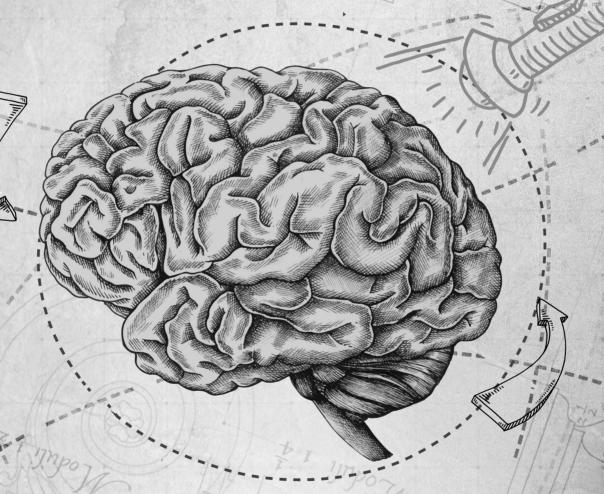


M

Crea tu Mente de Éxito



MENTALIDAD

CUADERNILLO 1

ENTRÉNATE PARA LOGRAR EL ÉXITO MULTIDIMENSIONAL

AMÉRICO DANIEL CESTAU LIZ EL MÉTODO DANIEL CESTAU LIZ "CREA TU MENTE DE ÉXITO" Ciudad de México, 2023 1a ed. - Ciudad de México, 2023 p.: 21,5 x 28 cm.

- © Américo Daniel Cestau Liz, 2023
- © Edición Americo Daniel Cestau Liz, 2023

Queda estrictamente prohibida, sin autorización previa y por escrito, de los titulares del copyright y/o derechos de autor respectivos, bajo las sanciones establecidas por las leyes aplicables, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la reprografía, el tratamiento informático, así como la distribución de ejemplares de la misma mediante alquiler o préstamos públicos.

Hecho el depósito que marca la ley. Impreso en México, 2023.

ÍNDICE

ESFERA MENTALIDAD

INTRODUCCIÓN	5
EL CONCEPTO DEL MÉTODO	7
LAS ESFERAS	8
RECOMENDACIONES IMPORTANTES	10
PRESENTACIÓN DE LA ESFERA MENTALIDAD	11
UNIDAD I: LA VISIÓN	17
UNIDAD II: LA CONSTRUCCIÓN DE LA AUTOESTIMA	37
UNIDAD III: LA REPROGRAMACIÓN	51
UNIDAD IV: LA ABUNDANCIA	65
UNIDAD V: EL COMPROMISO CONSISTENTE	81
EJERCICIOS DE LA ESFERA MENTALIDAD	95
CONCLUSIONES	110

"Todos nuestros sueños pueden hacerse realidad si tenemos el coraje de perseguirlos."

Walt Disney

INTRODUCCIÓN

El Método "Daniel Cestau Liz Crea tu Mente de Éxito" es de alguna manera el resultado de toda una vida de trabajo y aprendizaje, es el resultado de muchos éxitos y también de muchos dolorosos fracasos en el camino de emprender. Fracasos que traté siempre de capitalizar para sacar de ellos lo positivo y la valiosa experiencia que los mismos me debían obligadamente aportar.

Siempre transmito en mis conferencias que los que hemos tenido la fortuna de poder lograr todos los objetivos que nos propusimos en nuestra vida incluso algunos que jamás hubiéramos imaginado tenemos la imperiosa obligación de contarle cómo lo hicimos a aquellos que están transitando el camino y pueden llegar a estar interesados en escuchar otras experiencias que los ayuden a reducir la tan mentada curva de aprendizaje.

Vivimos actualmente en un mundo en el que las nuevas generaciones buscan "Tener" sin antes "Ser" pensando en que las metas se pueden lograr a través de caminos cortos.

La experiencia de todos los que hemos trabajado de sol a sol para conseguir resultados y fundamentalmente el equilibrio que nos permita alcanzarlos sabemos que esa posición está muy lejos de ser posible y tenemos que dar testimonio... más tarde el lector sacará sus propias conclusiones.

Este juego de cinco Cuadernillos que tienes hoy en tus manos son una herramienta importante que te ayudará a seguir de cerca clase a clase nuestro curso online.

Úsalos para hacer tus respectivas anotaciones, escribir allí todos los pensamientos que te surjan en el proceso y haz al final de cada uno sus correspondientes ejercicios con el objetivo de repensarte y dar el primer paso en busca de construir tu mejor versión.

Como siempre a través de mi email personal quedo a tus enteras órdenes para apoyarte en lo que puedas necesitar al respecto: dcestau@danielcestauliz.com.

Daniel Cestau Liz



EL. CONCEPTO DEL MÉTODO



En este Método, el Mensaje de Éxito está Pensado, Creado y Diseñado para que cualquier persona con decisión férrea de construirlo, pueda lograrlo siguiendo el paso a paso. Para conseguirlo debes respetar y ejecutar los 3 verbos:

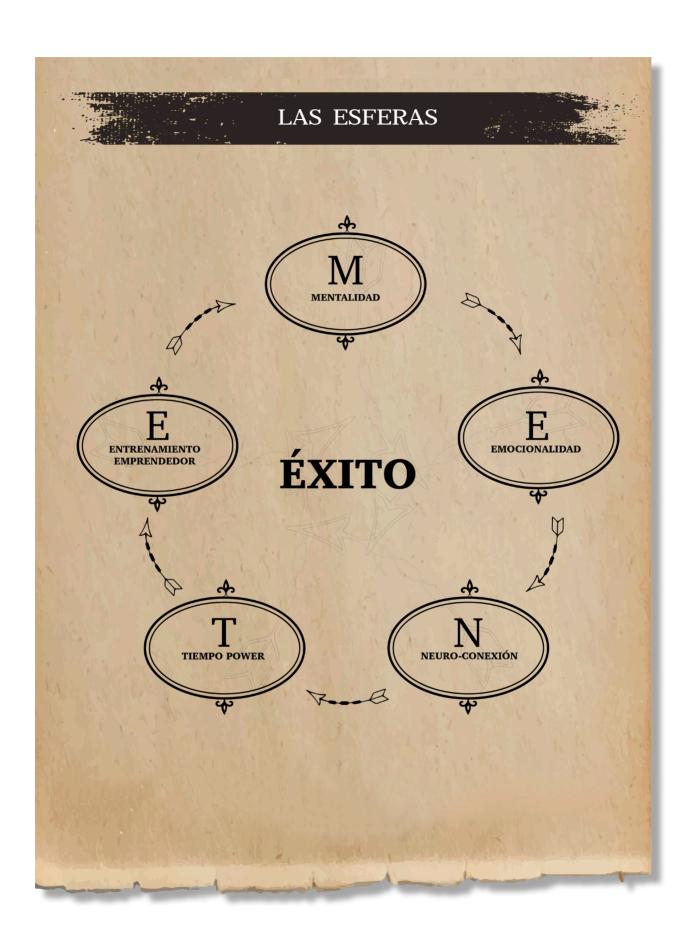


- CONOCER: Es necesario tomar Conocimiento de cómo está conformado el Método, cuáles son las Esferas que lo componen, las diferentes Unidades y Secciones para poder comprender mejor este contenido.
- APLICAR: Con conocer no alcanza, es requisito necesario, pero no suficiente, el Compromiso debe ser absoluto con hacer todos y cada uno de los Ejercicios, bajarlos a papel y llevarlos a la práctica. Esto va a ir generando Transformaciones en tu propio ser que se convertirán en una realidad tangible.
- VIVIR: Cuando logres conocer y aplicar el Método "Crea tu Mente de Éxito" comprendes que es una forma de vida que necesitas sostener, para siempre. Aprendes que se genera un estilo y una manera de "pararse" en el mundo que lo transforma todo.



"El ÉXITO no es un lugar al que llegar.
Es un ESTADO MENTAL y EMOCIONAL
que nos hace tomar DECISIONES estando
conectados con todo nuestro SER,
gestionando el TIEMPO
de modo poderoso y con aplicación
PLENA de nuestras
HABILIDADES EMPRENDEDORAS"

EL MÉTODO DANIEL CESTAU LIZ / 7



El MÉTODO CREA TU MENTE DE ÉXITO, está conformado por 5 Esferas. Las Esferas son los Ejes temáticos globales sobre los que gira todo.

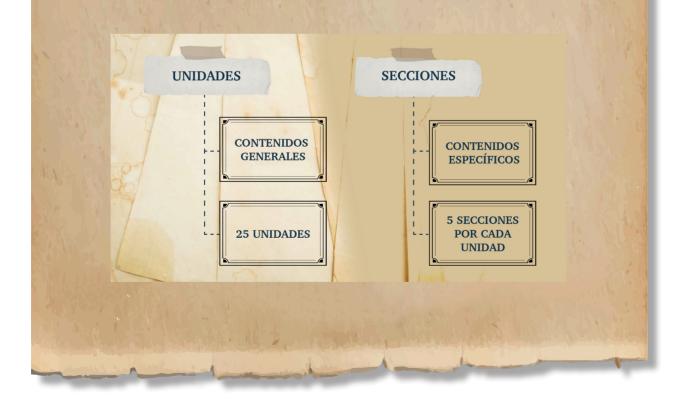


¿Cuáles son?

- MENTALIDAD.
- **EMOCIONALIDAD.**
- NEURO CONEXIÓN.
- **TIEMPO POWER.**
- **ENTRENAMIENTO EMPRENDEDOR.**

A su vez cada una de las Esferas está conformada por Unidades (los contenidos generales). Son cada uno de los títulos que le hemos dado a los contenidos centrales que conforman cada una de las Esferas. Hay 5 Unidades en cada una de ellas, por lo tanto, hay un total de 25 Unidades en todo el Método.

A su vez dentro de las Unidades vas a encontrarte con Secciones que son los Contenidos específicos que los conforman y hay 5 Secciones en cada una de las Unidades. Esto significa que cada Esfera tiene 5 Unidades conformadas, a su vez por 5 secciones cada una de ellas.



RECOMENDACIONES IMPORTANTES

1

SEGUIR EL ORDEN PROPUESTO EN EL MÉTODO

Cada tema está pensado y diseñado con un orden determinado. Si no lo sigues y por ansiedad comienzas a adentrarte en nuevos temas sin haber incursionado en los anteriores el Método no podrá hacer su efecto.

2

HACER TODOS LOS EJERCICIOS EN ORDEN

Al final de cada una de las 5 Esferas hemos incorporado los ejercicios prácticos que te permiten bajar a tu vida real todo lo visto y estudiado. Es absolutamente necesario que no pases a la siguiente Esfera sin haber completado la totalidad de los Ejercicios.

3

HACER UNA LISTA DE DECISIONES AL FINALIZAR CADA ESFERA.

Cuando termines de hacer los Ejercicios de cada Esfera recomendamos que definas una lista de las Decisiones que vas a tomar en base a los Ejercicios que has realizado y a lo que has comprendido en esa Esfera.

Asume que tales Decisiones deben volcarse en tu respectiva agenda para que el Método Crea tu Mente de Éxito ya comience a dar frutos y a generar cambios desde la primera parte de la primera Esfera.

4

NO ESCUCHES TUS VOCES INTERNAS.

