

3ra. Edición

ESTEBAN RADA CASTILLO

COMPROMISO IRREVOCABLE PARA EL ÉXITO

COMO FUTURO UNIVERSITARIO Y
PROFESIONAL

La Gran Promesa



Grupo Editorial

Kipus

COMPROMISO IRREVOCABLE PARA EL ÉXITO COMO FUTURO UNIVERSITARIO Y PROFESIONAL

—*La Gran Promesa de Cambio*—

Nuestra tarea es captar información para nutrir nuestros conocimientos, tomar decisiones para desplazarnos libremente en un mundo competitivo, vivir con plenitud para acercarnos a Dios, luego volver para distribuir las enseñanzas y ayudar a los demás.

No se pretende dar una receta infalible, ni prometerte que te transformarás en un súper estudiante o profesional, solo te dotare de herramientas que te ayuden a conocerte a ti mismo y puedas adoptar acciones inmediatas, desde la adopción de un nuevo estilo de vida para ejecutar tus tareas o roles, hasta el logro de tus objetivos.

La causa de muchas de las insatisfacciones en nuestra vida, es que no sabemos qué queremos, cuáles son nuestras prioridades y cómo vivirlas. Para saberlo, lo primero que tenemos que tener claro es la dirección a la cual queremos dirigirnos.

Pensar, decidir y actuar como un estudiante o profesional estratégico, es una responsabilidad tuya. La planificación personal, le dará sentido y direccionalidad a tu vida.

En nuestra vida hay momentos en los que conviene hacer un alto para reflexionar y orientar nuestros objetivos, esclarecer nuestros sueños y desarrollar la visión de nuestro futuro reflexionando y respondiéndonos ¿Quién eres?, ¿Qué quieres?, ¿Qué sabes hacer?, ¿A dónde vas? y a ¿Dónde quieres llegar?”.

Emprenderlo parecerá duro, pero será el inicio de tu nueva vida y mientras encuentras tú razón de ser hazte un favor: no copies a los demás, no hagas cosas ni sigas a nadie tan solo porque otros

1. EL PODER DE LA MENTE SUBCONSCIENTE

Dentro de las profundidades del subconsciente existen palabras, frases y hasta reglas infinitas que revelan tu manera de ser, de ver la vida, de enfocarte, de tomar decisiones y otras, por lo tanto juega un papel importante en los procesos del pensamiento.

Aquí nacen los bloqueos mentales emocionales, que son las creencias, miedos, ideas, paradigmas, juicios de nosotros mismos y de todo lo que nos rodea, que muchas veces nos anclan en nuestra zona de confort, limitándonos en nuestra toma de decisiones.

1.1. Bloqueos mentales emocionales

Los bloqueos mentales emocionales, son resistencias provocada por la negación de algún pensamiento o emoción. Es una especie de mecanismo de defensa que se pone en marcha automáticamente cuando nuestra mente quiere mantener alejadas aquellas ideas o sentimientos que pueden perturbarnos.

En la mayoría de los casos, es un obstáculo que nos impide avanzar, generando emociones negativas como el miedo, timidez, tristeza, culpabilidad, enfado entre otras, que resta capacidades para sentir, pensar con libertad y tomar decisiones.

Los bloqueos emocionales nos impiden crecer, ya que nos mantienen sometidos al miedo o a creencias limitantes que no tienen razón de ser. Por tanto, para eliminar un bloqueo mental hace falta que nos enfrentemos a su carga emocional y descubramos cuál es su origen.

Aunque las sensaciones que genera un bloqueo mental suelen ser muy desagradables, lo cierto es que se trata de una señal de alarma y, como tal, debemos prestarle atención. De hecho, en algunas ocasiones los bloqueos emocionales nos protegen de sentimientos, pensamientos o emociones que no estamos preparados para enfrentar en ese momento, pues no contamos con los recursos necesarios.

En otros casos, ese bloqueo puede estar indicándonos que la forma en la que estamos manejando algunos aspectos de nuestra vida no es la más adecuada y deberíamos reflexionar al respecto. Por tanto, sufrir un bloqueo emocional también puede convertirse en una oportunidad para cambiar y mejorar. Recuerda que no se trata de ocultar las preocupaciones y obviar los sentimientos, sino de enfrentarlos y salir fortalecidos de esa experiencia.

1.2. ¿Cómo podemos desbloquearnos?

