxito*

AA. VV., 2017

Diseño: Beto González

Editor digital: Titivillus

ePub base r1.2

más libros en lectulandia.com

1

¿Qué es el éxito?

El éxito es diferente para cada uno de nosotros, depende y está relacionado según con que metas, objetivos o sueños tengamos en mente.

La fórmula del éxito como tal no existe, pero no te desanimes, en este capítulo y en los siguientes esperamos despejarte las dudas, para que puedas quitar la paja y quedarte con el grano de tu propia fórmula de éxito.

El éxito no es solamente tener millones de dólares o euros, tampoco es ser famoso, como lo son los actores o actrices de la gran pantalla o cantantes internacionales.

Lo que puede ser éxito para ti, puede que no lo sea para mí, ¿qué es lo más deseas en este mundo?, eso que más anhelas y que te llenaría de felicidad es éxito, y no necesariamente tiene que ser algo material. Para algunas personas éxito puede ser tener una relación sublime de pareja, tener unos hijos sanos, guapos y talentosos, ser un deportista de elite, dedicar tu tiempo a lo que más te gusta, etc.

Para mí el éxito es disfrutar de cada minuto, momento y lugar con las personas que quiero, donde quiero, haciendo lo que quiero.

¿Estás comprendiendo el concepto?

Alcanzar el éxito a cualquier edad

Cualquier edad es buena para lograr alcanzar el éxito, porque cada uno de nosotros cambiará su concepto de éxito según vayamos cumpliendo años, nos irán cambiando los intereses.

Lo que a un joven de 19 años normal le interesa, probablemente cambié cuando cumpla 30 años, y volverá a cambiar cuando tenga 50 años, y así sucesivamente iremos cambiando nuestros intereses según al cumplir años, y según como nos haya ido la vida en el pasado.

Alcanzar tu éxito va a requerir esfuerzo y constancia por tu parte, sacrificar ciertos aspectos de tu vida, como puedan ser algunas relaciones tóxicas, o hábitos que no te llevan a ninguna parte, para cambiarlos por otros nuevos hábitos que debes crear para ser más productivo.

No te angusties si no tienes claro lo que quieres, en mi caso te diré que no sabía muy bien lo que quería hasta que cumplí los 38, y ahora 3 años más tarde sigo en

deseando con fuerza lo mismo, esto no quiere decir que a los 50 cambie mi interés por lo que hago hoy y deba replantearme todo de nuevo, lo único que importa es que tengas claro lo que quieres hacer hoy, lo único que importa es el momento presente, por lo tanto pregúntate a ti mismo que es lo que tienes que hacer para lograr alcanzar aquello que deseas hoy con mucha fuerza.

El éxito se puede alcanzar todos los días, en pequeñas cosas, por muy pequeñas que te parezcan, cada acción que te lleve a lograr un objetivo por pequeño que sea, celébralo, la celebración te hará situarte en un estado de emoción o animo positivo que hará que sigas adelante con mayor fuerza a por el siguiente.

Celebrar tus logros es bueno para aumentar nuestra autoestima, cada celebración ancla el éxito en nuestra mente y nos predispone para éxitos futuros.

Éxito versus fracaso

La palabra fracaso, a la mayoría le asusta bastante, pero si comienzas a entender que no puede existir, la noche sin el día, el calor sin el frío, el bien sin el mal, al final comprenderás que no puede existir el éxito sin el fracaso.

El fracaso puede ser altamente positivo para una persona que entiende que cada fracaso le lleva a aprender de sus errores para realizar más eficazmente lo que se ha propuesto lograr.

Por lo tanto, debes reflexionar y analizar tus fracasos, para desechar las acciones que te llevaron a fracasar, y empezar a realizar otras distintas, ya que, si sigues haciendo lo mismo, jamás tendrás éxito. ¿Tiene esto sentido para ti?

Hace unos años, en mis años mozos, trabajé como teleoperadora en una empresa de publicidad, mi función era hacer llamadas a empresas o autónomos para ofrecerles un espacio publicitario de su actividad en una revista, el trabajo en si no estaba ni pagado, porque trabajaba a comisión, es decir, si no vendes no ganas, y los primeros quince días fueron muy frustrantes para mí. No logré vender ni el más pequeño y barato de los espacios, hasta que un compañero me dijo – ¡No te preocupes!, es imposible que vendas en todas las llamadas, para hay una estadística y cuantos más noes recibas más cerca estás del sí. Mi ánimo cambió por completo y cada día contaba los noes e incluso los empecé a celebrar.

Al estar en un estado de ánimo positivo eso se transmitía en mis llamadas y empecé como una loca a vender espacios publicitarios de portada y de doble página, una buena cantidad de dinero caía en mi cuenta bancaria todos los meses.

Por eso no te rindas, no tires nunca la toalla, cada acción que acabe en fracaso, estadísticamente te acerca más al éxito.

El éxito en tus relaciones

Cuantos de nosotros hemos tenido más de una relación de pareja, dependiendo de la edad que tengas habrás tenido más de una, y si has tenido una o ninguna, si ha sido por tu deseo, te felicito. Pero cuando hemos tenido más de una relación, no todos nos preguntamos por qué acabo, la anterior. Yo prefiero mirarlo desde la perspectiva de la práctica y la experiencia, y si en mis anteriores relaciones no me fue bien no voy a pensar que di con la persona equivocada solamente, que también podría ser, pero que si así fue me ha servido para darme cuenta de lo que quiero y no quiero en una relación.

Esto no es fracasar, es madurar, cada relación que no sale como nosotros esperábamos también es responsabilidad nuestra, seguro que has escuchado eso de - ¡dos no discuten ni uno no quiere!, cada persona es diferente y no podemos esperar ni obligar a que los demás piensen como nosotros, y estén de acuerdo con cada decisión que tomamos, ¿estás de acuerdo conmigo?

Tener éxito en nuestras relaciones nos puede llevar a profundizar en cómo funcionan nuestras emociones, dependiendo de si eres una mujer o un hombre, variará tu forma de entender al otro.

Se sabe que las mujeres necesitan utilizar unas quince mil o dieciséis mil palabras al día, en comparación con las ocho mil o nueve mil palabras que utiliza un hombre.

Por eso cuando el hombre llega a casa y su mujer le pregunta ¿qué tal te fue el día mi amor? Y este responde... ¡Bien! La mayoría de las mujeres diríamos ¿y qué has hecho?, ¿solo bien? Queremos que nos cuenten algo más y por supuesto pensamos que no nos escuchan lo suficiente o que no están pendientes de nosotras, etc. ¿te suena esto de algo?

A lo que voy, cuando el hombre responde ¡bien! Es que le fue bien y ya llegando a la tarde noche ya ha gastado sus ocho mil palabras y no necesita comunicarse más, sin embargo, las mujeres aún no hemos gastado a esa hora nuestras quince mil palabritas diarias y necesitamos conversar, hablar del día del tiempo, de nuestras necesidades, etc.

Así que, si esto te sirve para entender en este punto a tu pareja, me doy por satisfecha, si eres hombre no la entiendas como si fuera una pesada que no te deja tranquilo, y si eres mujer, tranquila, no le pasa nada, es que ya hablo todo lo que tenía que hablar. Esto quizá te sirva para entender más a la persona que tienes al lado en este punto, no hablo de otros factores.

El éxito en el trabajo

Nos puede ir bien en el trabajo en cuanto a dinero y estabilidad, pero esto solo no es suficiente para sentirnos exitosos en nuestro trabajo.

Si el trabajo va bien, tus compañeros y jefe te tienen en alta estima y llevas un montón de años y los que te quedan, a otros desde fuera nos podría parecer que una persona así tiene éxito en su trabajo, habría que saber si ese es el trabajo de sus sueños, si le gusta, si se siente pleno, porque si no se siente como todo lo que he dicho anteriormente va a ser que esa persona no tiene éxito en el trabajo, porque le gustaría estar haciendo cualquier otra cosa y no lo hace porque quizá su trabajo le proporcione seguridad para él y su familia.

Hay personas que se dedican a sus pasiones y se sienten exitosos, aunque no ganen un euro, porque cuando uno realiza su pasión al día, y no me digas que no, lo haría a todas horas y gratis.

¿Has pensado en monetizar tu pasión?, eso ya sería el éxito completo, no hay nada más bello que hacer lo que nos apasiona y además podamos vivir de ello.

¿Te sientes autorrealizado en tu vida profesional?

Para alcanzar la autorrealización en nuestra vida profesional nos lleva a pensar en el desarrollo de los siguientes puntos:

Crecimiento personal, si quiero liberar todo mi potencial y despertar al gigante dormido que hay dentro de mí.

Lo fundamental es transformarse desde dentro hacia fuera, desde el ser, y trabajar para mejorar cada día la mejor versión de mí.

Proactividad, el poder de decidir aquello que queremos vivir y tomar acción para llevarlo a cabo.

Confianza en sí mismo, desarrollar la confianza en uno mismo conlleva en romper todas nuestras creencias limitantes, que nos han sido inculcadas por la familia y la sociedad generación tras generación. Esto no es nada fácil pero tampoco es imposible, para perder el miedo en hacer algo que queremos lo mejor es llegar a un acuerdo con nuestro propio miedo o inseguridad y hacerle saber que a pesar de tener miedo nos vamos a enfrentar a él. La gran mayoría de las veces el miedo desaparece cuando tomamos acción masiva imperfecta, siempre y cuando no sea un miedo patológico por lo que entonces tendremos que ponernos en manos de profesionales.

Para una persona emprendedora, es vital desarrollar su parte emocional y su confianza en sí mismo para lograr resultados exitosos.

El éxito le llega a aquel que se compromete consigo mismo a crecer cada día, sabiendo que crecer duele.

Y cito una frase que a mí me ha servido siempre de un gran motivador como el señor Zig Ziglar: «No tienes que ser grande para empezar, pero deberás empezar para

llegar a ser grande».

Todos queremos la excelencia

Ser excelente o buscar la excelencia en todo lo que hacemos es de vital importancia para lograr el éxito.

Si buscas biografías de personas o personajes de la historia que te inspiran o te han inspirado en algún momento, te darás cuenta de que ellos tuvieron que sacrificar, perseverar, afrontar obstáculos algunos muy grandes. Estas personas marcaron la diferencia, puesto que la mayoría de las personas que nunca han logrado nada, no están dispuestos a esforzarse por lograr aquello que dicen querer o desear, y prefieren quejarse cada día echándole la culpa a cualquier cosa, persona, gobierno, con tal de no ver su mediocridad, estas personas son las que creen que el éxito es cuestión de suerte, y que a ellos les tocó nacer o vivir una vida que no les gusta por cuestión de suerte.

Esa mentalidad es la mentalidad mediocre que nos tiene a todos metidos en una espiral de queja y dolor que no queremos superar por miedos, y preferimos quedarnos en nuestra zona de confort porque es preferible lo malo conocido que lo bueno por conocer.

Frases como esta, son creencias limitantes que nos han inculcado y arraigado en lo más profundo de nuestro ser.

A mí me tocó lidiar con toda clase de limitaciones en mis creencias, y no ha sido nada fácil, hasta que no me encontré de frente con mi falta de ganas por vivir, no entre en contacto con mi yo más profundo. Lo que quiero decir con esto es que, si yo he podido, tú también podrás.

