

MÓDULO 5

NUTRE

Tú y Mente

Mentalidad del Éxito



Mentalidad del ÉXITO

ACTITUDES GANADORAS

¿No te has preguntado alguna vez **cómo piensan, qué hacen y cómo se sienten** las personas que tienen éxito en aquello que se proponen?

Dicen que el éxito deja pistas y en esta lección queremos facilitarte las claves, herramientas y pasos a practicar para que consigas el resultado que deseas emprender.

Si fuera fácil, todo el mundo lo haría. Tener éxito (y no nos referimos a la fama ni al reconocimiento) es una actitud mental, y cómo veremos en el próximo módulo, también una actitud espiritual.

Para que cambie nuestro exterior, debemos cambiar nuestro interior, la forma en que pensamos, hablamos y actuamos.

"Mientras unos duermen, otros lo hacen" Eva Jordá

Forjar actitudes de ganadores son el pasaporte hacia el logro. Viendo la vida pasar como espectadores no nos acercará a materializar nuestros propósitos. En cambio, salir al campo a jugar, oler el césped, pisar la arena y convertirnos en jugadores, nos acercará como una flecha hacia nuestros sueños.

"El camino se hace andando"

"La información tiene un valor cero sin acción"

Si no haces nada con todo aquello que aprendes, quedará en el olvido, y no producirá resultados.

"El verdadero fracasado es no haberlo intentado"

Importa hacerlo, no fracasar. Las personas que fracasan aprenden de sus errores si analizan lo que falló y lo mejoran con el próximo intento. En cambio, el verdadero fracasado es el que jamás lo intentó.

Toma nota de estas actitudes y conviértelas en tu manera de ser, pensar y hacer. **Transforma tu interior y transformarás tu vida.**

¿En quién te tienes que convertir?

¿Quién tienes que ser?

Perseverante

La escritora J. K. Rowling, autora de la saga Harry Potter, llevó su libro a muchas de editoriales. Todas le decían que no, que ese tipo de lectura no tendría éxito. Que otras personas te digan no, no significa que tengan la razón. Si tu crees que tu creación, producto o proyecto es bueno, y encima soluciona o puede ayudar a la gente de alguna manera, sé perseverante.

Elígete a ti mismo

Otra opción es renunciar a que los demás te digan si te aceptan o no, si te eligen, si eres apto, si encajas en su perfil o si eres válido. Lo eres créeme, pero no para ellos. En ese caso siempre puedes hacerlo tú mismo, elegirte a ti. Es lo que hicieron muchos de los grandes visionarios del mundo. A pesar de que el resto de la gente pensaba diferente, ellos lograron cambiar el mundo.

No excusitis

Una mentalidad de éxito no pone excusas por el mal tiempo si ha decidido correr y entrenarse para una maratón. Ellos son más fuerte que su mente y aunque ésta le ponga todo tipo de excusas para no hacerlo, ellos lo hacen. ¿Cómo crees que se sentirán cuando terminen esa carrera, aunque llovía y hacía frío? Orgullosos de ellos mismos y de su compromiso. Así se practica la disciplina. Di no a las excusas.

Elígete a ti mismo

Otra opción es renunciar a que los demás te digan si te aceptan o no, si te eligen, si eres apto, si encajas en su perfil o si eres válido. Lo eres créeme, pero no para ellos. En ese caso siempre puedes hacerlo tú mismo, elegirte a ti. Es lo que hicieron muchos de los grandes visionarios del mundo. A pesar de que el resto de la gente pensaba diferente, ellos lograron cambiar el mundo.

Inspírate... y luego pasa a la acción

Como veremos en el módulo de **Nutre tu Alma**, antes de tomar acción, inspírate. Medita, haz cosas que te hagan feliz, recuerda los motivos por los que deseas hacer tal cosa... y luego **toma acción**. Recuerda que es mucho más importante ir haciendo cositas con lo que vas aprendiendo, que no hacer nada. Menos hablar y más hacer. Muchas personas está muy motivadas, muy inspiradas, pero a la hora de ejecutar, se paralizan. Vivimos en un mundo donde, además de ser, también hay que hacer, para materializar nuestro propósitos.

¿Quién tienes que ser? **¿En quién te tienes que convertir?**

Todo tiene que ser fácil

Cuando tienes un deseo que pretendes realizar, debe ser algo que de verdad ames. Tiene que no costarte porque vas a dedicar mucha parte de tu tiempo a ello. Si no sientes pasión por ello, no te resultará fácil, y todo debe de ser más fácil, más fluido, más sencillo. Hay momentos en que querrás abandonar y las dudas te asaltarán, pero si de verdad amas ese proyecto, lo superarás.