Si en tu vida actualmente no estás disfrutando de un Éxito Multinacional, significa que tu plataforma de Pensamientos no se ha estirado para lograr tus Objetivos, tus voces internas te enviarán mensajes de descreimiento, de juicio cerrado de no posibilidad, para seguir conservando y cuidando su estado actual. Es una de las instrucciones que trae el cerebro cuando se siente amenazado con la Transformación.

Cuando aparezcan estas voces debes dejarlas pasar sin detenerte. A medida que vayas explorando el Método las voces irán siendo cada vez más débiles hasta llegar a desaparecer. Tu Mente será tu principal desafío para avanzar.

Ahora ya están dadas las condiciones para comenzar a explorar el Método Crea Tu Mente de Éxito y deseo que durante el recorrido vayan apareciendo despertares de conciencia que alimenten en ti la construcción de una vida plena.



MENTALIDAD



CONTÉNIDO DE LA ESFERA MENTALIDAD

Unidad F

LA VISIÓN

Unidad FF

LA CONSTRUCCIÓN DE LA AUTOESTIMA

Unidad FFF

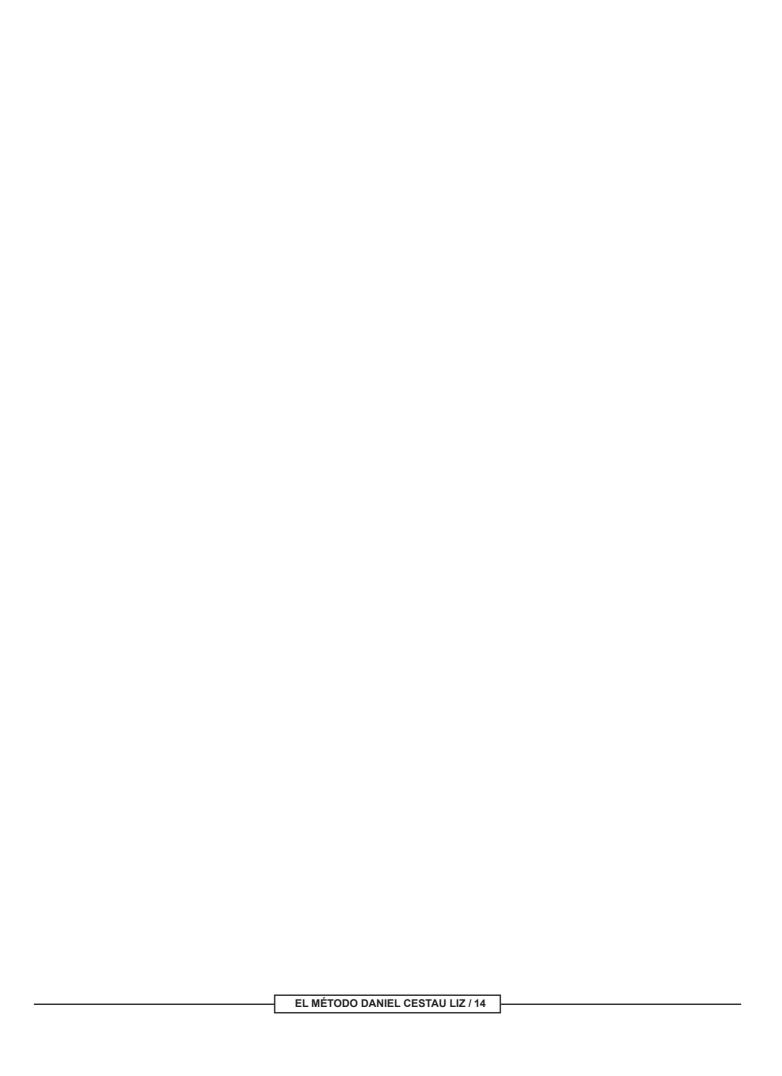
LA REPROGRAMACIÓN

Unidad FV

LA CONSTRUCCIÓN DE LA ABUNDANCIA

Unidad V

EL COMPROMISO CONSTANTE





El Método comienza con el entrenamiento de tu Mentalidad. La forma en que piensas determina toda tu capacidad de logro, la calidad de los alimentos mentales en forma de pensamientos es lo que generará una Mente exitosa.

¿QUÉ ES LO VEREMOS EN ESTA ESFERA?

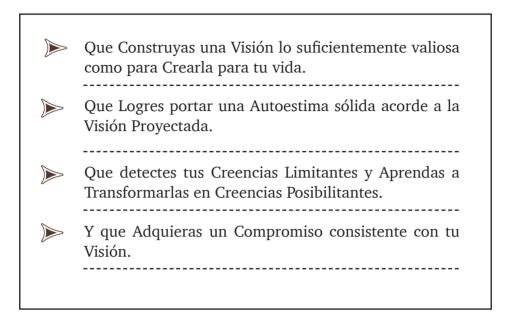


Verás cómo crear tu Visión, cómo construir una sólida Autoestima, cómo reprogramar tu Mente para el Éxito, cómo construir una Mentalidad de Abundancia y cómo generar un Compromiso consistente.

¿CUÁLES SON LOS OBJETIVOS DE ESTA ESFERA?



LOS OBJETIVOS DE LA ESFERA MENTALIDAD SON:



UNIDAD I: LA VISION

Sección I:

La importancia de la determinación.

Sección II:

Somos creadores de realidades.

Sección III:

El poder de la visualización.

Sección IV:

Una Visión coherente en Valores.

Sección V:

La Diferenciación entre Visión, Metas, Objetivos.



-SECCIÓN I-



LA IMPORTANCIA DE LA DETERMINACIÓN

¿QUÉ ES LA VISIÓN?



Es la **visualización de una situación futura y deseable**, que aspiras lograr en un horizonte algo lejano, aunque no necesariamente tengas claro el camino para ello, es ya una idea preconcebida.

- La VISIÓN generalmente es una versión positiva del futuro, que proporciona cierta sensación de control sobre el devenir.
- La **MISIÓN** es la razón por la cual se hace algo, mientras que la VISIÓN se refiere a lo que quieres alcanzar en el futuro con lo que se está haciendo.

Existen tres componentes:

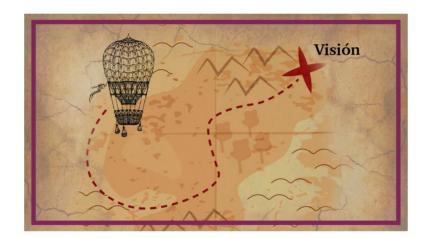




- UN CONCEPTO ENFOCADO. Algo que vaya más allá de la rutina y la inercia.
- UNA SENSACIÓN DE PROPÓSITO NOBLE. Algo que realmente valga la pena hacer; que constituya un aporte, y sea beneficioso para todos, consiguiendo así el compromiso de la gente.
- UNA PROBABILIDAD VEROSIMIL DE ÉXITO. Algo que la gente pueda creer con realismo que es alcanzable.

La VISIÓN te ayudará a dirigir tus Acciones, hacia dónde quieres llevar tu Vida.

Una VISIÓN clara facilitará el camino al logro de tus Metas y Objetivos de Vida. Es importante establecer un mapa de ruta que permita tener claro hacia dónde te diriges.



LA MISIÓN:

Ten en cuenta que la MISIÓN, contendrá no sólo ideas respecto de lo que quieres hacer, sino también respecto al tipo de personas que quieres ser.



EJEMPLOS DE MISIÓN PERSONAL:



- 1 La de Walt Disney fue "Hacer feliz a la gente".
- La del fundador de Nike ha sido "Traer inspiración e innovación a todo atleta del planeta".
- La de Larry Page y Serguéi Brin, de Google, han sido, "Juntar toda la información del mundo y hacerla accesible para todos".





Para resumirlo, diríamos que el hecho de tener una MISIÓN y VISIÓN personal permite, tener una vida más coherente y con más sentido. Ayudando a tomar Decisiones para llevar la vida en la dirección que te has marcado de forma proactiva.

INVIRTAMOS EN NOSOTROS MISMOS

1. Administremos nuestro tiempo.
2. No dejemos nunca de viajar.
3. Elijamos a nuestros amigos. Somos el promedio de las cinco personas más cercanas.
4. No dejemos nunca de buscar aprender nuevas habilidades.
5. Leamos, leamos.
6. Cuidemos nuestra Salud.
7. Atrevámonos a Emprender.
8. Expandamos nuestra Red de Relaciones.
9. Paguemos nuestras deudas.
10. Ahorremos con un fin.
11. Invirtamos, aunque sea poco.
12. Definamos con claridad nuestros objetivos.
13. Encontremos un mentor.
14. Dejemos de hablar y hagamos que las cosas ocurran de una vez.
15. "NUNCA NOS OLVIDEMOS DE QUE SOMOS EL RESULTADO DE LOS LIBROS QUE LEEMOS, LOS CAFÉS QUE DISFRUTAMOS, LOS VIAJES QUE HACEMOS Y LAS PERSONAS QUE AMAMOS".





-SECCIÓN II-



SOMOS CREADORES DE REALIDADES

En 2006 Kyle McDonald, un joven canadiense cambió un clip rojo (sí, un clip de esos que utilizamos para unir hojas de papel) por una casa.

Kyle para llegar a su objetivo hizo varios canjes:

Un clip rojo de papel.
Un bolígrafo en forma de pez.
Un pomo de puerta con forma de mano.
Una cocina de camping (con combustible).
Un generador eléctrico.
Un barril de cerveza (la que él quisiera) con un letrero luminoso.
Una moto de nieve descompuesta.
Un viaje a Yahk (British Columbia, Canadá).
Una camioneta.
Un contrato discográfico.
Un año de renta en una propiedad en Phoenix, Arizona.
Una tarde de plática con Alice Cooper.
Una bola de cristal de KISS con copos de nieve.
Un papel de actor en una película.
Finalmente, una casa en Kipling, Saskatchewan, al sureste de Canadá.

¿Qué hizo Kyle para llegar a su objetivo? Primero tenía una VISIÓN: tener su casa en Kipling, Saskatchewan, al sureste de Canadá. Él tenía claro su sueño, lo imaginó, lo soñó, lo creó, y luego lo hizo realidad, quizás desde algo muy básico como un clip rojo, pero lo logró, se atrevió y dio el primer paso, allí está el gran salto de fe.





Está en ti Crear Caminos y Realidades, es decir, si eres ganador o perdedor. Y hasta Aprender a Perder Ganando. Es decir, obtener toda la experiencia de eso a lo que llamamos, Perder o Fracasar o Fallar.





"Si buscamos resultados distintos, no hagamos siempre lo mismo".

Albert Einstein.



¿Dónde está tu clip rojo?

El riesgo, la acción la voluntad y el enfoque permiten ser ganadores, a pesar de las circunstancias, es cuestión de tener claro dónde está tu clip rojo.

Todo está en tu capacidad emocional de enfrentar, y entender que hay cosas que no son productivas y saber desprenderse y soltar.





El pensar que eres capaz, es casi serlo. La **DETERMINACIÓN** de alcanzar alguna cosa, es casi alcanzarla.

Una **RESOLUCIÓN DECIDIDA** con frecuencia parece llevar consigo cierto sabor de omnipotencia.

LA DETERMINACIÓN ES LA CHISPA PARA ENCENDER Y SOSTENER EL CARÁCTER.

La indecisión, la aflicción, la ansiedad y el temor son los más terribles desmonoradores de carácter.

La Confianza Propia realiza milagros en todos los órdenes, se puede afirmar que la Confianza es la madre del Éxito.

