

¿QUIERE SER FELIZ? LE APETECE?

04.11.2017

La clave para la felicidad a largo plazo, es vivir con sus propios ideales. Muchas personas, muchísimas, gastan más tiempo preocupándose por "lo que tengo", por lo que dicen, por lo que puedo comprar ó adquirir, que da una felicidad instantánea pero poco duradera, que por "quién soy". Saber "quién soy" tiene una influencia mucho más determinante sobre cómo utilizamos nuestras vidas y finalmente sobre lo que tenemos.

Lo realmente importante es quién soy.

Toda persona tiene el poder de crear un futuro magnifico para sí misma, estableciendo y luego alcanzando altas metas y altamente motivadoras. De hecho, alcanzar objetivos vívidos y dinámicos es la base de todo triunfo.

Y como deben ser esos objetivos.

Un objetivo debe ser:

- 1.- Concebido con claridad y en detalle.
- 2.- Seguido inmediatamente con el desarrollo de un plan y acciones consistentes hacia el logro del mismo.
- 3.- Imaginado vívidamente y disfrutado emocionalmente, al menos dos veces al día, para seguir motivado y en el camino correcto.

La realidad se crea dos veces. Primero en nuestra mente y luego en la realidad.

Y la pregunta sería...

¿Cómo podemos conseguir una mayor calidad de vida?

Muchas personas saben lo que deberían hacer para triunfar en la vida. Pero son pocos los que verdaderamente lo hacen. Sobre todo por:

Vagancia. LA LEY DEL MINIMO ESFUERZO.

Por creer que no son capaces de conseguirlo, sentimientos negativos hacia si mismo.

Porque creen que no lo merecen. Falta de merecimiento.

Otra pregunta poderosa sería...

Para crear una mejoría duradera en la calidad de su vida, ¿Qué debemos dominar?

- 1.- Sus emociones: si cambia las emociones que siente en cualquier situación, podrá alterar sus acciones.
- 2.- Su estado físico: si controla su salud física, usted genera energía y entusiasmo en todas las áreas de su vida.
- 3.- Relaciones personales y profesionales: compartir el éxito con otras personas amplifica la recompensa y genera un sentido de contribución.
- 4.- Finanzas: la abundancia se consigue logrando la paz mental y anticipando las posibilidades futuras. Sobre todo anticipando y eso se consigue planificando y ejecutando acciones y planes.
- 5.- Tiempo: dominar el tiempo le permite expresar el máximo de logro posible de cada hora cada día, sin volverse loco.

Esta última clave es vital, ya que estamos hechos de tiempo y realmente no somos conscientes de ello.

Es una asignatura pendiente.

Tomar decisiones es muy importante.

Bueno, pensar es un juego de preguntas y respuestas.

Cuanto mejor sea la pregunta mejor será la respuesta.

Son sus decisiones, no sus condiciones, las que determinan su destino.

Para dirigir su vida, debe ejercer control sobre las decisiones que toma a diario. Hay una frase que suelo decir que es la siguiente:

Las decisiones son la madre de las acciones, que a su vez llevan directamente a los resultados.

La repito ya que es importante.

Las decisiones son la madre de las acciones, que a su vez llevan directamente a los resultados.

La mayoría de las personas ocupan su tiempo buscando excusas, en lugar de sentarse y definir lo mínimo que están dispuestos a lograr y aceptar de la vida. Todos pueden lograr lo que desean, si tan solo deciden comprometerse con ese objetivo, y comienzan a trabajar en esa dirección de inmediato.

Para ello lo siguiente.

En primer lugar no aplazar las decisiones. Muchas personas las aplazan constantemente, y no se dan cuenta de que con ello solo están aplazando algo inevitable y que puede hacerles daño. Ser valientes y dar la cara.

Una vez decidida no aplazar su ejecución. Llevarla a la práctica de inmediato.

Tomar una decisión no es meramente pensarla. Es necesario apartar cualquier otra posibilidad y enfocarse únicamente en el objetivo que usted persigue en forma dedicada y persistente.

Enfocarse en el resultado deseado es de suma importancia, ya que, lo reconozca o no, usted se convierte exactamente en aquello en lo que se enfoca la mayor parte de su tiempo.

Somos aquello que pensamos.

La realidad se crea dos veces. Primero en nuestra mente y luego en el mundo.

Las decisiones son la madre de las acciones que a su vez no llevan a los resultados.

Y sobre todo que:

No deje nunca de hacerse preguntas.

Juegue a preguntas y respuestas consigo mismo. No solo aprenderá y se conocerá más y mejor.

Sino que además le irá mejor.