Somos lo que atraemos, y atraemos lo que somos, por lo tanto, todo éxito comienza por nuestro desarrollo personal, cuanto más grande sea nuestro desarrollo personal, más cerca tendremos el éxito en cada una de las áreas de nuestra vida. Sé Excelente y esfuérzate al máximo en todo lo que hagas, y propiciaras el camino correcto para lograr la mentalidad para el éxito.

¿Qué es el éxito para ti?

Lo primero de todo reflexiona sobre qué es lo que quieres y anhelas con tanta fuerza qué harías lo que fuera necesario para lograrlo.

¡Enfréntate a tus miedos y busca la ayuda de una persona que ya logró eso que tú

quieres lograr con tantísima fuerza, esa persona podrá guiarte mejor que nadie ya que ha logrado eso mismo que tú quieres, y deberás seguir al pie de la letra todas sus indicaciones, me explico, busca un mentor o una mentora que te diga que hacer y cómo hacerlo y simplemente hazlo y a por todas!

2

Causas que impiden el éxito

La gran diferencia entre una persona que cosecha éxitos tanto en su vida personal como en su vida académica y aquel que, de forma continuada, obtiene insuficientes resultados que le generan un sentimiento constante de fracaso e incapacidad manifiesta, no reside en la aptitud intelectual sino en la capacidad que cada uno dispone para controlar sus propias emociones.

Falta de responsabilidad y compromiso consigo mismo.

Existen dos formas básicas de afrontar las responsabilidades: positiva o negativamente.

Afrontarlas positivamente implica esfuerzo, y sensación de control de la propia vida y decisiones, en la seguridad de que los resultados se conseguirán.

Afrontarlas negativamente supone tirar la toalla antes de haber intentado esfuerzo alguno, no invertir toda la energía de la que uno es capaz en perseguir y lograr el resultado deseado y luchar por ello, anticipar el fracaso pensando que el éxito está vedado, y con ello, posicionarse en una permanente insatisfacción, grandes dosis de sentimiento de culpa y enfado con el mundo, absoluta falta de confianza en uno mismo, con evidente falta de motivación para afrontar las responsabilidades que en virtud de la edad corresponda por la creencia enraizada entre los estudiantes de que, hagan lo que hagan, no depende de ellos por cuanto que están en manos de circunstancias ajenas, a las que culpan de su situación y fracaso constante.

Las personas en dicha situación emocional no saben tomar decisiones, tienen altos niveles de frustración y, además, la percepción de su autoconcepto es la de una persona fracasada.

Recuerdo una situación, lejana ya en el tiempo, en la que concurrieron las circunstancias referidas y ante las que una madre, a la que llamaremos Mara, de una alumna de 15 años estudiante en un renombrado centro de Bilbao, trágicamente preocupada y superada tanto por la situación de continuo fracaso personal y académico de su hija como por la evidente negativa actitud que ante los estudios manifestaba, unido todo ello a la incapacidad de control que la menor presentaba respecto de sus emociones, solicitó urgente ayuda e inmediata solución.

Obviamente, las situaciones que durante largo tiempo se originan, necesitan para

su adecuada solución un dilatado periodo de actuación, eficaces métodos, y altos niveles de compromiso amén de constante dedicación por parte de la persona necesitada de atención.

Pensamientos limitantes y restrictivos

Las circunstancias que atenazan nuestra existencia, los problemas que acechan nuestro día a día, los agobios que en multitud de ocasiones padecemos, las falsas creencias y pensamientos, en la mayoría de las ocasiones de carácter limitante, reactivas, constrictoras de nuestras acciones por su naturaleza negativa, etc.

Ni tan siquiera las sometemos a una revisión crítica, lo cual comporta, cuando menos que todas las eventuales acciones que pudieran desarrollarse estén viciadas desde su mismo origen y por lo tanto sea imposible realizar acción alguna que conlleve éxito en la actividad de que se trate.

El día a día constantemente nos muestra la inmensa complacencia, el lamento recurrente, la pasmosa falta de autocrítica que sobre nuestros pensamientos, acciones y actitudes mantenemos.

Consecuencia de todo lo anteriormente mencionado constituye la siempre recurrente actitud de inconformismo personal respecto de una situación por la que escasas acciones se está dispuesto a realizar.

Las circunstancias que cada uno disponemos en la vida no son sino el efecto de las acciones, inacciones o decisiones que cada uno haya podido o no haber adoptado con anterioridad.

Las circunstancias vitales que cada uno pueda padecer en la vida han de servir como acicate u oportunidad de mejora puesto que el hecho de mostrar, ante las adversidades que la vida pueda presentar, una actitud de lamento, insatisfacción o queja no genera sino mayor pensamiento negativo que conduce a una mayor desmotivación mental y psíquica.

La consecución del éxito necesariamente debe disponer de unos requisitos previos, sin los cuales no se puede realizar ningún proceso de transformación que nos conduzca al éxito, tanto personal, como profesional.

En la vida ha de procederse con determinación, decisión y acción para dar inicio a una transformación de una situación personal y/o profesional respecto de la cual en muchas ocasiones no se muestra sino un claro hartazgo exenta de acciones tendentes a modificar, siquiera incipientemente, dicha situación.

Son muchas las ocasiones en las que la falta de motivación constituye, un serio obstáculo para la consecución no solamente del éxito sino de las más elementales metas o propósitos que pudieran haberse determinado con anterioridad. Por lo tanto, la iniciativa personal, la proactividad, el carácter y actitud que ante las diversas

contingencias podamos disponer constituyen factores absolutamente imprescindibles para la consecución de éxito.

La pasividad intelectual, la inalterabilidad de nuestras creencias limitantes, la falta de formación en la gestión de las emociones conlleva un desarrollo personal no orientado al éxito.

Actuamos a merced de hábitos fuertemente instalados en nuestro interior, hábitos alimentados en infinidad de ocasiones a partir de pensamientos de naturaleza retraída o negativa, lo cual, tristemente, ocurre en muchas más ocasiones que las que sería deseable.

Ausencia del concepto esfuerzo

El concepto del esfuerzo, del compromiso personal, la asunción de obligaciones y altos objetivos a alcanzar de forma efectiva, suele estar insuficientemente alimentado y, por tanto, es exiguo, siendo asimismo uno de los generadores de la ausencia de éxito.

Antes de exigir altos niveles a terceros, se ha de estar en disposición de ayudarlos y atender, sobre todo en el aspecto emocional de tanta trascendencia en la formación integral de la persona.

No se puede exigir sin antes enseñar métodos y/o técnicas que sirvan para asegurar y garantizar la consecución de los objetivos, independientemente de su naturaleza y carácter, sean académicos o de otra índole.

De nada sirve centrarse en exigir resultados satisfactorios tanto en la docencia académica como en el ámbito profesional si, en más ocasiones de las deseadas se duda de las capacidades intelectuales de las personas o cuando los resultados, que durante largo tiempo no acompañan, tanto a nivel docente como a nivel empresarial, generan manifestaciones de los padres y directores dando a entender que «por mucho que quiera que mi hija avance tengo otras prioridades que ahora no puedo afrontar», en clara alusión a que, en el fondo, la formación de su hija no constituía su mayor prioridad.

Sentimiento de fracaso

El fracaso puede suponer la estigmatización social de la persona, lo cual mina, limita y potencia el rechazo social, generando sentimientos de culpa importantes, así como complejos de inferioridad manifiestos.

El sentimiento de fracaso genera sensaciones diversas de malestar, culpa, inseguridad, ansiedad e incapacidad personal, lo cual provoca, asimismo, elevada conciencia de inferioridad. Y ciertamente, así, no se puede llegar a alcanzar clase alguna de éxito.

Cuando las personas tienen clara conciencia de haber fracasado, la persona se siente vulnerable y por lo tanto, en el mejor de los casos solicita de urgente ayuda y apoyo. El apoyo y la dedicación en dichas situaciones tienen una significación decisiva para superarla.

Por su parte, la incidencia negativa que en las personas causan determinados mensajes de fondo y que, de forma inconsciente [aunque también de manera consciente] se transmiten, ocasionando en ellos graves sentimientos de culpa por no cumplir las expectativas, incrementa, aún más, el sentimiento de fracaso.

El fracaso, su concepto negativo, ha de ser simplemente eliminado o bien reinterpretado en el sentido de que no es tan importante el hecho de no haber triunfado en una actividad concreta sino la respuesta que seamos capaces de actuar ante una situación que lejos de ser exitosa sin embargo constituye una ocasión propicia, una oportunidad inigualable para el aprendizaje y mejora continuas. Por lo tanto, la acción constituye la puerta de entrada directa al éxito.

Sin embargo, una de las circunstancias que más poderosamente llama la atención tanto por las adversas consecuencias que genera como por su preocupante generalización en la sociedad actual, consecuencia de la carencia de una metodología y plan de acción que garanticen el logro de objetivos, de la falta de estrategias para el éxito y de las creencias limitantes conductoras de nuestra diaria acción enraizadas fuertemente en nuestro cerebro.

Es el hecho de que la mayoría de las personas retrasan de forma recurrente a tiempos futuros las acciones o situaciones acreedoras de atención, generando con ello estados de estrés y ansiedad de forma totalmente gratuita.

Falta de acción

La firme determinación y hábito interiorizado de tomar acción, conlleva la inmediata ejecución, sin demora, a través de la cual se materializa el fin perseguido, todo lo cual refuerza aún más la seguridad y confianza, así como la decisión de continuar de forma análoga.

Cuando decidimos realizar una actividad y disponemos, además, de seguridad y confianza en nuestras propias capacidades para materializar las acciones, su ejecución es inmediata.

Sin embargo, la inmensa mayoría de la población, tanto en el ámbito académico como en el profesional, actúa en base a pensamientos de naturaleza limitativa y/o

restrictiva que, además, genera grandes dosis de inacción o retraimiento en la acción.

El ser humano actúa en base a lo que piensa puesto que somos lo que creemos, lo cual nos lleva a conducirnos según la calidad de nuestros pensamientos y creencias que, dicho sea de paso, distan mucho de tener una naturaleza positiva y/o proactiva.

Por otra parte, la falta de acción que se observa en la normal actividad de las personas alimenta el carácter de nuestro pensamiento actuando en la mayoría de los supuestos en nuestro propio perjuicio y apocamiento de la personalidad, lo cual no hace sino nutrir aún más la inacción, el miedo y la inseguridad con respecto a nuestras acciones y carácter.

A nivel puramente teórico disponemos de la información suficiente como para establecer un plan de acción eficaz que conlleve un alto nivel de ejecución que procure el logro de los objetivos previamente establecidos.

Sin embargo, la capacidad de decisión de las personas, en líneas generales, se sitúa en niveles de muy baja intensidad lo cual genera una falta de control de nuestras propias vidas.

Sobre dicho aspecto manifiesta mi gran amigo Juan Carlos Castro, en su extraordinario libro *¡Basta ya... ahora sí!* la siguiente reflexión:

Si no tienes el control de estas tres importantes decisiones, simplemente no tienes el control de lo que va a suceder en tu vida:

- 1. La decisión de dónde enfocar tu atención.*
- 2. La decisión del significado que vas a dar a aquello dónde estás poniendo la atención.*
- 3. La decisión de las acciones que vas a tomar para llegar dónde tú desees.*

Si te das cuenta, la clave está en tomar conciencia a nivel cognitivo, emocional y conductual.