Creer en ti mismo es el Combustible que te permitirá, ganar y hasta ganar incluso perdiendo. Confiar en ti mismo, en tus talentos, en tus fracasos, es estar seguro de actuar, aunque sea cambiando la Estrategia y modificando los Objetivos.



EJEMPLOS DE CONFIANZA PERSONAL

A Sylvester Stallone le dijeron más de 50 productores que tenía poca habilidad como escritor. Le dijeron que perdía su tiempo tratando de escribir un guión. Pero a pesar de que casi todos los productores de Hollywood trataron de convencerlo de que no tenía la más mínima esperanza, Sylvester siguió creyendo en sus capacidades.

El gran Motivador Anthony Robbins, define la cuestión de esta manera:

"Lo que podemos o no hacer, lo que consideramos posible o imposible raras veces se encuentra en función de nuestra verdadera capacidad, sino que se trata más bien de una función de nuestras Creencias acerca de quiénes somos. Y también de quiénes no somos".





Crear tus realidades partiendo de la Confianza en tus talentos, la fe en ti mismo es un gran desafío. Es un trabajo constante que implica la construcción de una **AUTOIMAGEN** poderosa y permite afianzarse en el proceso de Aprendizaje Continuo, así como la Fe y Compromiso con los propósitos personales.

TEN UNA ACTITUD POSITIVA. El Optimismo es la determinación de ver, en algo, más de lo que hay. Es fácil ser Optimista cuando las cosas van bien (aunque algunos no son Optimistas ni siquiera así).



2 RÍETE DE TUS ERRORES. Aprende a reír de tus errores.

NUNCA LE TENGAS MIEDO AL FRACASO. ¿Quién dijo que volver a empezar es fracasar? Volver a empezar es volver a soñar, volver a vivir. Y cuantas veces sea necesario tienes que intentarlo e intentarlo y seguir insistiendo.

-SECCIÓN III-

EL PODER DE LA VISUALIZACIÓN



La visualización es un término relativamente moderno, que suele utilizarse como sinónimo de imaginación, aunque sugiriendo específicamente un ejercicio de imaginación voluntario, guiado hacia un objetivo específico.

Aunque la imaginación supone siempre la capacidad para representarse objetos o relaciones entre ellos, cabe distinguir tres clases de imaginación:

REPRODUCTORA O PASIVA, COMBINADORA O CREATIVA, AUTOMÁTICA.



Los grandes descubrimientos están muy asociados al ejercicio de la **IMAGINA-CIÓN**, tenemos evidencia de ello en las Ciencias Naturales, en la Biología, en la Física, en la Arqueología. Igualmente, en las ciencias puras como en las Matemáticas y en las Ciencias Naturales.





LA AUTOIMAGEN PUEDE MODIFICARSE CON LA AUTOSUGESTIÓN.

La "Autoimagen" son los cimientos sobre los que se edifica toda Personalidad. Y también determina el "Área de lo Posible", a través de aquello que crees que puedes hacer o ser, y de aquello que crees que no puedes ser o hacer.

Por eso es muy importante comprender que LA AUTOIMAGEN PUEDE SER CAMBIADA", tanto con experiencias reales que van modificando la Percepción que tienes de ti mismo, como por un trabajo de Visualización y Autosugestión.



- LA VISUALIZACIÓN EN EL DEPORTE. Hoy son incontables los casos de atletas que aprenden a "Visualizar" su actuación perfeccionándola mentalmente, lo cual "programa" su comportamiento ganador.
- LA VISUALIZACIÓN EN LAS ARTES. Cuando nació Frank Lloyd Wright, su madre decidió que llegaría a ser un gran arquitecto, y para prepararlo para su papel llenó el cuarto del niño con imágenes de grandes catedrales. Con estos ejemplos recibidos a tan temprana edad como inspiración, Wright llegó a ser uno de los más célebres arquitectos del siglo XX.
- LA VISUALIZACIÓN EN LOS NEGOCIOS. "Usted puede imaginar su futuro", decía el famoso industrial Henry J. Kaiser.
- LA VISUALIZACIÓN Y LA SALUD. Podemos llamar a Paracelso "el padre de la medicina psicosomática", escribió: el poder de la imaginación puede producir enfermedades [...] y puede curarlas [...].

-SECCIÓN IV-



UNA VISIÓN COHERENTE EN VALORES

Los **Valores** constituyen lo que también se llama "Filosofía". Están determinados por tu propia elección personal de cómo actuar, relacionarte y vivir.

Los **Valores** no son más que tus elecciones personales sobre esos principios aprendidos y que las haces sobre lo que realmente consideras son los aspectos más importantes para ti. Poder guiarnos por tus más altos Valores traerá una inmensa satisfacción y sentido de la vida.



"En el Liderazgo personal Efectivo las técnicas de **Visualización y Afirmación** surgen naturalmente de un fundamento mental bien conocido, a través de propósitos y principios que pasan a ser el centro de la vida individual".

Una de las estrategias es la de tener el conocimiento claro de tus Valores, como una parte integral de tu vida, así como hacerlos coherentes con tu Visión y tu Misión de vida.

Para elaborar la Visión debes conocer los **Valores** que has aprendido como parte integral de la sociedad, de la familia, de la escuela, de tus amistades y de tus relaciones interpersonales.

■ Para poder examinar tus Valores debes también identificar tu "Zona de Confort". Ésta es la Zona Metafórica en que habitas en un entorno que dominas.



Alrededor de tu Zona de Confort está tu Zona de Aprendizaje, esta es la zona de la que sales para ampliar tu Visión del mundo.

Para que puedas construir tu **VISIÓN** coherentemente con tus **VALORES**, debes transitar por la "ZONA MÁGICA".

Debes crear esa ZONA MÁGICA que busque ampliar tu Zona de Confort y de Aprendizaje. Para eso es que debes explorar en tus VALORES, y construir una Misión y Visión que sean consistentes con los cambios importantes que quieres experimentar en tu vida.

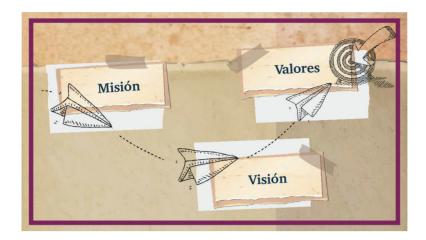
La idea es desarrollarnos, evolucionar y trabajar con la tensión emocional y la tensión creativa. La primera siempre tirará hacia tu **Zona de Confort** y la segunda lo hará hacia el exterior, ambas fuerzas son opuestas.



Para emprender el camino y completar el recorrido, utilizarás herramientas como: la **VISIÓN**, la **MISIÓN** y los **VALORES**.



Hay elementos como la **Voluntad**, **la Pasión**, **la Determinación**, que serán parte integral de estas herramientas para poder así forjar una **Visión de Éxitos**. No es un tema de suerte, es un tema de riesgo, de audacia, de Aprendizaje y de Enfoque.



Te preguntas: ¿cómo podré hacerlo? Creyendo en ti, ya que eres el protagonista de tu vida. Lo que no decidas, probablemente lo harán otros por ti y no te va a gustar.

Al gestionar correctamente tus miedos, crecerá tu Autoestima y ésta te dará una nueva Visión de la Realidad llena de Oportunidades; así podrás elegir mejor tus Objetivos; tener claro cuál es tu Sueño, y buscar un "qué" que te motive.



No debes culpar a la suerte, al clima, la condición social, la situación económica, la familia, los amigos, por tus fracasos o triunfos. Hay factores propios que determinan cómo enfrentarlos y lograr sacar el mejor provecho de ellos, uno de esos elementos es el Aprendizaje y el mismo debe de ser continuo.



-SECCIÓN V-



LA DIFERENCIACION ENTRE VISIÓN, METAS Y OBJETIVOS

La vida es como un Cuento...

Sólo si así lo escoges, porque un cuento puede leerse y abandonarse. Puede comentarse, narrarse.

Tú mismo tienes el control del timón de tu barco, aunque también puedes decidir soltarlo, así como, cambiar la historia o simplemente seguir en ella, al final siempre eres quién decide conscientemente o no.

Ya has establecido anteriormente que, para construir una Visión Efectiva, debes primero tener claro tu propósito de Vida (MISIÓN), tener identificados tus VA-LORES y trabajar en una AUTOIMAGEN Positiva.

El futuro
no es sólo
lo que esperamos
sino también
lo que hacemos.

Hablas de **METAS**, cuando planificas un resultado deseado, un punto de llegada. Para alcanzarlo trazas **OBJETIVOS**, planificas acciones, un Plan para lograr ese punto de llegada de manera eficaz, en un tiempo determinado, con unos recursos comprometidos.

Si puedes Visualizar una manera de llevar a cabo tu Plan, tus sueños -por grandes que sean- podrán hacerse realidad. Tu Plan quizá sea ganar más dinero o correr una maratón o pasar un día entero cada semana con tus hijos o abrir una heladería.



Trazar un Plan te llevará a **VISUALIZAR** tus sueños, colocándoles tiempos y permitiendo crear Objetivos y evaluar el avance o no del desarrollo.



Es muy fácil concentrarse o incluso obsesionarse con el Plan o con las Metas. Puedes involucrarte tan a fondo en tu Plan que se te olvide disfrutar del Proceso. Una de mis frases favoritas dice: "La vida es lo que está sucediendo mientras estamos ocupados haciendo otros planes".

Un aspecto importante de una vida de éxito es lograr el equilibrio entre estos dos mensajes aparentemente diferentes (tener un Plan, y no perderse en él).

Por eso es tan importante el Aprendizaje continuo, como proceso de apoyo de cada Plan que realicemos, así como la base para desarrollar nuestra **VISIÓN** y establecer los objetivos para el logro de las **METAS** planeadas.



Si en el camino encuentras obstáculos, debes reinventarte, replantear las **ME-TAS** y diseñar nuevos **OBJETIVOS**, y quizás hasta crear una nueva VISIÓN, si esto te pasa es grandioso ya que permite evaluar y abrirte a nuevas Oportunidades y situaciones, que quizás no lograrías observar en otro contexto.



La **VISIÓN** no es un ente estático, todo lo contrario, es dinámico y debe ser flexible para poder tomar decisiones y cambiar los Objetivos a tiempo y hasta modificar las Metas de acuerdo con los cambios planteados.

Se puede tener una **VISIÓN** sin **METAS** ni **OBJETIVOS**, pero sería sólo una ilusión, una fantasía, sin bases para ser alcanzada y pueden diluirse en el tiempo y hasta convertirse en una frustración a futuro.

La Ley universal de la Coherencia se aplica a todo en la vida. Un ejemplo sería: Si plantaras cuadros mentales de ti como fracasado, "cosecharás" fracasos.

- Está de acuerdo con la Biblia: "Como el hombre PIENSA, así ES". Está de acuerdo con todas las religiones, con toda filosofía, psicología, sabiduría, ciencia, historia e investigación.
- Si piensas que eres pobre, eso serás, si piensas que eres fracasado, eso serás, pero si en cambio piensas que eres Exitoso eso serás, que eres millonario, eso serás. Todo depende del Enfoque y de la Ley de la Coherencia.