Lo que te propongo no es una receta, son ejercicios que posibilitarán fortalecer tus pensamientos, actitudes, valores y toma de decisiones, mediante la repetición de palabras, frases etc, para librar los patrones mentales que te perjudican para alcanzar tus sueños.

La intención es que te conozcas más y tomes acción ante la presencia de posibles bloqueos mentales emocionales que te pueden perjudicar en tu toma de decisiones.

¿Estás listo para escribir la primera página de tu libro?
Comencemos:

En un cuaderno escribe “Reconocimiento de patrones mentales o bloqueos mentales”, aquí detallaras los miedos, ideas y creencias que tienes de ti y de las personas que te rodean.

Luego por el lapso de 7 días te escucharás y escribirás, las palabras negativas y positivas que dices y te dices a ti diariamente. Seguidamente las palabras o frases negativas y positivas que te dicen otras personas.

Por otro lado, escribirás si tienes adicciones Ejm.: –ver mucha televisión, estar sumergido en el internet o en tu celular, salir con amigos excesivamente, etc.

Hazte una Auditoria Personal –listar las cosas positivas y negativas sobre ti–.

1.3. Tomemos acción

Las palabras son el principio de la creación, construimos nuestro destino a partir de las palabras, donde el subconsciente toma éstas palabras permanentemente y construye con ellas programas mentales -ideas, creencias, paradigmas-, ante cualquier estímulo estos programas de la mente subconsciente envían a tu mente consciente las imágenes y sonidos de esos programas mentales y eso conocemos como pensamientos, los pensamientos son los sonidos e imágenes mentales de estos programas mentales –tú piensas en imágenes, tú piensas en sonidos–

Dime que hablas y te diré quién eres... si quieres asumir hoy la responsabilidad de tu vida tienes que asumir la responsabilidad de tu boca y en lo que escuchas.

“Si tu gravas metal, no esperes que te salga reggae”

Escucha Audiolibros y ve videos de desarrollo personal y autoestima, para activar el subconsciente, mediante la repetición de frases, oraciones, palabras, lo cual posibilita –paulatinamente– la liberación de patrones mentales que perjudican la toma de decisiones.

Efectuar Técnicas de EFT “técnica de liberación emocional” que consiste en dar golpecitos con los dedos, en una serie de puntos de acupuntura y a la vez, nos focalizamos en el bloqueo mental emocional, o en los campos psicosomáticos a tratar, producto del reconocimiento de los patrones mentales detectados.

Efectuar “Meditación” técnica que nos ayuda a autoconocernos, a tener mayor concentración, relajación, capacidad de solucionar problemas, creatividad y consciencia de nosotros mismos.

Crear programas mentales, sujeto a nuestros sueños, propósito de vida y las metas personales.

2. LOS SUEÑOS Y LAS LLAVES PARA HACERLAS REALIDAD

El libro que tienes en tus manos está hecho de la pasta que se hacen los sueños, pero no unos cualesquiera, sino de los sueños que empiezan como una pequeña locura, que poco a poco se convierten en una remota posibilidad, y que decides guardar en algún rincón de tu mente.

Para mucha gente estos sueños no son sino tonterías, chiquilladas, que terminarán sus días olvidados como los juguetes en un trastero abandonado. Víctimas de una educación que pide realismo, estos sueños no conseguirán superar los juicios aplicados desde la zona de confort. ¡No arriesgues, vete a lo seguro! ¡Soñar es de locos! Por suerte, cada vez son más los que se niegan a creer que su sueño es sólo eso. Una ilusión imposible. Un sin sentido que se les ocurrió en una animada tarde charlando con unos amigos y que tendrían que olvidar. En una sociedad en la que la inercia y la presión social exigen cada vez más resultados a corto plazo, está surgiendo una nueva raza de cumplidores de sueños que se resisten a contemplar cómo su intuición, talento y futuro se desaprovechan haciendo más de lo mismo. No puede ser que mi vida se limite a repetir cada día las mismas rutinas. ¡Tiene que haber otra forma de vivirla!

Deseo –uno de los principales– para ello sueña enfoca lo que quieres que sea tu vida, tu destino, a donde quieres llegar, que realmente deseas en la vida –considerando tres áreas básicas– (1) personales, familiares y espirituales; (2) profesionales y de negocio y (3) auto crecimiento y desarrollo personal, defínelo y la pasión nacerá en ti, empezarás a trazar y definir metas para convertirlos en realidad. El entusiasmo, compromiso y la perseverancia serán el valor agregado o condimentos necesarios, porque tendrás que fragmentar algunos hábitos que estuvieron contigo hasta hoy.