No hay barreras

A fecha de hoy los super héroes o heroínas solo aparecen en los cómics. Todos tenemos 24 horas, todos estamos hechos de la misma pasta. Por lo tanto, aunque tenemos diferentes circunstancias, encontrarás la manera de poder aprovechar las horas que tiene un día, para ir tras lo que desees. Conecta e ilusionate con tu proyecto, fórmate, aplica lo aprendido, y ten fe.

Desapégate del resultado

Cuando trabajas por obtener algo a cambio o por interés, alejas los buenos resultados. Todos queremos dinero, tiempo, libertad, etc. pero eso te llegará sin darte cuenta. Enfócate en lo verdaderamente importante: en **porqué haces lo que haces**, o lo que quieres hacer. Céntrate en cómo vas a beneficiar a muchos, qué les vas a solucionar, cómo lo vas a desarrollar y hazlo. El resto, llegará por si sólo.

Traza un plan: Mapas mentales

Toma un folio, escribe en un círculo en el centro el nombre de tu proyecto, idea, propósito, deseo etc. Luego escribe alrededor, como haciendo mapas mentales (busca en youtube), todas las ideas que se te ocurran para desarrollarlo. Luego pon pequeñas metas para hacer cada día, que te acerquen a lo que desees lograr. Es como vaciar todos tus pensamientos en un papel y ordenar los pasos a seguir.

Sé condescendiente contigo

Deja de hablarte en negativo. El diálogo interior es muy perjudicial para el éxito. Si tu no crees en ti mismo ¿quien crees que lo hará? Trátate como lo harías como un niño, inténtalo más veces y no tires la toallas. A veces el éxito está a punto de lograrse cuando muchas personas abandonan. Ten paciencia contigo... estás aprendiendo! Repite las veces que necesites hasta que aprendas. Las habilidades se aprenden así, no importa cuantas veces lo hagas, sino que lo logres.

¿Quién tienes que ser? **¿En quién te tienes que convertir?**

Invierte en ti

No importa de dónde vengas, importa adonde vas. no importa quien eras, importa quien serás. No importa lo que hiciste, importa lo que estás haciendo. Deja de fustigarte, justificarte o ponerte excusas. Créate a ti mismo, invierte en tu formación, lee libros, come saludable, haz deporte, incorpora buenos hábitos, mejora tus relaciones y mañana mejor que hoy.

Mentalidad de Rico

Más allá de tener más o menos dinero, que también, hoy en día a persona que se considera rica es aquella que tiene salud, que tiene a quien ama a su lado, que se rodea de personas que la aman, que tiene tiempo y libertad para usar sus 24 horas, que tiene independencia laboral y hace lo que le apasiona y por supuesto que tiene ingresos, incluso por diferentes fuentes,

Ve oportunidades en todo

Recuerda que vivimos el mejor momento de la historia. Nunca jamás hemos disfrutado de todas las oportunidades para todos igual. El conocimiento es el oro al que todo el mundo puede acceder a través de plataformas como internet y llegar a todo el mundo. Hoy está en alza todo el conocimiento que adquieras, tu creatividad, tu forma de ver y hacer las cosas. Ve oportunidades en todo!

Sé el cambio que quieres ver en el mundo

Cualquier cosa en la que te propongas tener éxito (negocios, proyectos, amor, familia, economía, etc) comienza por CAMBIARTE TÚ. Si hay algo que deseas y no tienes ahora en tu vida, pregúntate ¿porqué aun no tengo eso en mi vida? ¿quien debo ser para lograrlo? Conviértete en la persona que tiene lo que desea. Toma tu propia responsabilidad, crea tu vida, traza un plan cambia tú y cambiará tu exterior..

Si quieres que cambie tu exterior, cambia tu interior

Las cosas no van al revés, aunque todo el mundo lo hace así. Muchas personas desean que cambien sus circunstancias y lo primero que hacen es tomar acciones en el exterior, cuando es justo al revés. Cambia tu primero para que cambie tu mundo exterior. Estar en sintonía en tu propósito, determinar desde dónde haces lo que haces y para que fin, es crucial para obtener resultados de éxito. "Yo ya cambiaré cuando las cosas me vayan bien" es un gran error. Es ahora cuando tienes que cambiar, aunque tus ojos aun no vean los cambios en el exterior.

Contesta a estas cuestiones

1º Define qué es para ti tener ÉXITO

2º ¿Cómo tienes que ser, en quien te tienes que convertir, qué actitudes tienes que desarrollar para tener éxito?

3º Si quieres tener éxito en algo ¿Qué pasos tienes que dar para lograrlo? ¿Qué acciones tomarás? ¿Qué estrategias tendrías en cuenta?

4º En caso de que aparezcan dificultades ¿qué harás, como reaccionarás, cuál será tu actitud y acciones que realizarás?