CONCLUSIONES CONCEPTOS CLAVES

2222

- El **AUTOCONOCIMENTO** es la antesala indispensable para crear la **VISIÓN**.
- Conoce las **ÁREAS A TRABAJAR** y aborda las situaciones por **ORDEN DE PRIORIDAD**.
- Revisa los RESULTADOS PERIÓDICAMENTE CON RES-PONSABILIDAD.
- TOMA DECISIONES de acuerdo con los RESULTADOS.
- Aplica las estrategias necesarias para desarrollar tu PLAN DE VIDA.

UNIDAD II; LA CONSTRUCCION DE LA AUTOESTIMA

Sección I:

La construcción de la Autoestima.

Sección II:

Las 3 A de la Autoestima: Auto-valoración, Auto-confianza y Auto-conocimiento.

Sección III:

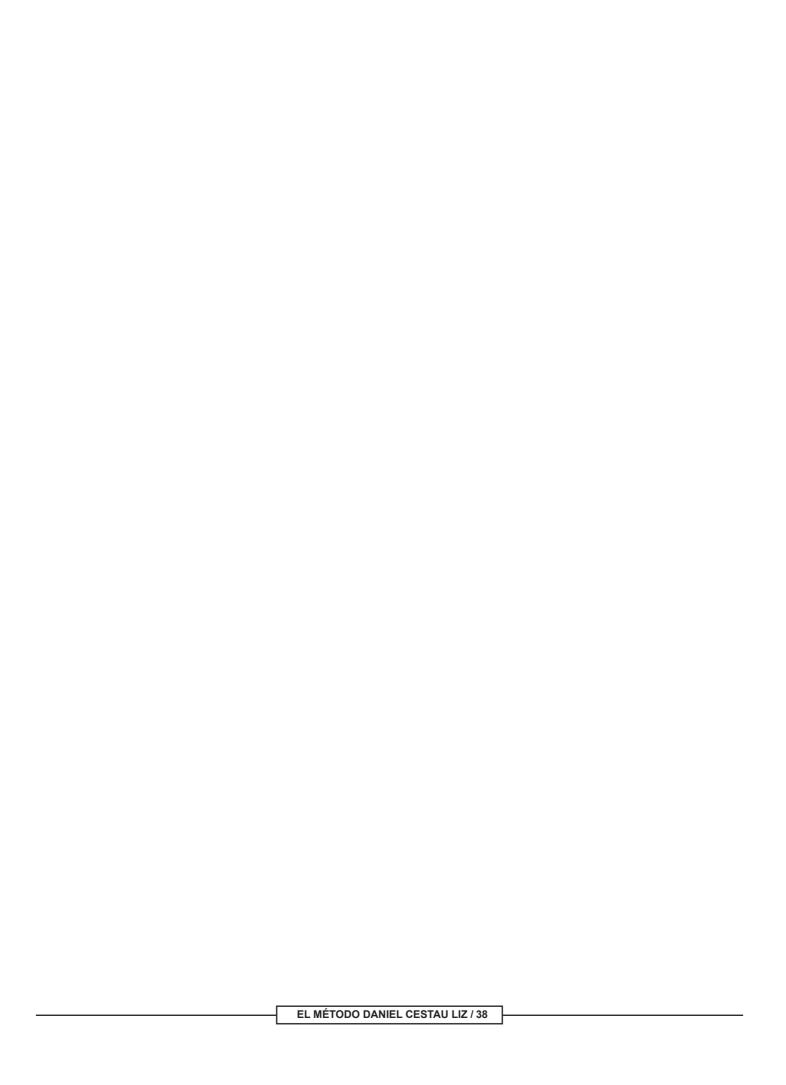
Los Excesos y los Déficits.

Sección IV:

Consiguiendo el Equilibrio.

Sección V:

La Autoestima y la Exigencia.



SECCIÓN I-



LA CONSTRUCCIÓN DE LA AUTOESTIMA

La **Autoestima** es la valoración propia que realizas a partir de lo que juzgas sobre ti mismo. Cada uno de nosotros "conversamos con nosotros mismos" todo el tiempo. Del resultado de lo que te dices con mayor repetición y del caso que le haces a eso que dices, nacerá tu nivel de Autoestima.

La mente vive en permanente estado de "juzgadora" y desde ese modo de funcionamiento evalúa determinando en consecuencia lo que considera que "vales".



Si estás en la modalidad **AUTOESTIMA INSANA**, tendrás efectos no deseados. Pero si construyes una modalidad **AUTOESTIMA SANA** podrás lograr efectos que serán absolutamente productivos

Debes tener en cuenta que la **Autoestima** que has construido ha nacido de ti. La forjas en la niñez, y vas desarrollándola cada día de tu vida en base a las experiencias vividas y a la educación, enseñanzas que hayas recibido en el seno de la familia y en la educación tradicional.

El primer paso importante es saber que forjar sanidad en la **AUTOESTIMA** es crucial para el Proyecto de Vida porque eso traerá aparejadas nuevas posibilidades en el momento de conquistar clientes, de encarar conversaciones, de trabajar con las objeciones, de encarar inversiones, de transformar situaciones y de gestionar la propia existencia en el día a día.



-SECCIÓN II-



LAS 3 A DE LA AUTOESTIMA: AUTO-VALORACIÓN, AUTO-CONFIANZA Y AUTO-CONOCIMIENTO.

Dentro del concepto tan profundo de la **AUTOESTIMA** se pueden reconocer tres aspectos igual de importantes, que, al coexistir dentro de la Mente, van generando sensación de seguridad o inseguridad personal.



Los tres pilares de la AUTOESTIMA SON:



AUTO-CONFIANZA.

Todos tenemos un evaluador interno que nos va diciendo si hicimos bien o mal las cosas. Producto de esta evaluación constante tu vínculo con la valoración personal muchas veces se va dañando.

AUTO-VALORACIÓN.

Es poder darnos valor como personas y ver en todas las fortalezas que posees y la inmensa usina de creación de sueños que tienes en tu ser.

AUTO- CONOCIMIENTO.

Muchas veces no te valoras lo suficiente, porque consideras que te faltan conocimientos sobre un determinado tema, y entonces sacas la conclusión de que NO VALGO LO SUFICIENTE, porque considero que SOY MIS CONOCIMIENTOS.



CUANDO NO TE CONSIDERAS LO SUFICIENTE VALIOSO POR FALTA DE CONOCIMIENTOS, RECUERDA ESTOS EJEMPLOS:

1	Henry Ford no tuvo educación formal.
2	Walt Disney abandonó sus estudios a los 16 años y su compañía hoy factura 35 billones al año.
3	Steve Jobs dejó sus estudios después de haber cursado un solo semestre de la Universidad.

Bill Gates abandonó la universidad y con los años se convirtió en uno de los hombres más ricos del mundo con una empresa que factura 143 billones al año.

Mark Zuckerberg no terminó sus estudios en Harvard.

Tiger Woods sin estudios formales se convirtió en el golfista mejor pagado de la historia del deporte.

MENSAJES NEGATIVOS. La **AUTOVALORACIÓN** está dañada por lo que has escuchado sobre ti mismo de la boca de otros.

LA DESCONEXIÓN CON LOS VALORES INTERNOS. Otras veces la AU-TOVALORACIÓN es la consecuencia de una desconexión con los propios valores personales internos que son lo que nos generan identidad.



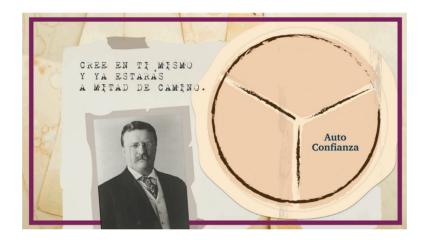
El viaje de la vida está justamente determinado por una exploración dentro de cada uno, para expandir las capacidades de logro. Será imposible que este viaje sea verdaderamente fructífero si no te atreves a conocerte profundamente, navegando en los lados más oscuros. Conocerse, es la primera tarea del ser humano.

La tercer "pata" en la construcción de la **AUTOESTIMA**, es la **AUTOCONFIAN-ZA**. Es como pensar si eres los mejores brazos en los que podemos arrojarnos, para atajarnos siempre. Si somos nuestra mejor opción.



Confiar es poder entregarse sin temor a ser defraudados, traicionados, heridos.

Lo contrario de confiar en ti mismo es DUDAR, no saber si puedes contar contigo mismo. Siempre debes confiar en esta persona que habita dentro que tienen mil respuestas si le haces las preguntas correctas. La confianza generalmente está contaminada por el miedo al error, a equivocarnos a tomar malas decisiones.



-SECCIÓN III-

LOS EXCESOS Y LOS DÉFICITS

- La trascendencia en la construcción de la **AUTOESTIMA** es primordial a la hora de crear escenarios de resultados y prosperidad en la vida.
- Cualquier exceso de AUTOESTIMA puede ser improductivo, tanto como sus déficits.
- El exceso de **AUTOESTIMA** genera un impacto en muchas áreas de construcción de resultados, ya que tomamos decisiones, actuamos y nos relacionamos desde este exceso, generando consecuencias que podrían dañar los proyectos.
- Lo mismo sucederá si tienes menos **AUTOESTIMA** de la necesaria, para darle forma a esos planes porque te verás muchas veces tomando decisiones equivocadas, o lo que es peor, no tomando ninguna.
- Al analizar los cuadros podemos concluir que las consecuencias en ambos escenarios son perjudiciales para nuestros proyectos y el logro de metas que nos hayamos propuesto.







-SECCIÓN IV-

CONSIGUIENDO EL EQUILIBRIO



Las preguntas son poder y dan poder.



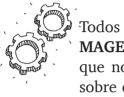
Ambas estrategias se complementan y permiten mejorar la relación con nosotros mismos.

Un concepto que es muy importante trabajar es el que está vinculado con la inteligencia. Muchas veces tienes una idea inapropiada de lo que es la **INTELI-GENCIA**, por eso, subestimas tus propias capacidades y habilidades para lograr aquello que te estás proponiendo.



La inteligencia está compuesta por pensamiento, la sensibilidad, las emociones, y la percepción.

La mayor inteligencia que podemos crear es la de la adaptación a los cambios, porque la vida es CAMBIO. Poder adaptarnos, ser versátiles, es la verdadera inteligencia.



Todos los actos, pensamientos, sentimientos están contenidos en esa AUTOI-MAGEN. Esto hace que nos desempeñemos en la vida como la clase de persona que nosotros creemos que somos. Esa AUTOIMAGEN constituye el cimiento sobre el que se edifica la personalidad y determinará el área de lo que es PO-SIBLE, diciéndote lo que puedes hacer o ser y también lo que no puedes hacer o ser.

Una técnica poderosa que te permitirá trabajar en esta reparación es en las AFIRMACIONES.

Las AFIRMACIONES son frases que debes armar, escribir, crear, y que reafirmarán tu sistema de pensamientos.

Si estas afirmaciones comienzan a formar parte de lo que te dices habitualmente llegará un momento en que la mente lo tomará como verdadero y comenzará a actuar y a tomar decisiones en base al nivel de pensamiento. Una sugerencia que desde este Método te hago es que las grabes y las escuches varias veces al día. Describe al menos 10 y que se conviertan en tus propios 10 Mandamientos para el éxito.

"Soy totalmente capaz de lograr la vida que sueño".

"Cuento con toda la capacidad para llevarlo adelante exitosamente".

"Si no supiera algo que necesito para mi proyecto, confío en mi capacidad para aprenderlo".

"Tengo todos los recursos internos necesarios para tener la vida que sueño".