El contenido altamente práctico y claro que el libro *¡Basta ya... ahora sí!* muestra, constituye una imprescindible herramienta para quienes deseen transformarse radicalmente en personas exitosas, razón por la cual recomiendo su lectura, así como el análisis, estudio y puesta en práctica de las acciones que a lo largo del libro se ofrecen.

Sabemos la trascendencia y alcance que tiende a definir un plan de acción y ejecutarlo. No obstante, brillan por su ausencia.

Las consecuencias que a nivel personal y psicológico tiene el hecho de ejecutar las acciones previamente diseñadas y obtener el resultado deseado son innumerables, y entre ellas cabría destacar la sensación de bienestar, incremento de la motivación y refuerzo de estímulo que genera el hecho de decidir y actuar.

En dicho sentido, la feliz expresión acuñada por Juan Carlos Castro «Sin acción

no existe nada» constituye una excelente llamada a mantener altos niveles de acción, elevada energía y constante entusiasmo.

La población, en términos generales, es muy proclive a trasladar acciones, fruto de una decisión, a tiempos futuros, generando con ello la negativa doble consecuencia de dejar sin efecto la decisión y postergar la acción.

Procrastinación

Una de las razones que explican dicho mal hábito de postergar las actividades, proyectos o situaciones, radica en el hecho de que se prefiere anteponer o reemplazarlas por otras que nos parecen (incluso que sean totalmente intrascendentes) más atractivas o entretenidas que aquellas que fueron postergadas.

Craso error.

Lamentablemente, en muy pocas ocasiones consiguen, tanto adultos como estudiantes, los objetivos previamente establecidos en un plan diseñado y ejecutado de forma rigurosa y cumpliendo aquellas acciones establecidas en tiempo y forma previstas.

El gran problema radica en que generalmente se actúa con pensamientos limitativos, pensamientos negativos, pensamientos constrictivos de nuestra personalidad y capacidades que tanto (mundo académico y profesional) condicionan nuestras acciones y con ello nuestros resultados.

Es por ello por lo que realizar manifestaciones como «no tengo tiempo», «es que no sé cómo hacerlo», «y si suspendo», «si lo hago y me sale mal» o «es que no sabe estudiar», jamás procurarán, por su misma naturaleza y efectos, éxito alguno.

El hecho de postergar las acciones previstas es, como decía al inicio, no solo un comportamiento del que en mayor o menor medida todos somos protagonistas activos, conscientes de dicho proceder, sino que, además, constituye uno de los grandes impedimentos para que pueda operar en nosotros una radical transformación tanto en lo personal como en lo profesional.

Dicha transformación exige establecer nuestro foco de atención en un proceso cuyo objetivo fundamental ha de ser, necesariamente, nuestra permanente mejora, el constante aprendizaje en el que, a buen seguro, habrá situaciones adversas que superar para, posteriormente, continuar en dicho noble propósito.

Una actitud de semejante naturaleza ha de observarse en todo caso y de forma especial cuando aflore la tentación de postergar las acciones consecuencia de las adversidades que en el camino podamos hallar, puesto que la inacción es sinónimo de extinción.

Ineficaz gestión del tiempo

Desgraciadamente, tenemos instalada la antihigiénica creencia de que controlamos el tiempo que disponemos para hacer aquellas cosas que nos hemos propuesto hacer, pero lo cierto es que ni controlamos el tiempo ni controlamos nuestras acciones, y menos aún nuestras decisiones.

Fruto de dicha forma de proceder acontecen situaciones como el desánimo, la frustración, la impotencia, el hartazgo, el desengaño, quiebra de la motivación, etc. que conllevan no solo un empeoramiento de nuestra condición y con ella la erosión de toda posibilidad de respuesta a dicha situación, sino que, además, se deriva una consecuencia de extrema gravedad cual es la aparición de la resignación ante la situación dada, lo cual descarta radicalmente toda posibilidad de reacción.

Las razones por las que ocurren situaciones como la anteriormente descrita, tienen su causa en la actitud de adoptar la decisión de posponer conscientemente las acciones que habiendo teniendo la responsabilidad de realizarlas no se han ejecutado tanto por ausencia total de la diligencia debida como por negligencia manifiesta.

Una de las razones fundamentales para diferir las acciones radica en la ausencia de una virtud del ánimo relacionada con la fuerza o el empeño con que afrontamos una dificultad o nos proponemos alcanzar un objetivo y que, actualmente, está en desuso o en situación de escasa práctica a pesar de disponer de fuerza y vigor necesarias como para proporcionar carácter y personalidad a quien lo practica de forma constante y que no es otro que el esfuerzo o sacrificio.

3

¿Qué actos nos llevan al fracaso?

Tener éxito o no tenerlo es una consecuencia de tus ejercicios o de tus temores, ninguno nace con el gen del éxito, vamos que no existe tal gen. Cualquiera que tiene éxito tiene las mismas ocasiones que uno que no tiene éxito, las mismas horas al vencimiento, pueden poseer incluso los mismos espejismos. Pero lo dispar entre ambos, son 3 principales cosas:

1. No ser activo.
2. Tus miedos.
3. Perseverancia.

Vamos a verlas cada una por su flanco para detectar que podemos originar para sostener el éxito.

No Ser activo

La primera diferencia de la gente que tiene éxito de la que no, es el no ser activo, no queremos decir que tengamos que estar haciendo cosas las 24 horas del día, la idea es ejecutar cosas, si te quedas pensándolas, de ningún modo harás nada, es mejor hacer y terminar una cosa en plazo que no actuar y por consiguiente no hacer nada.

Se proactivo, empieza nuevas ideas, lleva a cabo esos proyectos que te pasan por la cabeza, no te dé miedo no tener éxito, es parte del proceso que hay que pasar para lograr tener esos logros que nos llevarán al éxito.

Ser activo, significa tomar un control férreo sobre tu vida, fijarte objetivos y metas y trabajar duro para lograrlos.

En vez de esperar a que lleguen esas oportunidades que nos imaginamos, sales al mundo y creas tus propias oportunidades.

Ser activo significa que en vez de tomar acción según las situaciones que nos van llegando a nuestra vida, nosotros mismos somos quienes creamos esas situaciones tomando la acción necesaria todos los días.

Casi todas las personas piensan reactivamente.

Piensan o reaccionan en el momento en que las cosas ocurren, reaccionan al sentimiento que les crean algunas situaciones o problemas.

Y pensar de manera reactiva es hasta cierto punto bueno, pero... se llega a convertir en un problema cuando se piensa así todo el tiempo.

Existe un espacio muy importante entre Estímulos y Respuestas, y dentro de ese espacio, está el potencial que llevamos dentro para responder o reaccionar.

Para ser proactivo tienes que tener bien amarradas tus emociones, ya que ellas son la principal base de la consecuencia de tus actos.

Tienes que saber controlar tu autoconocimiento, que es el saber de qué tienes opciones para decidir entre el estímulo que recibes y la reacción que tomas. Si alguien te insulta, puedes escoger la opción de no sentir rabia. Si alguien te invita a un dulce, puedes escoger la opción de no aceptarlo. Si esto lo llegas a tener controlado, tendrás muchas más opciones de tener éxito.

Otra emoción que tenemos que tener controlada es la Consciencia que es la habilidad de consultar con tu yo interior para escoger que es lo mejor para ti. Puedes tomar decisiones en base a tus principios, sin importar si es lo correcto desde el punto de vista social o familiar.

También hay que tener personalidad propia, que no es más que tienes la libertad de decidir tu respuesta o reacción única. Esto hace que no te sientes forzado a responder según lo dictaminen las expectativas de los demás.

No podemos olvidarnos de la imaginación, no todo tiene que ser perfecto y correcto, la imaginación creativa es la habilidad de visualizar respuestas alternativas. Usando tu imaginación, puedes generar y evaluar diferentes opciones.

La ausencia de actividad o acción puede llegar a convertirse en una gran debilidad si no sigues esos simples pasos.

A lo mejor dedicas mucho tiempo a un estado de baja consciencia y nunca llegues al nivel de conocimiento necesario para tomar las mejores y más activas decisiones en tu vida.

Quizás tu consciencia se ha cegado debido al acondicionamiento social, y por tanto no estás realmente seguro de que es lo que realmente deseas en tu vida.

Cuando notas que algo no va bien, lo primero que haces es pensar en cómo lo verían los demás.

A lo mejor no te tomas el tiempo necesario para visualizar la posibilidad de mirar más alternativas.

O quizás tu voluntad se encuentre restringida por la presión de adaptarse a las expectativas de los demás.

Sin duda alguna, todo el tiempo estamos reaccionando ante los problemas de la vida, ya sean estos externos o internos.

Las personas exitosas toman decisiones conscientes y consecuentes, mientras que las personas que no disfrutaban de ese éxito tienden a alejarse de sus valores o principios.

En vez de vivir sus vidas con base a sus propias reglas y principios morales, copian de las vidas de los demás, las reglas y principios que estos llevan a cabo, y

finalmente si las oportunidades no llegan a cruzarse en su camino, continuarán viviendo la misma vida día tras día y año tras año.

Si muchos de los amigos de una persona que no tiene éxito empiezan a hacer ejercicio, esta persona lo hará también, de lo contrario, no llevará a cabo este hábito por sí sola.

Sus vidas están muy lejos y fuera de su control consciente.

Tus miedos

Un miedo o una resistencia a algo es una barrera consciente o inconsciente que no nos deja avanzar y que afecta nuestras creencias, paradigmas, emociones y hasta nuestras tradicionales formas de pensar. Este miedo también incluye la resistencia a los cambios debido a la ansiedad o el dolor que estos pueden ocasionar al salir de nuestra zona de confort.

Los principales miedos que no nos dejan a diario tener éxito son:

- El miedo al fracaso.
- El miedo a exponerse.
- El miedo al rechazo.
- El miedo al éxito.
- El miedo a salir de la zona de confort.
- El miedo a decepcionar a los demás, al público.
- El miedo a no hacer las cosas a la perfección.

Robert Kelsey refiere en su libro *¿Qué te detiene?* que la clave del éxito consiste en no buscar el miedo, pero tampoco en temerle. Declarar siempre que el miedo no te tiene a ti, sino que tú lo diriges a él. «Lo importante es aprender del miedo. Lanzarte, cometer errores, reconocer el error, aprender y volver a intentarlo».

Mucha gente cree que ellos tienen un miedo enorme a fracasar, pero lo que de verdad tienen es miedo al éxito. Además, creo que la mayoría de los miedos al éxito están disfrazados de miedo al fracaso.

Mucha gente, cuando le preguntan sobre sus objetivos en la vida, realmente no tiene definido ningún objetivo o meta positiva. Lo que ellos tienen es una mezcla de positivo con negativo. Lo negativo es que creen que vendrá junto con el éxito o que se hace falta primero pasar por ello para tener éxito, y en su mente tanto lo positivo como lo negativo están ligados así que no puedes tener una cosa sin la otra.

¿Y qué es el miedo?

El miedo es adelantarse a un hipotético resultado negativo. Es decir, ante un problema nos imaginamos la peor de las posibilidades que se nos pueda dar, la damos

por hecha, por realizada, nos bloqueamos y nos ponemos de los nervios.

