

Descubre los cuatro pasos básicos para reclamar tu vida ¡Empieza a vivir plenamente hoy!



La publicidad siempre ha promovido soluciones rápidas, pero cada día parece ser peor. En todas partes vemos anuncios ofreciendo soluciones rápidas a problemas personales o empresariales. Me sorprende la cantidad de personas dispuestas a soportar los efectos secundarios horribles de una pastilla en lugar de cambiar sus hábitos. La verdad es que no hay una fórmula mágica, pero hay principios básicos que, si se implementan completamente, pueden hacer que te sientas como si tuvieras esa fórmula mágica.

En nuestra sociedad, es común tratar los síntomas en lugar de descubrir la causa y tomar medidas para cambiarla. Esto es especialmente cierto en temas de salud, relaciones personales, adicciones, finanzas y estilo de vida, así como en el mundo empresarial. Es importante asumir la responsabilidad y tomar

medidas constructivas para solucionar los problemas en lugar de buscar soluciones rápidas e inmediatas.

En el mundo empresarial, se considera que la solución rápida es la clave del éxito. Es por eso que el lanzamiento rápido para hacerse rico es uno de los mayores generadores de ingresos para los especialistas en marketing, seguido de cerca por la siguiente herramienta engañosa que, por supuesto, lo hará rico en este momento.

Es común escuchar a alguien decir: «Véndales lo que quieren, no lo que necesitan». Incluso personas aparentemente inteligentes que saben que la solución rápida no es real, todavía la compran con la esperanza de que funcione. Es parte de la naturaleza humana, querer estar a la vanguardia de las novedades. Pero si nos tomamos un momento para reflexionar, respirar profundamente y escuchar nuestra voz interior, sabremos que nada de eso es verdad. La verdad es que todo comienza y termina con nosotros mismos.

Si estás listo para asumir la responsabilidad de tu vida y crear tu futuro, ¿por dónde empezar?

Hay 4 áreas centrales, que yo llamo planos básicos, que requieren tu atención si quieres tener una vida que fluya con tu verdadera pasión y propósito. Cuando hayas creado los 4 planos y las 4 áreas funcionen al nivel que te satisfaga, entonces tu vida será más pacífica y sin esfuerzo de lo que jamás imaginaste que podría ser.

Lo mejor de todo es que no se requiere una bala mágica. Simplemente, necesitas trabajar en estas 4 áreas esenciales y estar dispuesto a tomar acción en ellas:

1. Tu mente y emociones: Aprender a controlar tus pensamientos y emociones para poder tomar decisiones

claras y efectivas.

2. Tu cuerpo y salud: Cuidar tu cuerpo y tu salud para poder tener la energía y la vitalidad necesarias para perseguir tus sueños.
3. Tus relaciones: Aprender a construir relaciones saludables y significativas para poder apoyarte mutuamente en tus objetivos y metas.
4. Tu propósito y pasión: Descubrir cuál es tu verdadero propósito y pasión en la vida y trabajar en él para poder vivir una vida plena y satisfactoria.

Si trabajas en estas 4 áreas esenciales, podrás crear la vida que siempre has querido y vivir sin estrés y sin esfuerzo. ¡Todo comienza contigo!

Durante las próximas 4 semanas, nos enfocaremos en profundizar en cada una de estas áreas:

- Introspección y descubrimiento del propósito
- Planificación de la vida de tus sueños
- Habilidades de ventas / marketing / comunicación
- Mentoría para tu vida y tu negocio

Te invito a que ahora mismo leas en voz alta cada una de estas 4 líneas y que notes la sensación en tu cuerpo cuando las dices.

¿Sientes tensión? ¿Se te aprieta el estómago? ¿Tus hombros se tensan o se relajan?

¿Tomas un respiro relajado?

¿Qué pensamientos te vienen a la mente? ¿Qué imágenes aparecen en tu cabeza?

Estos son indicadores de dónde te sientes cómodo y seguro y dónde sabes que necesitas ayuda. **Si prestas mucha atención a tus reacciones, también sentirás cuánta resistencia tienes para hacer algo sobre tu situación actual en relación a esa**

área de tu vida.

¿No es sorprendente la cantidad de información que puedes descubrir sobre ti mismo al verbalizar y luego ser consciente de tu reacción?

Escucha lo que realmente necesitas y avanza hacia esas cosas primero.