"Yo soy lo suficientemente bueno para llevar este proyecto adelante".

"Confío en mi criterio y mi forma de ver las cosas".

-SECCIÓN V-

LA AUTOESTIMA Y LA EXIGENCIA



Muchas veces la **AUTOESTIMA** se verá dañada por un exceso de **EXIGENCIA** personal que quizás provenga de tu historia, programación o de tu propia plataforma de personalidad.

La **EXIGENCIA** proviene de las propias órdenes que nos damos a nosotros mismos sobre lo que "debes hacer", "debes obtener", "debes lograr".

Esa exigencia de "perfección" nos aleja de lo que quieres lograr y hasta impide escuchar o recibir críticas de otras personas.



LA CRÍTICA ES EL RESULTADO DE LA COMBINACIÓN DE TRES COSAS:



Si no estás consiguiendo los resultados que creías deberías de conseguir, empieza a analizar de nuevo la situación examinando críticamente nuestra parte de ella.

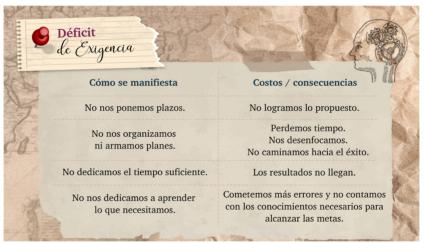
La **EXIGENCIA** podrá abrir o cerrar posibilidades, dependiendo de cómo las dosifiquemos y qué tanto nos auto respetemos en el camino hacia la concentración de los proyectos.

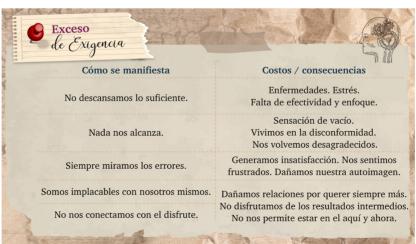




Es necesario que puedas conectar contigo mismo y pensar cómo funciona la EXIGENCIA, para detectar si tienes EXCESOS o DÉFICITS, ya que en este punto se requiere equilibrio como en todos los ejes de trabajo que proponemos en el Método.

Te dejo estos cuadros en los que puedes ver con facilidad, cómo se manifiesta la exigencia en las dos modalidades y los costos y consecuencias que pagas cuando estás en cualquiera de ellas:





CONCLUSIONES CONCEPTOS CLAVES

- Una sólida AUTOESTIMA es esencial para crear el ÉXITO.
- Debes trabajar en su construcción.
- Para construir AUTOESTIMA necesitas: CREAR UNA AUTO-ESTIMA EQUILIBRADA.
- TOMA DECISIONES de acuerdo con los RESULTADOS.
- LA AUTOEXIGENCIA es útil siempre que no esté ni en EXCE-SO NI EN DÉFICIT.



UNIDAD III:

LA REPROGRAMACIÓN Sección I: La Programación existente vs la Programación Necesaria para el Éxito. Sección II: Los Principales "Chips" a Reprogramar. Sección III: Aprender a Desaprender. Sección IV: La importancia de las Afirmaciones.

Sección V:

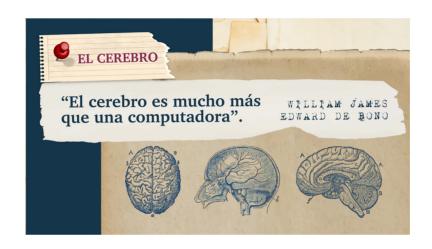
Los Hábitos de logro más poderosos.



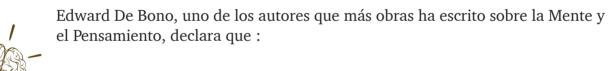
- SECCIÓN I-



LA PROGRAMACIÓN EXISTENTE VS LA PROGRAMACIÓN NECESARIA PARA EL ÉXITO



EL CEREBRO ES MUCHO MAS QUE UNA COMPUTADORA.



"Se gasta una gran cantidad de tiempo y esfuerzo aprendiendo cómo sacar el mejor provecho de los sistemas informáticos, pero se dedica menos atención cuando se trata de obtener lo máximo del Sistema Cerebral...".

La Conexión con el Sistema Nervioso determina que el hemisferio izquierdo controla la parte derecha del cuerpo, y el hemisferio derecho controla el lado izquierdo. Cada parte del cerebro está a cargo de diferentes procesos mentales.



El Cerebro Triuno es un término desarrollado por el Neurocientífico Paul MacLean y hace referencia a las tres partes del cerebro especializadas.

La importancia de reconocer las funciones en nuestro cerebro y cómo intervienen en todos nuestros procesos, deja claro que el cerebro es un órgano del cuerpo y la mente, es parte integral y sirve de interacción con el medio ambiente y su interpretación del mismo.



Como una forma de autopreservación, al cerebro le gusta evitar toda actividad innecesaria. Trata de gastar la menor cantidad posible de energía para cumplir sus tareas; por eso, tomará el camino más fácil cada vez que pueda.

■ En general al cerebro el estado de decisión le requiere cierto gasto de energía que se acrecienta al tener que ejecutar esas decisiones u otras subsiguientes.



Es en la mente donde debes trabajar los cambios de programaciones necesarias para alcanzar la fortaleza mentalmente:



El pensamiento puede ser dividido en 3 grandes líneas, según sus funciones:

- **EL PENSAMIENTO FACTUAL**. (La primera acepción) se ocupa de todas las operaciones de la lógica, las matemáticas, la ciencia, las distintas disciplinas.
- **EL PENSAMIENTO ESPECULATIVO O CREATIVO**, se adentra, bien o mal, en nuevos territorios o formas inéditas de encarar problemas y cuestiones.
- **EL PENSAMIENTO PSICOLÓGICO**, que gravita en nuestra vida de relación y comprende los sentimientos, las emociones, las reacciones, los estados de ánimo, etc.

-SECCIÓN II-



LOS PRINCIPALES "CHIPS" A REPROGRAMAR

Uno de los principales cambios que debes hacer es modificar el "Chip del Pensamiento", ya estableciendo la identificación de tus hemisferios, y cuál es el más destacado y revisando el poder de tu mente, estás preparado para ejercer acciones importantes en tus pensamientos y activar el uso racional de la programación mental para alcanzar los objetivos de una manera eficaz y exitosa.





El Pensamiento Positivo te permitirá usar al máximo la habilidad y experiencia. Creer que el Pensamiento Positivo va a permitirte hacer cualquier cosa es equivalente a un desastre, es irreal y muy peligroso, porque crea falsas esperanzas y expectativas irreales.

Una Expectativa Real, es el semillero de la depresión, el Pensamiento Positivo por sí solo no capacita para hacer cualquier cosa, pero si capacita para hacerlo todo lo mejor de lo que lo haría el Pensamiento Negativo. En otras palabras, el Pensamiento Positivo es un factor importante para la realización de una meta, de un objetivo, o de un ideal.

SECCIÓN III-



APRENDER A DESAPRENDER

En esta sección aprenderás a aprender. El camino más claro es cambiar, aunque cambiar es una decisión muy desafiante. El aprendizaje de los cambios de pensamientos y programaciones negativas, son un tema de decisión personal.

■ No los encontramos frecuentemente en la educación formal, en los empleos tradicionales, su uso en los que dirigen nuestras acciones es un acto particular, una decisión personal o una necesidad que surge de elementos que nos empujan y motivan a realizar muchos de nuestros sueños.

Lo primero que debes entender es que todo puede cambiar todo se puede aprender y todo se puede intentar.



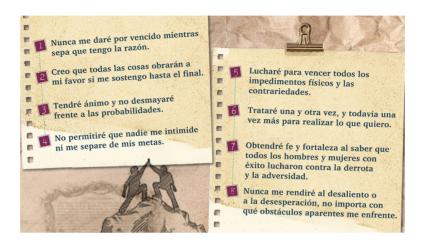


"Ellos" dijeron que no se podía. Ellos dijeron que Michael Jordan no podía jugar.

"Ellos" dijeron que Marilyn Monroe, se buscara un trabajo de secretaria. "Ellos" dijeron que Leo Messi no tenía suficiente físico. "Ellos" dijeron que Rafael Nadal no llegaría lejos con esos golpes tan extraños.

También "ellos" en 1895 dijeron que un aparato más pesado que el aire jamás volaría y en 1943 que en el mundo había lugar sólo para 10 computadoras. Entonces, ¿que han dicho "ellos" de nosotros?

No dejes jamás que otras personas digan quién eres, siempre habrá una multitud de personas alrededor para decir qué tus ideas no servirán. Toma el hábito de decirle sí a tus propias ideas.



Debes enfocarte en lo que quieres, en tus fortalezas y buscar las mejores opciones para alcanzar el éxito.

Debes ser creador y artista de nuevo, así como los arquitectos diseñan el camino, tu diseña tu estructura y comienza el proceso constructivo.



Debes saber cuál es tu producto terminado. Debes saber qué quieres, qué clase de triunfo quieres fabricar. El **TRIUNFO** es sólo el material y la extensión de tu triunfo será determinada por los métodos que aprendas y uses para mejorar tu especialidad laboral y el resto de tus actividades en la vida.

SECCIÓN IV-



LA IMPORTANCIA DE LAS AFIRMACIONES

Las Afirmaciones por norma son declaraciones confiadas de una verdad percibida.

Lo cierto es que la repetición de este tipo de verdades, en forma de Afirmaciones Positivas, ha ayudado a miles de personas a realizar cambios significativos en sus vidas.

Han dado resultados exitosos en muchas personas y han logrado importantes cambios en su programación para alcanzar lo que nos proponemos en la vida.



La actitud debe permitirnos dejar atrás las excusas, la comodidad y sin esperar más que la suerte llame a nuestra puerta debemos aprovecharnos de ella para ir por lo que queremos lograr.



Si una creencia negativa está profundamente arraigada en nuestra mente inconsciente tendrá la capacidad de anular una afirmación positiva.

- SECCIÓN V-

LOS HÁBITOS DE LOGRO MÁS PODEROSOS

Son muchas las personas que se gastan la mayor parte de sus vidas en una pequeña isla llamada la "Isla de algún día", "Algún día seremos felices", "Algún día haremos un lindo viaje", "Algún día viviremos una aventura". La vida es aquí y ahora, y se pasa con una velocidad arrolladora.



Haz la diferencia, regálate una vida de logros y de aventuras, que esté llena de triunfos y de fracasos, y que cada fracaso sea revisado, aceptado y visto como un aprendizaje, no como el fin. En esos fracasos hay muchas oportunidades, debes darles la opción de ser revisados y ser bien empleados.



Los **hábitos** hacen alusión a las rutinas que diariamente en forma inconsciente haces, como cepillarte los dientes, levantarte, tomar café, dormir la siesta, entre otros. El **hábito** también se relaciona con la acción, aunque es un accionar de forma automática, sin tanto esfuerzo.

Con el uso de las **AFIRMACIONES POSITIVAS**, repetidas varias veces, obtendrás resultados en la incorporación de **PENSAMIENTOS POSITIVOS** en tu mente.

LOS HÁBITOS

- 1 Hagamos una lista de malos hábitos.
- ¿Cuál fue la causa original?
- 3 ¿Cuáles fueron las causas que ayudaron?
- Determinemos un hábito positivo para reemplazar el malo.
- Pensemos en el buen hábito, sus beneficios y resultados.
- 6 Actuemos para desarrollar este hábito.
- 7 Actuemos diariamente de acuerdo a este hábito para reforzarlo.
- Sintámonos recompensados al notar uno de los beneficios de nuestro buen hábito.