La peor parte del miedo es que no nos deja vivir la experiencia (es decir, no nos deja crear la experiencia) y también no nos deja experimentar el resultado positivo de la experiencia. Para resumir, no nos deja vivir y nos ofrece una fantástica excusa para permanecer al margen de todo, para evitarnos el contacto con la vida real. Para evitarnos vivir. Para evitarnos autosuperarnos.

Para tener éxito, tu deseo de éxito debe ser mayor que tu miedo al fracaso. —
Bill Cosby.

Normalmente somos nosotros mismos nuestro peor enemigo; nuestros miedos y creencias limitantes se interponen entre nosotros y nuestros sueños o metas, miedo al fracaso, pero también miedo al éxito. La mayoría de los científicos y psicólogos coinciden en que el miedo al éxito existe tanto para los hombres como para las mujeres.

Es de hecho un temor muy común, y puede llevarnos a perder muchas muy buenas oportunidades en la vida. Se parece al miedo al fracaso pues se traduce en un miedo a tomar riesgos y avanzar en nuestros objetivos y metas, consciente o inconscientemente, y eso hace que no avancemos y nos quedemos siempre en el mismo lado, sin movernos ni hacia adelante ni hacia atrás.

El miedo al éxito es en una gran parte inconsciente, la gente que lo sufre no se da cuenta de que son ellos mismos quienes se están limitando. El no tenerlo identificado hace que se traduzca en comportamientos irracionales que pueden ser muy dañinos no solo para nuestros proyectos, sino para nuestra vida en general.

Algunas formas de reconocer si lo sufrimos son:

- Solo te fijas en todo lo que puede salir mal en lugar de en las oportunidades.
- Te sientes culpable de cualquier éxito que tienes, no importa si es pequeño, porque tus amigos, familiares o compañeros de trabajo no han tenido el mismo éxito.
- No celebras tus logros
- Pospones o evitas actividades o proyectos, especialmente los que puedan conducir al reconocimiento.
- Te pones nervioso, hipersensible o de mal humor o comienzas a cometer errores de principiante en cuanto te enfrentas a algo importante.
- Pones en segundo plano tus propias metas para evitar conflictos.
- Te autosaboteas pensando que no eres lo suficientemente bueno para alcanzar tus sueños.
- Sientes que no mereces disfrutar del éxito en tu vida.
- Crees que, si logras éxito, no serás capaz de sostenerlo, sino que eventualmente

fracasarás y terminarás un peor lugar que donde empezaste.

Pregúntate si lo que estás haciendo hoy, te acerca al lugar en donde quieres estar mañana. —Walt Disney.

Si te preocupan todos los cambios que van a llegar a tu vida tras conseguir tu objetivo, hazle frente y haz una lista de todas las cosas buenas que el éxito traerá consigo.

Hay miedos que son evidentes porque tú los has experimentado a lo largo de los años, en este caso sabrás exactamente que tienes una fobia o miedo a algo particular.

También hay miedos internos que puedes identificar por la huella que dejan en tu vida basados en un efecto, por ejemplo, si tienes un tiempo prolongado sin empleo, si no has podido encontrar pareja, en el caso de estar frecuentemente en problemas económicos, etc.

Cuando un nivel de experiencias es desfavorable, significa que existen miedos o bloqueos internos que están afectando una vida mejor.

Superar los miedos también significa dejar de vivir para los demás:

Vives en una sociedad y de alguna manera debes seguir ciertos lineamientos. Pero no puedes vivir en función de las opiniones de los demás y sin duda que en ciertas ocasiones parte de los miedos es producto de la expectativa que tienes sobre la opinión que las personas tengan de ti. Demuestra el carácter para el éxito y podrás superar los miedos.

Perseverancia

Una de las características necesarias del carácter para lograr las metas que nos proponemos es tener perseverancia para continuar, pese a los obstáculos que seguramente encontraremos, hasta realizar nuestro objetivo. De ahí que la perseverancia es fundamental para alcanzar el éxito y la felicidad.

¿Qué es la perseverancia? Es mantenerse constante en la prosecución de lo comenzado; es durar permanentemente o por largo tiempo. Uno de sus sinónimos es la persistencia. Es, en general, un esfuerzo continuo hasta lograr la meta u objetivo propuesto.

Todos tenemos la experiencia de que es relativamente fácil empezar algo, para esto solo basta tener un poco de entusiasmo. El continuar y persistir una vez que aparezcan las dificultades u obstáculos es cosa diferente; ya que a partir de ese momento se requiere un esfuerzo diferente para continuar hasta lograr el éxito.

Algo similar sucede con las ideas para emprender un proyecto, establecer un

negocio o crear alguna innovación, esta es la parte más sencilla y más fácil; llevarlo a la realización, a la práctica, es otra cosa ya que para esto se requiere disciplina, trabajo, paciencia, voluntad inquebrantable y sobre todo perseverancia.

John Quincy Adams, sexto presidente de EE. UU. y considerado uno de los más grandes diplomáticos de la historia estadounidense, expresaba: «La paciencia y la perseverancia tienen un efecto mágico antes las cuales las dificultades desaparecen y los obstáculos se desvanecen».

Thomas Carlyle, historiador y filósofo escocés, expresó: «La permanencia, perseverancia y persistencia a pesar de los obstáculos, el desaliento y las imposibilidades es lo que diferencia un alma fuerte de una débil».

Y Orison Swett Marden fundador de *Success Magazine* (La revista éxito), prolífico autor de libros sobre motivación expresó: «Hay algo de genialidad en la persistencia. Conquista a todos sus opositores. Da confianza. Anihila los obstáculos. Todos creen en una persona con determinación. Las personas saben que cuando él o ella se propone algo lo logra».

Con perseverancia en la acción, que implica constancia, firmeza y tesón, se puede lograr lo que una persona se propone, cualquiera que sea la magnitud de esa meta; ya que utilizará los medios requeridos, de la mejor manera posible para llegar a ese fin.

Existe una frase muy famosa que reza «persevera y triunfarás». De este modo, se deduce que la acción de perseverar es una virtud, que puede llevar a la persona (perseverante) hacia el éxito en un ámbito donde se ha propuesto un objetivo determinado.

Las personas perseverantes son aquellas que, a pesar de errores, de fracasos y de obstáculos que se interpongan en el camino entre su objetivo y la meta a alcanzar, continúan trabajando o realizando acciones para lograr lo que quieren, lo que desean, siempre con una buena dosis de esfuerzo personal y de la estimulación constante que les permite, momento a momento, autosuperarse, es decir, aprender de sus propios errores, capitalizarlos para mejorar sus acciones, y continuar en la búsqueda de sus metas.

Un camino fácil no lleva al éxito. Lo normal es experimentar dificultades, situaciones que no salen como uno las planea. Eso no quiere decir que lograr la meta trazada sea imposible, todo lo contrario. ¡La clave está en nuestra actitud!

¿Cómo afrontar un problema? ¿Qué posición tomar frente a un obstáculo? Tener la actitud correcta hace toda la diferencia. La idea es tratar de ver las dificultades como oportunidades.

Los inconvenientes pueden ayudarte a sacar lo mejor de ti, porque la perseverancia es clave, pero tu esfuerzo es tu arma secreta.

Saber identificar correctamente los problemas es importantísimo para estar enfocados en buscar la mejor manera de solucionarlo, dispuestos a probar cosas nuevas, soluciones fuera de lo habitual y lejos de nuestra área de confort y seguridad.

Extiende esta idea a tu negocio, porque el éxito en él también trae muchas

satisfacciones. Anímate a contarnos en los comentarios cómo te fue.

Recuerda, si abandonas un proyecto a la mitad del camino nunca sabrás cuál hubiese sido el resultado final. ¡No renuncies nunca!

La perseverancia es en sí misma una prueba del valor, constancia, dedicación, entusiasmo y fortaleza y exige un alto grado de concentración en el objetivo que se desea conseguir. Sin esta virtud, una persona fácilmente desistirá de toda lucha en cuanto las dificultades se presenten.

Por otra parte, es importante resaltar que la paciencia es aliada de la perseverancia, ya que en esos momentos difíciles será necesario no solo luchar por salir adelante, sino además estar preparado para afrontar las dificultades con calma, esperando el momento adecuado para actuar y buscando tomar las mejores decisiones.

La perseverancia es una de las cualidades que más caracteriza a las personas de éxito en la vida. La poseen aquellas personas que no quieren darse por vencidos en la lucha por alcanzar sus metas. A más persistencia, mayores las posibilidades de que se obtenga lo deseado y que al final logres tu objetivo.

A veces la inteligencia no es determinante a la hora de encontrar el éxito en la vida. La perseverancia para quienes quieren alcanzar un objetivo determinado puede ser incluso más importante y determinante a la hora de conseguir resultados. Mientras más te dediques a cosechar, más frutos obtendrás de ello.

Recuerda para ser una persona perseverante no tienes que tener un altísimo coeficiente intelectual, ni algún atributo en particular; tu perseverancia y empeño, son las armas que más necesitas para triunfar. Sin ella, aunque seas un superdotado, no lograrías alcanzar tus sueños.

¿Cómo conseguir el éxito?

La mayoría de las veces para obtener triunfos en la vida debemos esforzarnos, es una realidad. Pero esa búsqueda no tiene por qué representar un sufrimiento, ¿no te parece? Cualquiera sea la actividad que hagas, debería ser un disfrute para ti. En otras palabras, si amas aquello que estás haciendo, sin dudas el camino hacia tus logros será más fácil y divertido. Piénsalo de esta manera: si no alcanzas los objetivos planteados... ¡al menos lo has intentado!

Puede parecer demasiado obvio, pero para conseguir algo, primero debemos saber exactamente qué es lo que deseamos. Para no desfallecer ante el primer obstáculo, es fundamental tener bien clara la meta para continuar firme en el camino. Si no tienes claro qué buscas, poco podrás hacer para conseguirlo. Ese objetivo tiene que estar bien definido y debe ser tu motor, aquello que te dé el impulso necesario para continuar hasta alcanzarlo. Alimenta cada día tus sueños, no dejes que se debilite.

Puedes y debes soñar a lo grande, por supuesto. Pero a fin de sentir que realmente vas conquistando objetivos, lo mejor es que traces metas cercanas y alcanzables. Es decir, tu objetivo no debe ser tan difícil como para no llegar nunca a él. Un ejemplo un tanto exagerado, pero que ayuda a comprender este punto: ¿no es más fácil proponerse reducir un kilo de peso por semana que bajar 20 kilos en 15 días? Te sentirás feliz alcanzando en forma continua esas pequeñas metas, en lugar de querer alcanzar de una vez ese gran logro, prácticamente imposible. No te engañes Sueña, pero no dejes de tener buenas raíces para tus sueños...

A pesar de todo, es importante mantenerse motivado. Si estudias casos de personas exitosas, o que han realizado algo relevante en su vida, podrás comprobar que muchas veces se trata de historias con subidas y bajadas, e incluso con muchos intentos y fracasos antes de lograr el éxito. Sin embargo, no se echaron atrás por esas derrotas aparentes, pues sabían ver a esas situaciones como parte del proceso, como pasos que los acercaban más y más a la meta. La cualidad más importante es la automotivación, para no sucumbir ante las trabas que se presentan todos a diario. Es importante que te des ánimo a ti mismo todos los días, así que el optimismo también es indispensable.