¿QUIÉN ERES?

...un aventurero en la vida cuyo único objetivo es dormir, comer, ver tele y morir.

...alguien que pasa por la vida como si fuera una autopista que desea recorrer a velocidad vertiginosa hacia la muerte, vivir sin vivir, sin ningún sentido existencial.

...alguien que se cree inmortal, que dejas pasar las oportunidades como si nunca fueras a morir y lo que hoy deberías realizar sólo es esperanza de que mañana lo lograras.

...un espectador pasivo sentado a la orilla del camino esperando que el destino te despierte.

o eres... *un ser inconforme del mundo actual dispuesto a ser un protagonista del cambio, aportando soluciones positivas, decidido a construir el mundo del mañana, capaz de arriesgarlo todo por hacer valer la verdad.*

...un ser comprometido dispuesto a apostar la vida por realizar tus sueños, a caminar todos los días al encuentro de las oportunidades, ejercer tu libertad confrontando y desafiando a aquellos que destruyen los valores fundamentales.

...un ser llamado a traspasar la barrera del tiempo, para permanecer por siempre en el corazón de tus hijos, pareja y personas que nos rodean, pero además en la memoria universal como un ser que cumplió en su tiempo su misión histórica, alguien que decidió ser hijo de Dios a través de sus acciones, entrega y amor.

***Seguro que ése eres tú:
El líder que el mundo necesita.***

ÍNDICE

PRÓLOGO	7
INTRODUCCIÓN	9
COMPROMISO IRREVOCABLE PARA EL ÉXITO COMO FUTURO UNIVERSITARIO Y PROFESIONAL	
1. El poder de la mente subconsciente	13
1.1. Bloqueos mentales emocionales	13
1.2. ¿Cómo podemos desbloquearnos?	14
1.3. Tomemos acción	15
2. Los sueños y las llaves para hacerlas realidad	16
Quien eres	18
Aprendí y decidí	20
El día de hoy	21
3. Enfrentando los hábitos	23
Muere Lentamente	24
4. Afilate para ser proactivo	25
Eres	26
5. Carrera contra el tiempo	27
6. Fortalezcamos nuestras ambiciones	28
7. Empecemos con un fin en la mente	29
Identifica que clase de mente tienes	29
8. Inversiones para alcanzar el tiempo	31
9. Genio se nace, y a imbécil se llega	32
9.1. Lo que no debemos ser imbéciles	32
Despierta	33
DEL DICHO AL HECHO	
ÉXITO COMO FUTURO UNIVERSITARIO Y PROFESIONAL	
1. Para alcanzar el éxito	37
2. Afilando la sierra	39
3. Tres grandes verdades que no debes olvidar	41
Conócete y conquítate a ti mismo	44
4. Bases para una fijación de metas	45
4.1. Atrévete a soñar	46
4.2. Plan de acción. Del sueño a la realidad	49
4.2.1 Seguimiento y Monitoreo	50
4.3 Motívate	50
Del sueño a la realidad	51

COMPROMISO IRREVOCABLE PARA EL ÉXITO COMO FUTURO UNIVERSITARIO Y PROFESIONAL

—La Gran Promesa de Cambio—

COMPAÑEROS DE VIAJE

Grandes verdades	58
Pónete en acción.....	59
Corre todo lo que puedas.....	59
Recursos del ser humano.....	60
Recuerda quien eres.....	61
Aprende a	62
El triunfador y el perdedor	63
Piensa que puedes y podrás.....	64
Cretividad	65
Fracaso no significa.....	66
Reflexiones: El mediocre y el ser excelente.....	67
Tienes derecho..., pero no debes.....	68

CUENTOS PARA FORTALECER LA ACTITUD VALORES Y LA TOMA DE DECISIONES

Fijar metas altas.....	71
Correr riesgos	71
Los dos halcones	72
Los obstáculos en nuestro caminos	73
¿Cuánto vales?.....	74
¿Qué desearía ser?.....	76
El jarrón y las rocas.....	78
Los tres leones.....	80
El empujón que todos necesitamos	81
La importancia del tiempo.....	82

INGREDIENTES PARA EL LOGRO DE NUESTRAS METAS

Errores del ser humano.....	84
Frases sabias para fijar metas	85
Trabajemos en	86
Lo que no se debe decir.....	86
Referencias	88