Definamos primero qué es cada uno de estos tipos: El Hábito Saludable contribuye a tu bienestar general.



Los Hábitos No Saludables son los que perjudican tu salud física, mental y emocional.

Si te preparas y sigues nuevos hábitos, lograrás alcanzar de una manera más eficiente tus metas propuestas.

¿Cómo se forman los Hábitos Nuevos?

Los Hábitos Nuevos se forman de la repetición constante de una acción que harás de uso consciente, de esa facultad que posees y que muchas veces ejecutas de manera inconsciente.



CONCLUSIONES CONCEPTOS CLAVES

- Desarrolla tu MENTE.
- Cambia tus PENSAMIENTOS, cambia el "CHIP".
- Agrega nuevos HÁBITOS DE LOGRO, que te ayuden a cambiar tus pensamientos.
- Aprende a DESAPRENDER.
- Haz AFIRMACIONES POSITIVAS que te permitan activar tu mente.





UNIDAD IV: LA ABUNDANCIA

Sección I: La definición del Paradigma de Abundancia. Sección II: La distinción con un Paradigma de Escasez. Sección III: Las Emociones asociadas a ambos paradigmas. Sección IV: Los Hábitos diarios para estar en Abundancia. Sección V: La Mente Abundante – la Mente Logradora.



-SECCIÓN I-

LA DEFINICIÓN DEL PARADIGMA DE LA ABUNDANCIA

Cuando hablamos de un Paradigma de Abundancia hablamos de la construcción de un Sistema Mental de creencias, basado en la Abundancia.

Este término te conecta directamente con el infinito mundo de posibilidades que tenemos disponible cada uno de nosotros. Lo que necesitas es construirlo día a día. Y para eso es necesario pensar en grande.

La mayoría de la gente no apunta demasiado alto y siempre fallan. En cambio, apuntan demasiado bajo y siempre aciertan.

No hay una sola persona entre 10,000 que pueda escribir su meta más emocionante, sin al mismo tiempo decirse que probablemente sea imposible.



¿Qué intentarías si supieras que no vas a fallar? Tu sistema de creencias se va construyendo en base a tus vivencias personales.



Nuestro modelo de éxito es integral, porque planteamos la Abundancia teniendo en cuenta la integralidad de la vida:



- ABUNDANCIA PERSONAL.
- **ABUNDANCIA FAMILIAR.**
- ABUNDANCIA RELACIONAL.
- ABUNDANCIA MATERIAL.

Sostenemos fehacientemente que puedes lograr un equilibrio entre estos cuatro tipos de abundancia y trabajar para que todas existan y se manifiesten a la vez en tu vida.



-SECCIÓN II-

LA DISTINCIÓN CON UN PARADIGMA A LA VEZ

El **Paradigma de la Escasez** es el sistema de creencias que está conformado por todos los pensamientos de "NO ES POSIBLE", que han forjado en la mente. No se aprende en la educación tradicional a conectar con el mundo abundante de posibilidades que tenemos interiormente y que nos rodea, y es por eso por lo que piensas con limitaciones, dentro de la "Caja de Escasez".



En el **Paradigma de Escasez** las preguntas son conservacionistas. Buscas la forma de "mantener" lo que lograste. Lo que tengo, lo que alcancé. Cuando estás dentro del **Paradigma de Escasez** ves posibilidades limitadas y estás conectado fuertemente con la conservación de tu estado actual de vida.

"LO QUE CREEMOS DE NOSOTROS MISMOS Y DE LA VIDA LLEGA A SER NUESTRA VERDAD".

Muchas veces esos pensamientos escasos están arraigados en algunos mitos o creencias sociales que has escuchado y creído, cerrado al mundo de la construcción de la ABUNDANCIA.

Algunas de esas creencias son:

■ Si generó tanto dinero, seguramente debe hacer alguna actividad ilícita.
Cuando hay dinero de por medio, la familia se desune.
El dinero no hace la felicidad.
Aspirar a tener abundancia plena es una utopía.
En este mundo pensar en abundancia es de locos.
Este mundo está mal, es imposible logar ser exitoso sin pagar altos precios.

"EL ÉXITO ES PARA LOS QUE DESAFÍAN SUS PROPIOS PENSAMIENTOS, LOS QUE MIRAN A LOS EXITOSOS Y AVERIGUAN E INVESTIGAN CÓMO LE HICIERON".

Estar en escasez es no tener ni fe, ni confianza. Sabemos que, con la fe sola nada se consigue, sin embargo, es la piedra angular que permite dar los tres pasos siguientes:





- **DEDICACIÓN**. Poner la mira en las cosas que valen la pena en la vida y establecer un Plan para trabajar continuamente hacia su realización.
- **EQUILIBRIO**. Mantener la perspectiva adecuada respecto a cada área de la vida. Conservar una perfecta armonía con las leyes de la naturaleza, lo cual produce el equilibrio perfecto. El equilibrio en todo trae como resultado la felicidad.
- **CREENCIA**. Tener fe. Las personas tienen éxito de acuerdo con la medida de su fe.

El **Paradigma de Escasez** nos mantiene fuera de la fe y eso nos impedirá dedicarnos, estar equilibrados y confiar en nosotros mismos y nuestros proyectos, dejándonos siempre en los mismos lugares, sin poder crecer.

- SECCIÓN III-

LA EMOCIONES ASOCIADAS A AMBOS PARADIGMAS

Cada momento en que un Pensamiento de Abundancia te viene a la Mente, generas emociones de confianza y a su vez, si habitas en la Confianza como eje emocional de tu vida, vendrán más pensamientos de Abundancia.



Es fundamental que entiendas este circuito de reciprocidad y de interacción entre los pensamientos y las emociones, porque podrás hacer una gran diferencia.

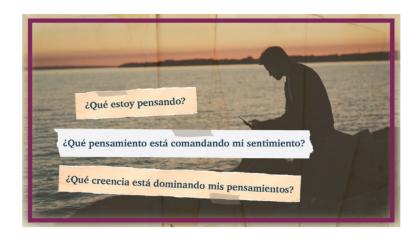
Es una espiral conectada, que cuando logras comprenderla y enfrentarla, podrás hacer un gran cambio en tu vida.



¿Cómo podemos detectar esas emociones para distinguir en qué paradigma mental estamos habitando?



Es de enorme valor distinguir en qué estás en cada momento para de manera automática preguntarte:



Una vez que te haces estas preguntas ya dejan de ser pensamientos inconscientes para convertirse en pensamientos conscientes y desde ese lugar sí puedes transformarlos.

-SECCIÓN IV-



LOS HÁBITOS DIARIOS PARA ESTAR EN LA ABUNDANCIA

Si la Abundancia es una construcción personal, única e intransferible de cada ser humano, es necesario que te hagas cargo que lo que decidas hacer en el día a día, va a colaborar con esa creación o directamente va a impedirla.



Los hábitos personales son el cuadro de realidad que vas creando en tu ser, y tener claro cuáles son los que crean escasez es fundamental para conectar con tu capacidad de éxito.

Las leyes Infalibles y eternas que gobiernan el universo y todo lo que hay en él incluidos en ti, están funcionando permanentemente y saber hacerlas jugar a tu favor. Es tu desafío en la vida.

Para que la Abundancia se manifieste en tu vida, debes cultivar el hábito del AGRADECIMIENTO, por todo, y en retribución de ese agradecimiento y en la medida que vivas genuinamente recibirás, ABUNDANCIA CRECIENTE, de cuanto desees.

La Ley de la Abundancia Creciente es en realidad una aplicación de la Ley de Causa y Efecto. El que seas intensamente agradecido, es la Causa que produce el Efecto de derramar en tu vida una abundancia de cuanto tú deseas y por lo que estás intensamente agradecido. Cuanto más aumenta tu agradecimiento, más se acrecienta tu Abundancia.



Para que la Abundancia se manifieste en tu vida, debes cultivar el hábito del **AGRADECIMIENTO**, por todo, y en retribución de ese agradecimiento y en la medida que vivas genuinamente recibirás, **ABUNDANCIA CRECIENTE**, de cuanto desees.

La Ley de la Abundancia Creciente es en realidad una aplicación de la Ley de Causa y Efecto. El que seas intensamente agradecido, es la Causa que produce el Efecto de derramar en tu vida una abundancia de cuanto tu deseas y por lo que estás intensamente agradecido. Cuanto más aumenta tu agradecimiento, más se acrecienta tu Abundancia.



El buen humor es un gran atractivo para la Abundancia, ya que estás valorando lo que obtuviste hasta hoy en tu vida, mientras trabajas intensamente en la concreción de tus logros y sueños.

El mayor hábito de Abundancia que podemos expresar es la risa. Aristóteles describía a la risa como "un ejercicio corporal valioso para la salud".



La Atención es una función de la mente. Sin Atención no hay aprendizaje, no hay entendimiento, no hay memoria. Tampoco hay observación y la buena observación es crucial para trabajar en la construcción de Abundancia.

Poner atención permitirá intervenir, cambiar el rumbo, tomar decisiones, modificar pensamientos, para así dar un giro en sentimientos, y si los mismos están llevándonos hacia la escasez.



- VOLUNTARIA. Nace de la propia persona.
- 2 INVOLUNTARIA. Se genera por estímulos externos.
- NATURAL. Es aquella que sostenemos en el tiempo tanto por propia voluntad como por estímulos externos.

La mente vive viajando entre el pasado y el futuro, teniendo una gran dificultad en permanecer en el momento presente.



Un desafío para quien pretende convertirse en una persona exitosa es lograr en su presente, el aquí y ahora el único momento que existe.

Una mente se vuelve abundante cuando deja de viajar sin rumbo entre lo que ya fue y no vuelve más, lo que aún no ha conseguido simplemente porque está eso en el futuro.

Mindfunless es la práctica que nos lleva a prestar atención al momento presente con interés curiosidad y aceptación. Nos ayuda a recuperar el equilibrio interno, atendiendo de forma integral a los aspectos de la persona, cuerpo, mente y espíritu. Con la práctica diaria se desarrolla una mayor capacidad de discernir.



- SECCIÓN V-



LA MENTE ABUNDANTE -LA MENTE LOGRADORA

Estamos absolutamente convencidos que sólo una Mente Abundante puede acceder a una Mente Exitosa. Todo lo que puedas construir, será como resultado para tu vida y depende de tu mentalidad. Necesitas desarrollar nuevas cualidades para aumentar las posibilidades de éxito.

Podríamos resumirlo en ocho pasos para simplificar lo más importante de construir una Mente preparada para el Éxito.

- APRENDE A CENTRAR LA PUNTERÍA. Debes impedir distracciones que interfieran con los pensamientos de abundancia. Aprende a concentrarte en lo que quieres que pase. Enfoca tu atención en lo que estás haciendo en cada momento, dando lo mejor de ti mismo en cada acto.
- APRENDE A HABLARTE DE UNA NUEVA MANERA. Cada vez que te sientas tentado a abandonar y a escapar necesitas decirte cosas nuevas, hablarte distinto.
- APRENDE DE LAS CRÍTICAS. Las sugerencias y miradas de los demás podrán sumar nuevas posibilidades a tus proyectos. Analiza, como vimos con anterioridad, cuáles puedes sumar a tus planes y acciones y cuáles son descartables.
- BUSCA OTROS MODELOS. Analizar cuidadosamente el comportamiento y los pensamientos de otros que son más expertos y exitosos, abre muchos caminos de éxito. Buscar libros y artículos en revistas especializadas, investigar en YouTube.
- APRENDE A ACEPTAR NUEVAS IDEAS. Los esquemas de vida no están escritos en granito. Debes estar abierto a los cambios considerando nuevos horizontes y otras formas de vivir. Buscar nuevas situaciones y extender el pensamiento hacia nuevas áreas ayudará en este paso.