Como ya hemos visto, está muy bien que definas claramente tus metas, no obstante, hay que mantener cierta flexibilidad. Las visiones estructuradas, la falta de apertura mental, no conducen más que al fracaso, pues la vida está llena de cambios y sucesos inesperados. Las personas exitosas son aquellas que saben adaptarse a las distintas alternativas que se le presentan y están dispuestos a empezar de nuevo, si es

necesario. Los mejores planes a veces deben ser redefinidos, recuerda esto. Deja a un lado la rigidez, y ten en cuenta que en esas ocasiones una cuota de buen humor ayuda mucho también.

Las personas que tienen éxito no solo se sientan a pensar, a hacer planes y a soñar de lo lindo. ¡Son personas de acción! Haz tu estrategia, plantéate los pasos a seguir, determina objetivos claros, establece plazos, pero finalmente... decídate a hacerlo. No dejes de dirigirte hacia tu meta, actúa de forma constante. Sé perseverante y recuerda siempre que se comienza con un primer paso.

«Estoy ocupado», elimina esto de tu vocabulario. Todas las personas disponen de 24 horas al día. Eres tú el que debe asignar aquellas tareas prioritarias para ti.

Cuando te levantes, dedícate a hacer una sola tarea que marque la diferencia en tu vida. Será tu tarea clave y cumple con ella a diario.

Éxito personal

Es muy importante que evaluemos cada área de nuestra vida, así podremos ver cuál es la más débil, así podremos ver el beneficio que obtendremos si la potenciamos al máximo. Si nos enfocamos en esa faceta concreta de nuestra vida, que queremos mejorar, por ejemplo, en la familia, el trabajo o las relaciones con otros, ayuda a que los esfuerzos estén más concentrados y se dedique mayor energía para avanzar en el logro de estos objetivos. Al hacerlo se puede cuantificar y medir con precisión, para saber si hemos conseguido nuestro objetivo o aún no está completo.

Para lograr el éxito tenemos que trabajar. Muchas veces tenemos la impresión que, a las personas que tienen mucho éxito, las cosas les vienen hechas. Que tienen muy buena suerte y todo les sale bien, pero esto casi nunca es así, lo que sucede es que solo vemos una parte, no vemos su trabajo, sus problemas, ni sus fracasos. Para ser exitosos, necesitamos estar dispuestos a pagar el precio que dicho éxito exige. Tenemos que ser constantes y estar dispuestos a dedicarle el esfuerzo, tiempo y energía que el éxito requiere. Además, aquello que buscamos, lo que calificamos como éxito, necesita ser algo importante para nosotros. Solo así, nos mantendremos motivados a pesar de los problemas y dificultades que siempre se presentan, porque son parte de la vida. Si es importante para nosotros, vamos a vencer cualquier obstáculo y vamos a llegar a la meta deseada. Por lo tanto, es muy importante que, si quieres tener éxito, tengas muy claro qué significa éxito para ti, qué sepas, qué es lo que tú deseas.

¿Qué es una meta alcanzable? Es aquella que podemos obtener. Que está en nuestras manos llegar a ella, quizás necesitemos tiempo, ayuda, aprender algunas habilidades, etc. pero podemos hacerlo. Existen metas que pueden ser muy fáciles de alcanzar para otras personas, pero no para nosotros. Eso no nos hace ni mejores ni

peores personas, que los demás.

A veces necesitamos buscar ayuda para las cosas que podemos tener dificultades para obtener éxito y son importantes y en otras tenemos facilidad para conseguirlo.

El problema al plantearnos las metas y buscar el éxito en ciertas áreas, está relacionado con la autoestima.

Una persona con buena autoestima tiene mayor facilidad para ser exitosa porque tiene confianza en sí misma y esta actitud le permite seguir adelante, a pesar de los problemas y fracasos normales de cualquier situación, es flexible y cuando comete un error lo corrige, si necesita ayuda la busca.

Una persona con una baja autoestima tiene menos probabilidades de lograr el éxito, porque: no se arriesga, por temor al fracaso; tiende a ponerse metas muy altas, para probarle a los demás y a sí misma su valor como persona; ante los problemas u obstáculos, se desmotiva fácilmente.

Éxito profesional

Trabajar en algo que verdaderamente te guste. No hacer nada por hacer.

Tener habilidades para ese negocio.

Contar con círculos sociales que pertenezcan a ese negocio.

Ser un buen líder y contar con la capacidad de tomar buenas decisiones rápida y fácilmente.

Forjarse una buena reputación en el mercado escogido.

Si analizas muy bien lo anterior, puedes darte cuenta de que ambas formas de éxito son bastante similares, y que quizás sea posible extender el éxito personal al éxito profesional o viceversa.

Adicionalmente, es posible tener en cuenta los principios fundamentales del éxito profesional, y llevarlos a la práctica

Acción

Una de las principales causas de la falta de éxito es que, con frecuencia, las metas se quedan en deseos, planes o sueños, porque no llevamos a cabo todas las conductas necesarias para alcanzarlas.

Algunas de las principales razones son:

- No estamos motivados para hacer el esfuerzo necesario.

- No están bien planeadas y nos perdemos en el camino.
- No sabemos cómo hacerlo.
- Queremos resultados inmediatos.

La causa principal, es nuestra actitud ante la vida. Si eliges hacer algo que te gusta ten por seguro que lo harás con entusiasmo y pasión. Estas actitudes te llevarán al éxito en tu empresa.

Tenemos dos opciones ante la vida y ante las cosas que deseamos.

Tomar una actitud: activa o pasiva.

Cuando nuestra actitud es activa, nosotros actuamos para que las cosas sucedan como nosotros queremos que sucedas.

Cuando es pasiva, esperamos pasivamente a que sucedan las cosas, para ver cómo podemos o tenemos que reaccionar ante ellas y si no es necesario hacerlo, simplemente las dejamos pasar.

Casi siempre, la gente que tiene éxito pertenece al primer grupo, ya que lo busca, provoca y mantiene, mientras que las personas que pertenecen al segundo generalmente acaban descontentas, quejándose y buscando a quien culpar por lo que les sucede.

Cada actividad requiere de un tiempo distinto, pero, además, cuando dos personas realizan la misma actividad, pueden necesitar de una cantidad de tiempo diferente.

Esto no significa que uno es mejor o peor que el otro, simplemente quiere decir que la manera de trabajar de cada uno es distinta.

La mayor parte de las veces es más importante el resultado que obtenemos, que el tiempo que tardamos en lograrlo, siempre que este no se alargue de manera exagerada. Sin embargo, al hablar de tiempo, las personas que tienen éxito saben que necesitan desarrollar ciertas características:

Motivación

Definir el objetivo en términos de lo que queremos lograr y no tanto en lo que deseamos evitar. Una forma es preguntarse qué vamos a lograr con ese objetivo, esto es motivarte y nos ayuda a continuar.

Todos necesitamos recordar por qué empleamos tanto tiempo en esa actividad en la que queremos destacar. Quizá quieras conseguir más dinero, fama, reconocimiento, Sea cualquiera la causa, debes recordar por qué lo haces y visualizar en tu mente el momento en que lograrás tu objetivo.

No siempre podemos encontrar reforzadores externos, que nos motiven a corto y mediano plazo mientras realizamos un proyecto, por lo que la motivación debe de ser interna.

Debemos aprender a tolerar la frustración y ver los fracasos como lo que son, errores que nos ayudan a modificar el camino.

Ver los obstáculos como desafíos que se presentan en el camino.

No centrarnos en los problemas, ni buscar culpables.

Buscar alternativas y soluciones, viendo cada situación difícil como una oportunidad para aprender.

Terminar lo que empezamos, buscando obtener satisfacción de lo que estamos haciendo y no enfocarnos solo en el resultado que queremos obtener.

Relacionarse con los demás eficazmente.

Esto tiene que ver mucho con saber relacionarse socialmente. Saber relacionarse eficazmente con los demás es una habilidad necesaria para lograr cualquier cosa.

Rodéate de gente interesante, pero, sobre todo, que sea positiva y a ser posible que tenga tus mismos intereses. Por otra parte, huye de la gente negativa, gente tóxica.

Haz ejercicio, come y duerme bien. Cuanto mejor trates a tu cuerpo, mejor te sentirás y mejores resultados tendrás en cualquier ámbito de la vida.

Todo debe hacerse con conciencia.

La inconsciencia es un enemigo indiscutible del éxito.

Ser consciente implica saber en todo momento si lo que hacemos es acorde a nuestros valores y principios.

Un ejemplo de esto es la persona que trabaja en un empleo por necesidad (dinero) y no por pasión: por contribuir con valor, o por dedicarse a llevar a cabo sus pasiones.

La gente que busca un empleo por necesidad está siendo absolutamente inconsciente y, por tanto, dejando de lado el éxito personal y profesional.

Pregúntate en este momento: ¿por qué hago lo que hago?

Y respóndete en cada aspecto de tu vida.

¿Por qué voy a estos lugares? ¿Por qué me levanto a esta hora? ¿Por qué me dedico a esto?

Y también pregúntate: ¿por qué no hago lo que no hago?

De igual manera, para cada aspecto de tu vida. ¿Por qué no me divierto más de seguido? ¿Por qué no me levanto a las 10:00 a. m. un lunes? ¿Por qué no tengo un perro? ¿Por qué no voy a restaurantes finos?

La clave es ser consciente y saber en todo momento por qué se está tomando cierta decisión.

Y si la respuesta resulta ser: «No lo sé», o algo como «porque tengo que hacerlo», entonces ese será el indicador clave de que hay que cambiar algo.

Lo cual nos lleva a:

Se requiere coraje para afrontar cambios trascendentales.

Y no es fácil.

Se requiere valentía y fortaleza de decisión.

Si detectas que hay algo mal en tu vida, como por ejemplo la relación con tu

pareja, o el empleo que tienes, entonces es momento de tomar una decisión valiente de dejar esa realidad atrás, y abrazar un nuevo futuro.

Por supuesto apoyo la idea de esforzarse en salvar algo bueno, sin embargo, estoy totalmente en contra de vivir algo que no se disfruta, solo por necesidad, o por falta de coraje y valentía para cambiar.

Conclusión

Todos buscamos el éxito en nuestra vida, sin embargo, a muchas personas esto se les queda en un sueño y no lo logran. Lograr el éxito, es conseguir tus objetivos propuestos en todos los aspectos de la vida. ¿Pero cómo hacemos para conseguir lo que uno se propone?

El primer punto y verdaderamente importante es tener claro lo que quieres conseguir en tu vida y marcarte esa meta, trazar una estrategia que te permita paso a paso conseguir acercarte a ella, esto es muy importante porque muchas personas no saben lo que quieren en su vida y por lo tanto no tienen un objetivo marcado para conseguir su éxito.

Hay que definir con claridad qué es lo que quieres ya sea material o personal: disfrutar de la familia, trabajar para usted mismo... Un paso importante para el éxito es la visualización. Obsérvate a ti mismo en el estado final de tanto esfuerzo. Haz de cuenta que todo aquello por lo que luchas, ya lo has conseguido e intenta personificarte en tu éxito. Es importante que visualices también el esfuerzo que debes realizar para lograr el éxito, porque si no tu visualización estaría basada en la fantasía.

Insistir, persistir, resistir y no desistir son puntos vitales de todo emprendimiento, cuando veas que la situación sea más difícil, es cuando más tiendes que insistir, no desistas en tu lucha por llegar al lugar propuesto, y, sobre todo, nunca culpes a nadie por tus fracasos, encárgate de tu vida que se note que tienes el control. No te detengas en tu lucha, comparte con las personas que quieres y multiplica tu éxito.

Enséñale a quien más puedas los pasos para lograr el éxito y consigue que todos te vean como una persona ejemplar, el éxito está en tus manos. Solo debes comprometerte con triunfar en la vida y esforzarte al máximo para hacer realidad tus sueños.

Ser cien por ciento responsables en todo lo que hacemos, renunciando a todas las excusas, a todas las historias de víctima, a todas las razones de por qué no puede y por qué hasta el momento no ha logrado, y todas la circunstancias externas a la que usted atribuye esa culpa, renunciar a ellas y para siempre, adoptar una posición de que siempre ha tenido el poder de cambiar las cosas, de poder lograrlo, de producir los resultados deseados; por cualquier razón, ignorancia, falta de conciencia, temor,

necesidad de estar en lo cierto, necesidad de sentirse seguro, debemos decidir no ejercer ese poder, ¿quién sabe por qué? No importa lo pasado, todo lo que importa ahora es que, de aquí en adelante, es usted quien elige, se trata de una elección, actuará como si tuviese el cien por ciento de responsabilidad en todo lo que le ocurra o le deje de ocurrir.

Una de las características diferenciadoras de las personas que tienen éxito personal y profesional, es que ellos saben hacia dónde se dirigen. Piensa en algún amigo, familiar o conocido que tú consideres que logra todo lo que se propone, o que tiene mucha suerte (lo cual es falso). Analízalo bien, y es probable que te encuentres con que esa persona por lo regular sabe exactamente lo que quiere, y a veces hasta lo comparte con otras personas. Sin embargo, una persona que parece no avanzar hacia ninguna parte, pregúntale qué es lo que quiere en la vida, y por lo regular las respuestas serán vagas, o mediocres.

Los emprendedores y empresarios exitosos saben que el triunfo aguarda a quienes saben perseguirlo, teniendo claro el camino y el destino.

Sin embargo, ellos no se dejan intimidar por lo duro del proceso que es necesario vivir para llegar hasta allá, y, por el contrario, se dedican a disfrutar mientras avanzan y progresan. Igualmente debe ser para ti bastante jovial el proceso de alcanzar el éxito profesional y personal. Es un trayecto que deberás transitar durante algún tiempo, y encontrarás algunos baches y contratiempos, pero si no eres capaz de disfrutarlo, pronto te rendirás y tomarás otro camino más fácil.

Si tienes dificultades, respira profundo, levanta tu mirada, y disfruta del momento y de cómo la vida te está moldeando para ser una mejor persona.

5

Miedo al éxito

Tener Miedo al éxito puede provenir de una baja autoestima, sentimiento de inferioridad o falta de autoconfianza, por esto ante la posibilidad de conseguir el éxito en cualquier ámbito de la vida, realizas esfuerzos conscientemente o no para no lograr esa posibilidad de éxito.

Nosotros mismos, somos capaces de creernos que no nos lo merecemos o no somos lo suficientemente capaces de conseguirlo.

Incluso muchas veces tenemos la creencia de que, si conseguimos el éxito, en nuestro entorno puede provocar envidias y malestar, lo que nos hace retraernos en la consecución del éxito para no perder estas relaciones.

La mayoría de las veces esto está basado en nuestras creencias equivocadas o exageradas, generalmente relacionados con un mal aprendizaje que tuvimos en algún momento de nuestra vida.

Ahora bien, ¿qué beneficios lograrías para ti y los tuyos si pudieras incrementar tu entusiasmo y pasión por todo lo que haces?

¿Qué resultados obtendrías si pudieras disponer de las claves para aumentar tus niveles de motivación, confianza y seguridad?

Una de las causas de ausencia total de motivación, y que probablemente haya provocado un número incontable de resultados negativos en tu vida, ha sido utilizar las palabras prohibidas: ¡no puedo!

¿Cuántas veces te has sumergido en ellas para dejar a un lado desafíos, tareas pendientes, metas y oportunidades?

Cualquier niño, sabe que si grita «¡no puedo!» con las venas hinchadas en su garganta estará cerca de evitar comerse las lentejas que su madre le ha preparado con tanto cariño. Sabe que usar «no puedo» favorece el hecho de que los demás nos apiademos de él y arrojemos la toalla.

Déjame que te diga algo: «¡no puedo!» es una cadena que te limita y tu motivación depende en gran medida en tu poder para librarte de esa cárcel.

¿Sencillo? No, por supuesto que no. Pero necesario.

¿Te has preguntado alguna vez que hace que algunas personas triunfen cuando otras, por el contrario, fracasan?

La fuerza de la voluntad y la creencia en ellas mismas. Utilizan la magia del «¡yo puedo!».

- Sé concienzudo.

- Genera ímpetu y mantenlo en movimiento.
- Mantente enfocado.
- Mira la solución, no el problema.
- Ve la oportunidad por lo que es: una oportunidad.
- Aprende todo lo que puedas sobre lo que estás haciendo.
- Sé afortunado.
- Vete a ti mismo victorioso.
- Sé inteligente.
- Sobre todo, nunca te rindas.

Sigue estos pasos y conseguirás superar ese miedo al éxito.

Las verdaderas historias de éxito son las que empiezan en pésimas circunstancias y terminan con los sueños o metas alcanzadas.

Por lo general las personas, con historias exitosas se destacan por su valentía, coraje y muchas ganas de trabajar, además de un gran espíritu de visión y determinación. Si desde que tienes memoria te has visualizado teniendo éxito, entonces ten por seguro que eres uno de los beneficiados.

Cuando desees lograr lo que quieres y ser una futura posible historia de éxito, no abandonar nuestros objetivos es un punto muy importante, pero tener la sabiduría de cuando sacrificar algo que nos impide lograr nuestro éxito es otro detalle importante en la persona que quiere lograr el éxito.

Un elemento primordial en el éxito es tener las suficientes agallas de arriesgarse, precisamente el riesgo es un factor que determina el triunfo.

Recuerda que tener éxito no significa que tengas que ser un famoso personaje que ha logrado determinadas cosas importantes, ser exitoso está dentro de ti, es la plena seguridad en ti mismo y en las metas que te establezcas.

La llamada suerte en el ser exitoso no es una cuestión de sorteo, suerte es si es que decides tomar las riendas de tu vida y lograr complacerte en todos los ámbitos, financieros, familiares, espirituales, etc.

Pero no solamente debes pensar en ti mismo, la armonía que hay en ti con el mundo toma mucha fuerza en el ser exitoso y además que cosas le aportas tú a tú comunidad, eso te va a impulsar a lograr explotar tu potencial y aportárselo al mundo que te rodea, recuerda que ser exitoso no es una condición del ser humano, es un estado.

Eso a lo que llamas miedo al éxito, tan solo es falta de conocimiento. No temas, porque es fácil de vencer.

¡Todo! ¡Absolutamente todo está en nuestras mentes! Invierte el tiempo para escucharlo y medita sobre que mentalidad tienes y si hay algo que debas cambiar en

ella.

Tienes en tus manos el cien por cien de la responsabilidad de lo que te acontece, por lo que dispones de las herramientas necesarias para convertir cualquier situación de crisis en oportunidad.

Eres la única persona con todo el poder de transformar las derrotas en victorias y como no, en aprendizajes.

¿De qué modo?

Creyendo en ti y en tus posibilidades. Decidiéndote a confiar en tus opciones y asumiendo que eres una persona muy válida y digna de todo éxito.

Conozco demasiada gente que se pasa horas quejándose de lo mal que le trata la vida; ese tipo de personas jamás aprovecharan sus oportunidades pues sus propias lágrimas nublan toda perspectiva favorable que acontezca.

Deja de quejarte de tus anteriores desgracias y mantén tus ojos abiertos a las nuevas oportunidades y no les cierres la puerta.

No te puedes elevar por encima de tu nivel de visión.

Todo individuo que no aspira a nada superior en esta vida seguirá sumido siempre en su penitencia diaria mientras piensa que no tiene talento para hacer otra cosa, o incluso no crea que se merece más de lo que hoy posee.

Y no se trata de bienes tangibles, sino de aspiraciones mucho más profundas relacionadas con la mejora sustancial del comportamiento humano y de sus resultados. Tampoco está relacionado con descubrir nuevos talentos, sino de explotar los que ya son tuyos por herencia y trabajo.

Al explorar todos tus talentos y tus dones, al desatar todo tu potencial, ¿es posible hacerlo dentro del ámbito en que comúnmente te mueves y desarrollas?

¿Hacerlo así entra en el campo de las posibilidades prácticas?

Debes aprender a entrenar todo tu potencial. Pero para eso, lo más importante que debes reconocer es que puedes dar mucho más de lo que hoy ofreces a la vida y que la consecuencia directa de ello serán unos extraordinarios resultados.

Solo atendiendo a esa posibilidad en la que te entregas a la toma de conciencia de tus capacidades podrás tomar la responsabilidad total de usarlas y, por qué no, de mejorarlas.

El líder del futuro, el del próximo milenio, será aquel que cree una cultura o un sistema de valores centrados en los principios, o por lo menos esa es la esperanza para la organización de los seres humanos y la relación con su entorno.

Crear tal cultura en una empresa, en el gobierno, en la escuela, en el hospital, en la organización no lucrativa, en la familia o en otra organización será un reto tremendo e interesante en esta nueva era y solo lo lograrán los líderes, ya sean los que surjan o los ya expertos, que tengan la visión, la valentía y la humildad de aprender y de crecer constantemente.

Las personas y organizaciones que se apasionen por aprender porque estén en condiciones de escuchar, de ver las tendencias que surgen, de percibir y prever las

necesidades del mercado, de evaluar los éxitos y equivocaciones del pasado y de absorber las lecciones que la conciencia y los principios nos enseñan —por mencionar solo unos cuantos modos—, tendrán una influencia duradera. Esa clase de líderes no se opondrá al cambio: lo adoptará.

Desatar la creatividad para lanzarte a tus proyectos implica tener el hábito diario de soñar, que es el principio del éxito personal y profesional.

Con tus sueños liberas el poder de crear y si usas este poder de manera conveniente, nada puede impedir que tu vida marche de forma totalmente satisfactoria. En los sueños encontramos recursos para alumbrar nuestro camino de un modo magistral, y también nos demuestran que estamos vivos.

Mucha gente tiene deseos que le gustaría realizar, pero no todos lo consiguen. No todos tienen un deseo ardiente que desate la pasión y el entusiasmo. Tener un deseo ardiente y provocar la pasión y el entusiasmo es como impulsar a nuestros sueños hacia su consecución.

Muchas personas se bloquean queriendo sobresalir y descuidan el poder más grande que tenemos que es el poder de amar; si tú amas, tus sueños ya son realidad, porque serás congruente con lo que haces y tus peticiones al universo serán reales.

Ser congruente es ser consecuente con la forma de comunicación ideal en el entorno en el que te encuentras; la congruencia es poder en acción y te da energía para materializar tus sueños.

No te justifiques diciendo que algún día lo conseguirás. Hazlo y cuenta que lo hiciste.