- APRENDE A CONTROLAR LA ANSIEDAD. Cuando te invada la ansiedad: camina, tómate un descanso, reorienta la atención, escucha música, relájate. Haz otra cosa durante un corto rato y después vuelve a enfocarte en las acciones que estabas ejecutando.
- APRENDE A SEGUIR INSTRUCCIONES. Si cuando estás aprendiendo algo nuevo tienes la fortuna de tener un maestro, escúchalo.
- APRENDE A SENTIRTE CÓMODO. Haciendo que el entorno sea más cómodo y acogedor aumentas las probabilidades de alcanzar tus objetivos. Conecta con la generación de un contexto de abundancia, con lo que tengas en este momento, pero que sea lindo, motivador, cálido, que te den ganas de estar en ese lugar. Sé abundante en cada detalle.

CONCLUSIONES CONCEPTOS CLAVES

- La abundancia nace como una CONSTRUCCIÓN MENTAL.
- Necesitas distinguirla de la ESCASEZ.
- Agrega nuevos HÁBITOS DE LOGRO, que te ayuden a cambiar tus pensamientos.
- Las emociones son señales poderosas para distinguir AMBOS ESTADOS MENTALES.
- Debes distinguir entre CONFIANZA Y MIEDO.
- Los HÁBITOS de la MENTE que LOGRA, se construyen.





UNIDAD V: EL COMPROMISO CONSISTENTE Sección I: La Consistencia para el logro de las metas. Sección II: La Diferencia entre Declarar y Comprometerse. Sección III: Cuidando los desvíos del camino. Sección IV: La importancia de volver siempre a la Visión. Sección V: El Compromiso en la percepción y la escucha.



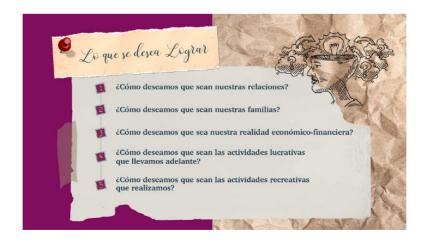
-SECCIÓN I-



LA CONSISTENCIA PARA EL LOGRO DE LAS METAS

Cuando de crear una mentalidad alineada con la creación de una vida de éxito se trata, debes trabajar muy profundamente en el concepto de "COMPROMISO CONSISTENTE", que es un esquema conductual de la persona, en el que se manifiesta una coherencia entre lo que dice que desea lograr, lo que decide lograr, lo que hace para lograrlo y lo que sostiene en su accionar.





El mundo de nuestros sueños, anhelos, deseos y aspiraciones es todo aquello que está dentro de la mente como logros a lo largo de la vida y vas tejiendo mentalmente expectativas de cómo quieres que sea tu existencia.

La vida es en verdad un viaje. Todos tenemos nuestro cinturón de seguridad abrochado y nadie puede parar ese viaje. Cuando la partera nos pega la palmada en las nalgas y comenzamos a llorar, no hizo más que cortar el boleto de nuestro viaje.



Una vez que echas luz sobre esos deseos, debes creer en ti mismo y ya estarás a mitad de camino.

"La mejor forma de predecir el futuro es construirlo" decía Alan Kay, que en este segundo paso consiste en tomar la decisión de ir tras los sueños y ser artífices de su creación, atrevernos a desafiarnos a nosotros mismos decidiendo crear una nueva realidad para nuestras vidas.

Uno de los conceptos más poderosos de la creación de futuro, es poder salir de la ZONA DE CONFORT.

El mundo de los conquistadores de sueños está habitado por aquellas personas que tuvieron el coraje de hacerse preguntas que los movieron de esa Zona de Confort, la ZONA DE APRENDIZAJE es el espacio vital al que tienes que atrever a salir para ampliar tu visión del mundo.

Para aprender necesitas AVERIGUAR, preguntando a la gente y debes tener en cuenta hacerlo con cortesía y expectativa y la mayoría de las personas te darán información valiosa y útil.





Lo verdaderamente desafiante es sostener las acciones, cumplir los planes, tener la palabra con nosotros mismos. Cumplir con lo que agendamos y respetar el Plan de Acción.

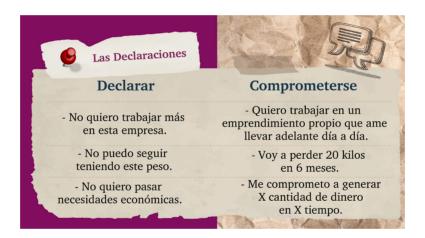


-SECCIÓN II-



LA DIFERENCIA ENTRE DECLARAR Y COMPROMETERSE

Cuando decides ir tras tus sueños, para convertirlos en una realidad de vida, estás declarando. La Declaración es el acto del lenguaje que permite generar un cambio, un antes y después que marca toda la diferencia, siempre y cuando, tras la Declaración, las acciones sean coherentes.





Una cosa es declarar y otra cosa es estar comprometido con lo declarado. Para que puedas cosechar resultados y alcanzar las metas, necesitas un verdadero **COMPROMISO**, primero contigo mismo y luego con el proyecto. Tener bien presente tu PROPÓSITO, el ¿para qué de lo declarado?, ¿qué queremos lograr realmente?, ¿qué beneficios nos va a generar?, ¿cómo va a cambiar tu vida si lo logras?

¿Cómo puede ser que el ACTO de hacer algo genere el PODER para HACERLO?





La voluntad es la "madre" de toda acción, es una de las principales cualidades humanas. La voluntad está íntimamente ligada con los hábitos. Se ha dicho que EL HÁBITO ES EL MEJOR DE LOS SIRVIENTES O EL PEOR DE LOS AMOS". LA VOLUNTAD ES ELIMINAR TODA POSTERGACIÓN Y HACER ALGO AHORA.

El ORDEN es lo que posibilita la CONSTANCIA, y ambos son los elementos básicos de la disciplina.



-SECCIÓN III-

CUIDANDO LOS DESVÍOS DEL CAMINO



Si pones energía y perseverancia en perseguir un solo objetivo, no podemos menos que alcanzarlo. Los grandes hombres de la historia han sido hombres enérgicos que concentraron sus fuerzas en un solo punto, hasta que obtuvieron el triunfo.

La motivación o el impulso de querer salir de la realidad para crear una nueva, es la carácterística principal del intelecto y tiene sus claves en la resistencia a la distracción y a la concentración en lo que se hace.



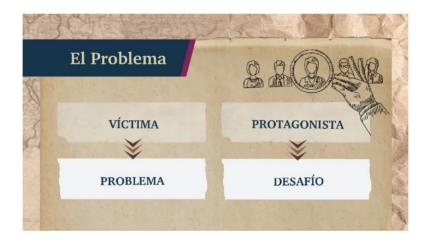


La **concentración** no es una penitencia ni una condición excepcional de la mente. Hay que evitar toda tensión.

Concentración es el nivel de intensidad que pongo en lo que estoy realizando y Preocupación es el proceso insensato de usar el hoy, para embrollar las oportunidades del mañana, con los restos de los problemas del ayer.



Puedes elegir pararte como víctima de lo que está sucediendo o, muy por el contrario, sentirte protagonista, y desde ese lugar tomar decisiones para salir de ese espacio de dificultad.



Un problema es un hecho, situación o cuestión que precisa de una determinada solución. Es un conflicto que se presenta como inconveniente para alcanzar ciertos objetivos o cierta estabilidad en distintos ámbitos.

LO DETERMINANTE ES DE QUÉ MODO TE VAS A PARAR FRENTE A ESO.

SIEMPRE DEBEMOS TENER EN CUENTA QUE LOS PROBLEMAS: Son instrumentos de predicción. Son oportunidades. Son bendiciones. Son lecciones. Están en todas partes. Son mensajes. Son solucionables.

-SECCIÓN IV-



LA IMPORTANCIA DE VOLVER SIEMPRE A LA VISIÓN

A todos nos pueden ocurrir situaciones adversas, o una falta de concentración, o dispersiones distractoras, o problemas de difente índole. Lo importante es tener absolutamente presente, la VISIÓN.

Si pudiste forjar una VISIÓN poderosa, clara, real, visible, te va a costar menos desviarte del camino.





- SECCIÓN V-



EL COMPROMISO EN LA PERCEPCIÓN Y LA ESCUCHA

Cuando estás habitando dentro de lo que hemos llamado el "Compromiso consistente", la manera en que percibes afuera y lo que "escuchas", será determinante a la hora de lograr la construcción de éxito.

Escuchar es en realidad la forma en que percibimos el mundo que nos rodea, escuchamos con nuestros oídos, sin embargo, escuchamos con todo nuestro ser.

Luego de recorrer todo este proceso le sumamos a lo percibido la propia carga de interpretación, emoción, ideas previas, estructura de personalidad.

Por lo que cuando hablamos de "escuchar" nos adentramos en un mundo enorme que tiene muchas aristas importantes de análisis.



Siempre estás eligiendo estar comprometido con algo.



Algunos ejemplos para comprender el cuadro anterior: Escucho a la mañana que en el programa de noticias dicen que, en un informe de la Cámara de Comercio, ha bajado el número de comercios abiertos por el cierre de x número importante en el último semestre.





Escucho bien, le sumo mi interpretación y concluyó: La noticia ha sido exactamente igual para ambas personas, sin embargo, cada uno escuchó algo distinto, dado desde su compromiso definimos ese compromiso en la escucha como aquellos lentes que te pones para ver la realidad que te rodea, pueden tener un color claro que permita ver todo lo que aparece ante tus ojos o por lo contrario pueden ser lentes oscuros que impidan ver y oscurezcan todo el mundo de posibilidades que hay alrededor.

Al llegar al final de la vida, cada persona experimenta una variedad de emociones, que incluyen negación, miedo, enojo, no arrepentimiento y eventualmente aceptación y esta lista es la gran enseñanza que nos dejan a partir de tus emociones:

- Siempre estás eligiendo y para no romper con la coherencia, debes estar muy atento a tus pensamientos, para poder intervenir en ellos de modo inmediato.
- La perseverancia parece ser una de las virtudes indispensables para que incluso las capacidades más innatas, puedan desarrollarse.



CONCLUSIONES CONCEPTOS CLAVES

- Necesitas construir CONSISTENCIA PARA SER EXITOSO.
- Declara y comprométete al mismo tiempo.
- Necesitas DESARROLLAR: ORDEN, CONSTANCIA Y DIS-CIPLINA.
- Permanece atento a los DESVÍOS DE LOS CAMINOS.
- Debes siempre volver a la VISIÓN, entrenando tu PER-CEPCIÓN.



EJERCICIOS





- SECCIÓN I-



¿ADÓNDE DESEARÍAS IR? HAZ UNA LISTA DE TUS CINCO SUEÑOS MÁS IMPORTANTES.