Sin embargo, no debes hablar tanto y a tanta gente sobre tu sueño, porque de ese modo, tu energía no te conducirá hacia el logro de tu objetivo.

Existe lo que se llama disgregación energética: cuando cuentas a la gente tu proyecto, tu petición no se concentra adecuadamente en el universo. Por lo tanto, no vuelvas a hacerlo o tus sueños no tomarán forma.

Al contrario, concentra tu energía en un sueño y reconoce que nada te puede parar sino tu estupidez; pero tú no eres estúpido, así que ¡adelante! Da rienda suelta a tu imaginación.

Soñar es la respuesta de un ser divino. Quizá tú no quieras reconocer tu divinidad, pero es algo innato en ti, porque tú eres el milagro más grande que existe en este planeta, eres la respuesta más elocuente de Dios, eres el ser que transformará este planeta en un mundo más humano y responsable.

El principio del éxito radica en reconocer lo maravilloso que eres o puedes llegar a ser. Ve hacia delante y libera tu poder interior y recogerás lo que te mereces, que es una vida feliz y en armonía con los seres y lugares de este planeta tan fantástico del cual eres miembro.

Soñar es el principio de la materialización de las cosas.

Tantas cosas se soñaron y se consiguieron que no tienes justificación para dejar de tener objetivos.

Las personas que triunfan no ven las cosas como son, sino las soluciones. Son personas que reconocen los obstáculos, pero no por ello se paran; los justifican como formas de conseguir los resultados que esperan. Dan un salto hacia delante y hacen algo que es a la vez sencillo y profundo: miran la vida no como parece que es, sino como les gustaría que fuese. Se colocan en la cima de la realización de su sueño como si ya lo estuviesen viviendo, no sienten que van a ganar, sino que ya están ganando.

El estado emocional que se genera de esta forma es tan extraordinario que se desatan la pasión, la fe y el entusiasmo, y esto les coloca en una posición adecuada para que sus sueños se conviertan en realidad.

Una vida importante siempre comienza con un gran sueño y un gran sueño te hace vivir la vida de una forma importante. Las personas que sueñan son personas que ven lo que quieren no solo con los ojos, sino también con la mente, y es en este lugar donde se comunica el sueño. La visión mental es diferente de la de los ojos puesto que es la facultad de emplear la inteligencia para ver no lo que existe sino lo que puede llegar a existir. La visión mental, nuestra capacidad para soñar, nos permite, pues, representarnos formas futuras. La manera como utilicemos nuestra capacidad para soñar determinará nuestro destino en la vida.

Por lo tanto, deja a un lado tu Miedo al éxito, tú sabes que eres capaz de conseguirlo, solamente tienes que aplicar todo lo que te he dicho anteriormente, con mi ayuda y tu capacidad para ponerte en marcha, hará posible que consigas el éxito en cualquier ámbito de la vida.

Si eres capaz de quitarte tus miedos tienes un camino espectacular para conseguir el éxito, para conseguir todo lo que quieras en tu vida, el éxito no es algo que te llegue por sorpresa, es algo que previamente has tenido que trabajar, has tenido que esforzarte, has tenido que dejar de hacer muchas cosas que te gustaban por llegar al éxito.

Si dejas que tus miedos se apoderen de ti, estás destinado al fracaso.

Quítate esos miedos y corre hacia el éxito.

Comprometerme o involucrarme en el éxito

Me encanta esta metáfora que muestra claramente la diferencia entre involucrarse y comprometerse en un asunto.

Esta es mi versión, la gallina se convierte en emprendedora en tiempos difíciles...

Una gallina, aburrida y cansada de su vida en la granja, decide hacerse emprendedora y vivir por su cuenta.

Después de pensar en las posibilidades de negocio más rentables y acordes a su naturaleza ovípara, se le ocurre una estupenda idea. Para que su plan de vender huevos con jamón funcione necesita un socio indispensable para el éxito de su proyecto, su compañero de granja, el cerdo.

Muy animada le cuenta su idea al cerdo, este la escucha atentamente y una vez que termina le dice: «Mi querida amiga gallina no me gustaría ser parte de un negocio en el que yo me comprometo con mi vida y tú solo te involucras poniendo lo que te sobra».

Puedes estar involucrado en proyectos sin tener que comprometerte, pero hay un asunto en el que no solo debes involucrarte sino también comprometerte al 100 %. Ese asunto eres tú mismo, tu vida.

Podemos comprometernos en un negocio, en una relación, en el trabajo, con los amigos o con el mundo. Pero el compromiso más importante y el que nos llevará a comprometernos con éxito en otros proyectos es el compromiso con nosotros mismos.

Quizá sea más fácil mantener nuestros compromisos con los demás, seguramente porque sabemos que esperan algo de nosotros y no queremos defraudarles. Eso nos exige cumplir.

El compromiso es lo más importante y el que nos llevará a comprometernos con éxito en otros proyectos...

Pero cuando quien nos exige somos nosotros mismos siempre podemos optar por fallarnos, al fin y al cabo, no tenemos que rendirle cuentas a nadie.

¿Nos duele menos defraudarnos a nosotros mismos que a los demás?

Quizá dependa de nuestro grado de compromiso personal.

Creo que es normal que alguna vez nos sintamos poco contentos con nuestros

resultados sabiendo que podríamos haber hecho más. Pero si es una situación que se repite en nuestra vida probablemente nuestra autoestima, nuestra seguridad y confianza se vean afectadas. Llegará un momento en que pensemos que no valemos lo suficiente para fijarnos objetivos porque nos sentimos incapaces de comprometernos.

Lo interesante es que, si hacemos precisamente lo contrario, comprometernos y cumplir con nosotros mismos, nuestra autoestima, seguridad y confianza aumentarán de tal manera que nos sentiremos capaces de cumplir todo el objetivo que nos marquemos.

Tu compromiso en tu vida se convierte entonces en un hábito, en una manera de ser.

Comprometerse no es desear, es querer y hacer, es conseguir.

Todo en esta vida se puede aprender, repetir, practicar, se puede incorporar a nuestra manera de ser y de hacer, si eso es lo que queremos.

Por ejemplo, levantarnos media hora antes para meditar, para leer, para escribir o para dedicarlo a algo que es importante para nosotros, será difícil al principio, pero una vez que lo incorporemos a nuestra rutina diaria, llegaremos incluso a disfrutarlo y además tendremos resultados que nos beneficiarán.

Como dice Zig Ziglar:

El compromiso es lo que hace atractiva una meta, es lo que le da a usted un sentido de pertenencia. Cuando usted se compromete con lo que hace lo siente suyo, le duele el resultado, lo motiva a mejorarlo constantemente.

Hay momentos de nuestra vida en los que es más difícil comprometernos y cumplir, pero hacerlo nos ayudará a que en los buenos tiempos sea más fácil. Entrenarnos en el compromiso, en la mejora, en el crecimiento personal o profesional es lo que le da sentido a nuestra vida. Cada uno en sus objetivos, en sus sueños en su idea de éxito o en su felicidad.

Como dice muy bien esta frase: «Si quieres algo ve a por ello, lo único que cae del cielo es la lluvia».

Comprometerse no es desear, es querer y hacer, es conseguir. Es volver a intentarlo, es cambiar el plan si el que tenemos no funciona, es aprender, es enseñar, es dejar nuestra zona cómoda y salir a enfrentar los miedos. Es aceptar los errores y aprender de ellos, es guiarnos por nuestros sueños, ser congruentes con nuestra forma

de pensar, es ser auténticos y sentirnos especiales, ni mejor ni peor que nadie, pero sí diferentes y únicos.

Mentalidad correcta para el éxito

Antes de que comiences a caminar por el camino hacia el éxito, primero tienes que tener tu mente en la disposición correcta.

En ese sentido, hay dos libros que considero que debes leer, si estas comprometido en tener éxito, en lo que hayas elegido hacer.

Los libros son *Piense y hágase rico* de Napoleon Hill y *La magia de pensar en grande* por el Dr. David Schwartz.

Tu librería debe tener ambos libros, ya que son clásicos de todos los tiempos. Si no, prueba Amazon. Pero hagas lo que hagas, ¡haz la inversión en ti mismo y consigue esos libros!

Tengo esos libros desde hace años te prometo que todavía hay algo mágico en ellos. No importa lo que la negatividad puede estar haciendo en tu vida, esos dos libros te harán sentir que todo va a estar bien.

Por cierto, cuando obtengas esos libros, no solamente los leas y luego te olvides de ellos. Mantenlos cerca y consúltalos diariamente. Esto es crítico, en lo que respecta a mantenerse enfocado y en el camino correcto.

Entonces, ¿por qué es tan importante prepararse mentalmente para el éxito? Porque francamente, estás obligado a experimentar algunos momentos extremadamente difíciles en tu vida. Todos lo hacemos. El éxito rara vez es fácil y a pesar de algunas de las supuestas historias de éxito de un día para otro que tú oyes de vez en cuando, estos realmente son muy pocos.

Otra cosa, si estás casado o viviendo con alguien, no esperes un montón de apoyo o besos y abrazos, durante esos tiempos difíciles inevitables.

Desafortunadamente, la mayoría de la gente está condicionada a la forma de pensar «la mayoría, se jubila a los 65 años». Muchos de ellos sueñan con iniciar su propio negocio, como una forma de tener éxito, pero simplemente no pueden encontrar el coraje para hacerlo.

En su lugar, te observarán con un ojo crítico, esperando secretamente que no lo consigas, para que puedan justificar sus propios temores e inseguridades para llegar al éxito.

Por lo tanto, si estas esperando el apoyo y el estímulo de tu familia y amigos, probablemente vas a estar decepcionado. Lo más probable es que escuches un montón de negatividad y comentarios sobre cómo conseguir llegar al éxito.

Ese es el punto en el que vas a tener que mirar profundamente dentro de ti mismo y permanecer fuerte y enfocado. Es por eso por lo que la reprogramación de tu mente

es tan importante. Te ayudará a mantenerte enfocado y positivo. Y si por casualidad tienes familia y amigos que te apoyan, ¡tanto mejor!

¿Qué es la mentalidad?

La mentalidad es el conjunto de creencias y costumbres que conforman el modo de pensar, enjuiciar la realidad y actuar de un individuo o de una colectividad.

«Mentalidad burguesa; mentalidad capitalista; una mentalidad ganadora; una mentalidad algo anticuada; en su novela se refleja la mentalidad de toda una época» son algunos ejemplos que seguro habrás oído alguna vez a lo largo de tu vida.

La mentalidad de una persona se forma a lo largo de toda su vida, influyen las circunstancias vividas, la educación recibida por su entorno, padres, abuelos, profesores y amigos.

El primer paso es creer y confiar en ti mismo y conocerte a ti mismo como alguien que proporciona valor a otras personas. La mejor manera de tener éxito es descubrir lo que te gusta y luego encontrar una manera de ofrecérselo a los demás. Esa es la única manera en que estarás 100 % comprometido con lo que estás creando. El compromiso del 95 % o menos puede llegar a ser muy difícil con el tiempo, sin embargo, el compromiso del 100 % te pone en la zona. Con un compromiso del 100 % continuarás tu trabajo, no importa qué pueda bloquear la trayectoria.

Claridad, ser claro, es esencial. Tener una imagen mental clara de lo que quieres crear y sentir una auténtica pasión por eso. La simplificación y el enfoque singular en mis metas es una de mis metas para este año. Si no te emociona lo que estás haciendo, necesitas crear una meta más grande que abarque tu legado personal.

Algo que descubrí hace mucho tiempo, con otros proyectos, es que no tienes que hacerlo bien; Solo tienes que hacerlo. Honestamente encontrarás lo que necesita, a lo largo del viaje.

Cada vez que veo algunos de mis trabajos anteriores, me encogen un poco. Sin embargo, necesitaba pasar por el proceso para llegar a donde estoy hoy. Si no, entonces no estaría creciendo. Ese es el lado positivo de la experimentación. Crezco como persona dentro del proceso. Esto a su vez me da la experiencia que puedo compartir con otros.

También he llegado a saber que el éxito duradero no es de la noche a la mañana y por supuesto es posible, aunque no es lo habitual. Es importante para mí mantener la coherencia con mis acciones, centrarse en unas poderosas estrategias de *marketing* y seguir estrechamente con ellas. Esto me ha tomado un tiempo y estoy consiguiendo permanecer centrado mucho mejor con las estrategias más fuertes que sé para tener un apalancamiento más eficaz y alto.

Esto me lleva de nuevo a la necesidad de ser claro acerca de mi resultado final.

Para cada acción, ten claro por qué estás tomando esa acción y cómo esa actividad te llevará a lograr el resultado final deseado. Es posible que no siempre tengas éxito e incluso si no lo haces, todavía estarás seguro de dónde quieres ir para que puedas seguir ajustando y ajustando tus acciones hacia el logro de esa meta final.

Por ejemplo, la mentalidad correcta para el éxito empresarial es una mentalidad de éxito empresarial. Saber lo que es un negocio exitoso, para ti. Que sepas que tienes un negocio y no un *hobby*, tratar todas tus relaciones con eso en mente. Ten un conjunto de estándares por los cuales te mantengas, en el contexto de las actividades comerciales. Responde a todas las comunicaciones como si tu negocio ya estuviera al nivel de éxito que prevés para tu futuro. Comienza el camino que quieres terminar.

Crea personalmente tus semanas, meses y días. Saber lo que vas a lograr al final de cada uno, establecer objetivos y determinar las acciones que debes tomar para lograr esos objetivos.

Continúa trabajando en ti mismo y mantente cerca de personas que tienen aspiraciones similares a las tuyas. Salir con personas positivas y empoderadas. Escucha muchos audios y lee muchos libros relacionados con el crecimiento personal. A medida que creces y evolucionas, también lo hará tu negocio y viceversa.

Mentalidad correcta para el éxito

Se puede decir que la mentalidad correcta para el éxito es aquella mentalidad que sea determinante para ser una persona constante y perseverante y no abandonar a medio camino aquello que nos hayamos propuesto. Cada día conozco personas que dicen querer lograr sus sueños, objetivos o metas, y lograr una meta no solo requiere la constancia y perseverancia en machacar y machacar aquello que queremos, requiere por nuestra parte hacer cambios, y para ello el cambio debe comenzar desde el interior de uno mismo.

Debemos estar dispuestos a llevar a cabo cambios y acciones que quizás no sean demasiado agradables, para empezar te diré que una persona con mentalidad correcta para el éxito o mentalidad ganadora, es aquella que está dispuesta a invertir tiempo en su formación, y que requiere las 3 «E» ser entrenable (disposición a entrenar el tiempo que sea necesario hasta lograr un resultado), ser educable (disposición a cambiar creencias, hábitos y formas de pensar) y sobre todo algo que le cuesta a la mayoría aprender a escuchar. Recuerda entrenable, educable, escuchar.

La mentalidad correcta viene acompañada de mucha paciencia

A la hora de empezar el camino hacia nuestra meta u objetivo, acompáñate de mucha paciencia, debes saber que las cosas no cambian ni se consiguen de la noche a la mañana, requiere mucha inversión de tiempo y esfuerzo hasta lograrlo, por eso tu mentalidad será crucial para lograr tus metas. Porque si comenzaste y a los 6 meses todavía no conseguiste aquello que quieres y entiendes que hay que seguir caminando en el camino sin descanso y te dispones a disfrutar del proceso, aunque aquello que anhelas tarde en llegar, llegará más tarde o más temprano.

Tener la mentalidad correcta para el éxito es estar dispuesto y saber que tendremos obstáculos que resolver, que tendremos que dejarnos de excusas del tipo, no tengo tiempo, no tengo dinero, es demasiado difícil, etc.

Que te quede claro una cosa, nadie ha dicho que sea fácil aquello que quieres lograr, pero tampoco es imposible, y si dejas de ponerte excusas en el tiempo y te dejas la piel en ir a por ello, no tengo ninguna duda que lo lograrás.

Algo que he aprendido con el tiempo cuando me marcaba un objetivo y quería alcanzarlo, es que no es suficiente tener la perseverancia y seguir machacando en el mismo sitio, una gran recomendación que hago siempre al respecto es que busques mentoría sobre el campo en el que quieres entrenarte y educarte, y que te rodees siempre de personas que tengan tus mismos valores y caminen en tu mismo camino y en tu misma dirección.

Y no hay que confundir un mentor con un coach, un coach es una persona que te da unas herramientas para que tú mismo utilices donde quiera que vayas. Y un mentor es aquella persona que ya llegó y traspasó los objetivos que tú quieres lograr, y por eso sabe qué hacer y qué no hacer para que llegues cuanto antes y acortes tu curva de aprendizaje, te dirá que hacer en cada momento y tú debes seguir al pie de la letra cada una de sus indicaciones, el mentor te presionará como si fueras un carbón para que te conviertas en diamante y saques cada día la mejor versión de ti mismo.

La mentalidad correcta viene acompañada de actitud positiva

No existe una mentalidad correcta en una persona con una actitud negativa, que se queja todo el tiempo, y que le echa la culpa al resto del mundo, al gobierno y a las circunstancias de que no le salen las cosas como quisiera.

Ahora piensa y se honesto contigo mismo, si estás leyendo este libro, es porque ya te disté cuenta que tu mentalidad no era la adecuada, y eso es un punto a tu favor.

De ningún modo podrías cambiar a una nueva mentalidad correcta si estuvieras convencido de que no tienes nada que cambiar en ti y que la culpa o responsabilidad de que no te salgan las cosas es del resto del mundo o las circunstancias.

Si bien habrá cosas que escapan a nuestro control podemos hacer la diferencia si la actitud como tomamos lo que viene es una actitud positiva en vez de quejarnos y enfadarnos, porque lo segundo no cambiará el momento presente por más que echemos pestes y nos enfurruñemos. Una frase que me gusta mucho y que me hizo ver esto es que 1 minuto de enfado te quita 60 segundos de felicidad, y no estamos para desperdiciar ni un solo segundo de nuestro tiempo aquí en la tierra.

Hay un proverbio chino que dice, si algo tiene solución para que preocuparse, y si no la tiene para que preocuparse.

La preocupación es uno de los síntomas que nos dice que una persona tiende a ser derrotista y negativa, y como ya he dicho antes hay cosas que escapan a nuestro control, cuando tengamos bien claro esto, la vida fluirá de otra manera.

Vivimos siempre en el resultado de nuestras acciones pasadas, quieras o no quieras en este momento presente estás viviendo el resultado de lo que hiciste para bien o para mal ayer, la semana pasada, el mes pasado incluso el año pasado.

Disponte a hacer cambios positivos hoy y eso determinará que en un mañana logres un presente más feliz.

¿Sabes que eres el 100 % responsable de todo lo que te ha pasado y te pasará en tu vida?

Sí, así es, y aunque la mayoría no lo reconocerá nunca, está en nosotros cambiar nuestro momento presente.

Tu éxito dependerá en un 80 % de tu mentalidad, y si de plano crees que no hay nada malo en el tipo de mentalidad que tienes hoy, entonces hazte esta pregunta: ¿por qué no he logrado aún mi objetivo?

Cómo desarrollar la mentalidad correcta

Porqué la mayoría de la gente no trabaja de forma correcta su mentalidad para el éxito.

La gran mayoría de las personas ni siquiera saben que tienen un poder ilimitado tan grande que pueden lograr todo cuanto deseen. Vivimos en un mundo de abundantes comunicaciones, pero que en su mayoría son solo distracciones que nos desvían de nuestro verdadero propósito en la vida: ser la mejor versión de nosotros mismos cada día.

La televisión, las noticias, los diarios, las revistas, las redes sociales, etc. nos hacen creer que si no hemos logrado nuestro objetivo en un corto periodo de tiempo es mejor abandonar porque no lo lograremos.

El ser humano ha desarrollado la increíble capacidad de interesarse por cosas no esenciales y por crear una impaciencia insana que produce que abandonemos nuestros sueños cuando tardamos algo más de lo esperado en conseguirlos.

Algunas recomendaciones que a mí me han servido para cambiar mi mentalidad y querer seguir invirtiendo en ella, no veo noticias, nos bombardean con noticias trágicas y sucesos que nos ponen mal cuerpo y nos cargan de energía negativa, cuando nos cargamos de energía negativa, lo solemos verter en nuestro entorno más cercano, muy posiblemente en nuestros seres queridos. Cuando comprendí esto dejé de ver noticias de leer periódicos y es que es cierto que lo que pasa en el mundo no depende de mí, escapa a mi control y para que cargarme de basura mental que no sirve en absoluto para lograr mis objetivos.

Pues lo mismo te pasará a ti y a la mayoría de las personas, prueba por un tiempo a desechar este tipo de noticias y verás que tu modo de ver la vida cambia y empiezas a ver realmente las posibilidades que tienes ante ti. ¿Puedes fallar con la mentalidad correcta?

Debes estar consciente y preparado para fallar, porque sí o sí, en algún punto del camino fallarás. Y como te he dicho antes no te preocupes porque debes considerar cada fallo, cada error como una oportunidad para aprender. Los retos o problemas aparecen cuando estamos preparados para afrontarlos, así que tómatelo como una lección para avanzar o subir un escalón más. Recuerda que no importa cuántas veces caigas si no que cuantas veces estés dispuesto a levantarte.

¿Qué ocurre si fallas? No ocurre nada, solamente toma un momento para reflexionar lo que sucedió e hizo que saliera mal, retrocede hasta ese punto y corrige el rumbo.

Encontrarás en el camino cientos de historias de éxito asombrosas que te deslumbrarán, pero para que esas personas consiguieran esas fortunas ten por seguro que deben haber probado y fallado muchas veces antes de conseguir la fórmula de su éxito.

Recuerda que no existe una única fórmula del éxito. Tú puedes tomar un método que a alguien le genere miles de dólares y copiar exactamente los mismos pasos y sin embargo no conseguir los mismos resultados.

Haz ajustes en cuanto detectes que algo no funciona, no sigas haciendo siempre lo mismo si no te ha funcionado hasta el momento, y considera buscar una persona que te guíe en el proceso de avanzar por el camino hacia tu éxito personal y profesional. Cada encontramos una fórmula del éxito que quizás a otros no les funcione, pero persevera y no pares hasta encontrar la tuya propia.

Esta búsqueda puede llevarte algún tiempo y algunos tropiezos, Y en algunos casos algún dinero invertido.

Y digo invertido porque tú no gastas en educación, tú inviertes en ti mismo.