1				••••			
6							
2							• •
3							••
4				• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •			
5)			••••••		• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	
	IDENTIFI	CA LOS C	INCO MÁ	S ALTOS V	ALORES D	E TRASCENDE	N-
4	9	ÁN UN "A"				E TRASCENDE MÁS ALTAS M	
4	CIA. SER	ÁN UN "A"					
1	CIA. SERATAS EN LA	ÁN UN "A' A VIDA.	rajo" paf		FICAR TUS	MÁS ALTAS M	
1 2	CIA. SERATAS EN LA	ÁN UN "A' A VIDA.	rajo" par	RA IDENTIF	FICAR TUS	MÁS ALTAS M	
1 2 3	CIA. SERATAS EN LA	ÁN UN "A A VIDA.	rajo" par	RA IDENTIF	FICAR TUS	MÁS ALTAS M	
1 2 3 4	CIA. SERATAS EN LA	ÁN UN "A A VIDA.	rajo" par	RA IDENTIF	FICAR TUS	MÁS ALTAS M	
1 2 3 4 5	CIA. SERATAS EN LA	ÁN UN "A' A VIDA.	rajo" par	RA IDENTIF	FICAR TUS	MÁS ALTAS M	

3 ESCRIBE 5 FRASES QUE REALMENTE CREAS QUE TE DEBEN ACOMPAÑAR TODA TU VIDA.

5 ¿CUÁL ES MI VOCACIÓN?
6 ¿CUÁL ES MI VERDADERO OBJETIVO EN LA VIDA?
7 ¿QUÉ ES LO QUE MÁS ME INSPIRA?

¿QUÉ ACTIVIDAD O SERVICIO DE LA FUERZA ME EMPUJA A SEGUIR ADELANTE Y SER CADA DÍA UN POCO MEJOR? MI MISIÓN PERSONAL ES...

- SECCIÓN II-

		NSAJE HACIA TÍ MISMO E FORTALEZCA TU AUTOE	
	TEIGHT IN QUE BE		
	•••••		
		• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	
	•••••	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	•••••••••••••••••••••••••••••••••••••••
E	ESCRIBE TRES ME A DE LA AUTOEST	ENSAJES POSITIVOS POL	DEROSOS SOBRE LAS 3
	A DE LA AUTOEST	IIVIA.	
	AUTO-VALORACIÓN	AUTO-CONOCIMIENTO	AUTO-CONFIANZA
•			
•			
•			
			•••••••••••

PIENSA EN QUÉ ACTITUDES ESTÁS EN EXCESO DE AUTOESTIMA Y EN CUÁLES EN DÉFICIT DE AUTOESTIMA.

EXCESO DE AUTOESTIMA	DÉFICIT DE AUTOESTIMA
4 ANALIZA TUS EXCESOS Y DÉ	FICITS DE EXIGENCIA.
4 ANALIZA TUS EXCESOS Y DÉ	FICITS DE EXIGENCIA.
4 ANALIZA TUS EXCESOS Y DÉ	FICITS DE EXIGENCIA.
4 ANALIZA TUS EXCESOS Y DÉ	FICITS DE EXIGENCIA.

- SECCION III-

1	DIEZ COSAS INCREÍBLES QUE VAS HACER EL PRÓXIMO LUNES:
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
2	ESCRIBE CINCO AFIRMACIONES DE ABUNDANCIA
1	

	•••••	•••••	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • • •	•••••	• • • • • • • •	•••••
) •	•••••	•••••	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	•••••	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	•••••	•••••	•••••
) .	•••••	• • • • • •	• • • • • • • •	•••••	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • •	•••••	•••••	• • • • • •
					S: ANOT				
	SER EX								
, 	• • • • • • •	•••••	• • • • • • • • •		• • • • • • • • •		• • • • • • • • •	• • • • • • • • •	••••
	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	•••••	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • • •	••••
	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •		• • • • • • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • • •	• • • • • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • • •	•••••
	• • • • • • •	•••••	• • • • • • • •	• • • • • • • •	• • • • • • • • •	• • • • • • •	• • • • • • • •	• • • • • • • •	••••
	• • • • • • • •	•••••	• • • • • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • • •		• • • • • • • • •	• • • • • • • •	•••••
	• • • • • • •	•••••	• • • • • • • •	• • • • • • • •	• • • • • • • • •	• • • • • • • •	• • • • • • • •	• • • • • • • •	••••
	• • • • • • • • •	•••••	• • • • • • • • •	•••••	• • • • • • • • •	• • • • • • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • • •	••••
					S: ANOT				
	8								
••	• • • • • • • •	•••••	• • • • • • • •	•••••	• • • • • • • • •	• • • • • • • •	• • • • • • • •	• • • • • • • • •	•••••
••	• • • • • • • •	•••••	• • • • • • • •	• • • • • • • • •	• • • • • • • • •	• • • • • • • •	• • • • • • • • •	• • • • • • • • •	•••••
		• • • • • •	• • • • • • • •	• • • • • • • • •	• • • • • • • •	• • • • • • • •	• • • • • • • • •	• • • • • • • •	• • • • •

• •		 •	•					•		• •		•			•	 	•		•	•	 •				•	 •		•	•		•	•	•					•	 •			 •			•	 •		•			•	 •	•
•																																																					
• •																																																					
•																																																					
•																																																					
•	 •	 •	•	• •	•	•	• •	•	•	• •	 •	•	•	•	•	 •	•	•	•	• •	 •	•	•	•	•	 •	•	•	•	 •	•	•	•	• •	•	•	•	•	 •	•	•	 •	•	•	•	 •	•	•	• •	 •	•	 •	•

- SECCION IV-



CALIFICA DEL 1 AL 10, ¿CUÁL ES TU SITUACIÓN EN RELACIÓN CON EL CONCEPTO DE ABUNDANCIA EN CADA UNO DE LOS SI-GUIENTES ÍTEMS?:

PERSONAL	FAMILIAR	RELACIONAL	MATERIAL
	•••••••••••••••••••••••••••••••••••••••	••••••	•••••
			•••••
		•••••	•••••
		UCTAS SE MANIFIES ENCIAS QUE PAGAS.	
CONDUCTAS	S DE ESCASEZ	CONSECUE	NCIAS
••••••			•••••••
•••••			
•••••			
• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •		•••••	

TRAZA UN PLAN SEMANAL PARA GENERAR HÁBITOS DE ABUN-DANCIA, TENIENDO EN CUENTA DE INCORPORAR EN EL MISMO:

AGRADECIMIENTO	CONEXIÓN O	CON EL AQUÍ Y EL	AHORA ALEGI	RÍA ATENCIÓN
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	••••••	••••••	•••••	•••••
	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	•••••	
			•••••	•••••
			• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	

- SECCION V-



ESCRIBE TUS DECLARACIONES Y QUÉ ACCIONES MOSTRARÍAN CONSISTENCIA.

DECLARACIONES	ACCIONES
•••••••••••••••••••••••••••••••••••••••	
••••••	
2 TENIENDO EN CUENTA LOS O	GOMPROMISOS DECLARADOS EN
EL PUNTO 1, DETERMINA Y ES	SCRIBE UNA LISTA DE OPORTUNI- U VISIÓN REFLEJÁNDOLAS COMO
EL PUNTO 1, DETERMINA Y ES DADES QUE AYUDARÁN A TU	SCRIBE UNA LISTA DE OPORTUNI- U VISIÓN REFLEJÁNDOLAS COMO
EL PUNTO 1, DETERMINA Y ES DADES QUE AYUDARÁN A TU	SCRIBE UNA LISTA DE OPORTUNI- U VISIÓN REFLEJÁNDOLAS COMO
EL PUNTO 1, DETERMINA Y ES DADES QUE AYUDARÁN A TU	SCRIBE UNA LISTA DE OPORTUNI- U VISIÓN REFLEJÁNDOLAS COMO
EL PUNTO 1, DETERMINA Y ES DADES QUE AYUDARÁN A TU	SCRIBE UNA LISTA DE OPORTUNI- U VISIÓN REFLEJÁNDOLAS COMO
EL PUNTO 1, DETERMINA Y ES DADES QUE AYUDARÁN A TU	SCRIBE UNA LISTA DE OPORTUNI- U VISIÓN REFLEJÁNDOLAS COMO
EL PUNTO 1, DETERMINA Y ES DADES QUE AYUDARÁN A TU	SCRIBE UNA LISTA DE OPORTUNI- U VISIÓN REFLEJÁNDOLAS COMO
EL PUNTO 1, DETERMINA Y ES DADES QUE AYUDARÁN A TU	SCRIBE UNA LISTA DE OPORTUNI- U VISIÓN REFLEJÁNDOLAS COMO

CONCLUSIONES DE LA ESFERA MENTALIDAD

RELEGIERE

••••	•••	•••	• •	• • •	•••	• • •	• • •	•••	• • •	• •	• • •	••	• • •	• • •	• • •	• • •	•••	• • •	•••	••	• • •	• • •	• • •	• • •	• • •	• • •	• • •	• • •	•••	
••••	•••	•••	••	•••	•••	•••	••	•••	•••	••	•••	••	•••	•••	•••	•••	•••	•••	•••	••	•••	••	• • •	•••	• • •	• • •	• •	•••	•••	
••••	•••	• • •	• •		•••	• • •	•••	•••	•••	•••	•••	••		•••	•••	•••	•••	•••	•••	• •	•••	•••		•••		• • •	• •	•••	•••	
••••	•••	•••	••	•••	• • •	•••	•••	• • •	•••	••	•••	••	•••	• • •	• • •	• • •	•••	• • •	•••	••	•••	••		• • •	• • •	• • •	• • •	• • •	•••	
••••	•••	•••	•••	•••		• • •	• • •	• • •	•••	••	•••	••	•••		• • •		• • •		•••	• •		•••	•••	• • •		• • •	• • •	• • •	•••	
••••	•••	•••	••	•••	• • •	•••	••	• • •	•••	••	•••	••	•••	•••	•••	•••	•••	•••	•••	••	•••	••	•••	• • •	•••	• • •	• • •	• • •	•••	
••••	•••	•••	• •	•••	•••	• • •	•••	•••	• • •	••	•••	••	•••		• • •		• • •		•••	••		••		• • •		• • •	• • •	•••	•••	
••••	•••	•••	••	•••	•••	• • •	•••	•••	•••	••	•••		• • •	•••	• • •	•••	• • •	•••	•••	••	•••	•••		• • •		• • •	• • •	•••	•••	
••••	•••	•••	••	•••	•••	•••	•••	•••	•••	••	•••	••	•••	•••	•••	•••	•••	•••	•••	••	•••	••		•••	• • •		• • •	•••	•••	
••••	•••		• •		•••	• • •	•••	•••	• • •	•••	•••				• • •		• • •			• •	•••	•••		• • •		• • •	• • •	•••	•••	
••••	•••	•••	• •	•••	•••	• • •		•••	• • •	••	•••	••	•••				•••		•••	••		••		• • •			• • •	•••	•••	
••••	•••	•••	••	•••	•••	•••	••	•••	•••	••	•••		•••	•••	•••	•••	•••	•••	•••		•••	••		•••	•••	• • •	• • •	•••	•••	
••••	•••	• • •	• •	•••	•••	• • •		•••	• • •	••	•••		• • •		• • •		• • •		•••	• •		•••		• • •			• • •	• • •	•••	



