

Otro Aporte Transformacional de la Serie:

in-Podérate!™

Enciende La Llama de La Automotivación

Rompe el mito y vive tus sueños

Por
Edward A. Rodriguez
Conferencista Transformacional
Coach de In-Poderamiento • Autor



www.EdwardRodriguez.com

Enciende La Llama de
La Automotivación
Rompe el mito y vive tus sueños

Otro Aporte Transformacional de la Serie:

in-Poderate![™]

Enciende
La Llama de
La Automotivación
Rompe el mito y vive tus sueños

Enciende La Llama de La Automotivación

Rompe el mito y vive tus sueños

El poder controlar tu propia motivación es la base del éxito. Ya sea que tu quieras rebajar de peso, cambiar de carrera, aprender inglés, aumentar tus ventas, o ser una mejor persona, necesitas motivación. Pero ¿cómo puedes conseguir estar motivado todos los días para alcanzar tus objetivos?

La motivación es esa llama interna que nos lleva a tomar acción hacia la realización de nuestros sueños y desafortunadamente es un desafío diario que enfrentamos. Una cosa es lograr conseguir la motivación y otra el mantenernos motivado. Si no actúas, tus sueños mueren.

La falta de motivación nos causa frustración, llevándonos a posponer nuestras metas y a la baja autoestima. Todos tenemos 24 horas cada día, entonces, ¿cómo es posible que algunas personas alcanzan grandes logros en sus vidas, mientras otras sólo logran lo suficiente como para sobrevivir?

En mi experiencia trabajando con miles de personas en mis seminarios y conferencias alrededor de todo el mundo me he dado cuenta de que hay un mito, una falsa creencia sobre la motivación que los mantiene engañados y muy lejos de vivir al máximo este pequeño paréntesis en la eternidad que todos llamamos vida.

Piensa por un momento en el tipo de persona en quien quieres convertirte o en las cosas lindas que quieres lograr. Te aseguro que es muy posible que este mito te mantenga lejos de alcanzarlo. No sólo te está robado grandes riquezas, sino también, la realización de tus sueños.

Desde que yo tenía 17 años de edad tuve el sueño de positivamente influenciar las vidas de miles y, algún día, millones. Pero por mucho tiempo fui mi peor enemigo al permitir que mis sueños fueran rehenes de mi desmotivación. Todo esto terminó al romper el mito. Esto hecho cambió mi vida para siempre y hoy vivo mis sueños en plenitud.

Prepárate a triunfar, porque los días de rendirte a la desmotivación finalmente se acabarán. A medida que leas este capítulo descubrirás el gran mito que existe relacionado a esta área tan importante del desarrollo y la superación personal.

Compartiré contigo la formula de automotivación que no sólo ha transformado mi vida, sino las vidas de miles de hombres y mujeres quienes hoy disfrutan de abundancia, prosperidad y felicidad.

Para lograr crear tu propia “batería” de automotivación que te permita tomar acción constantemente hacia la realización de tus sueños, primero...

Rompe el mito

¿Estás tomando acción hacia el cumplimiento de tus metas?,
¿Estás ejercitando tu cuerpo?, ¿Dejaste de fumar?, ¿Estás comiendo mejor?, ¿Te estás levantando a la hora que te propusiste?,
¿Mejoraste la relación con ese ser querido? ¿Estás subiendo tus ventas?, ¿Estás acercando la fecha de abrir tu propio negocio?,
¿Estás cumpliendo lo que te propusiste al principio del año?

Es obvio que para tu poder responder que "sí" a cualquiera de estas preguntas, debes estar tomando acción constante en dirección a tus objetivos.

Desafortunadamente, más del 90% de las personas que se fijan metas, nunca las cumplen, y ¿sabes por qué? porque la mayoría de ellas piensan que la acción es un producto de la motivación y están esperando estar motivadas ANTES de tomar acción. Esto es un tremendo error y le está robando la vida.

Déjame explicarte:

Digamos que lees un libro de superación personal, o asistes a un taller y escuchas a un "motivador". Te sientes motivado, excitado y muy comprometido en cumplir tus metas, pero en dos o tres días, esa "motivación" se la llevó el viento.

Ahora te sientes desanimado, o sencillamente, sigues viviendo tu vida cotidianamente, sabiendo que es posible lograr más, pero no sientes el deseo que antes tenias de tomar acción.

¿Te suena familiar?, ¿Conoces a alguien a quien le haya pasado esto?, ¿Te ha pasado a ti?

Esto sucede porque la motivación que obtienes al leer un libro, escuchar a un "motivador" o asistir a un evento de superación personal **NO ES BASADA EN TUS PROPIOS RESULTADOS**, sino en los **FUTUROS** resultados que estas tratando de conseguir.

Como esta no es una motivación basada en tus propios resultados, es una motivación superficial o hueca, y puede ser destruida fácilmente por tus miedos, dudas, creencias limitantes, o las críticas de quienes te rodean.

Como puedes ver, este tipo de motivación te va a llevar a vivir una vida estancada, porque si sólo tomas acción cuando te sientes motivado, y la motivación que sientes no es duradera, entonces ¿cómo piensas lograr el éxito el cual sólo puedes alcanzar con acción enfocada y constante? Permíteme mostrarte...

...LA FÓRMULA DEL MITO QUE TE LLEVA A LA DESMOTIVACIÓN

Motivación > Acción > Resultados

En otras palabras, esto es vivir tu vida bajo la falsa idea de que la motivación viene antes de la acción. Yo te garantizo que si piensas así, serás una víctima perpetua de tu propia "motivación" y vivirás en un constante sube y baja emocional.

Quiero hacerte la observación de que no te estoy diciendo que no creo en los libros ni en los seminarios, **TODO LO CONTRARIO**. Mi vida ha sido transformada por lo que yo he aprendido de otros. Tú debes estar continuamente aprendiendo y creciendo. El problema radica en lo que utilices para motivarte.

Es posible que tú hayas escuchado la frase:

"Camarón que se duerme se lo lleva la corriente"

Lo que no nos dice esta frase es que la razón que él se durmió es porque se cansó de esperar estar motivado para tomar acción y la corriente de los desafíos de la vida, la corriente de los días perdidos y la corriente de una vida sin logros, se lo llevó.

¿Cómo desarrollar la verdadera motivación?

Desarrolla Un Futuro Brillante

¿Para qué quieres estar motivado? Es obvio que si quieres estar motivado necesitas un motivo y esto es muy personal. ¿Quieres más dinero? ¿La casa de tus sueños? ¿El auto del año? ¿Una nueva carrera? ¿Qué quieres lograr en tu vida? ¿Qué tipo de persona quieres ser?

Tus sueños te dan dirección y son el combustible de la motivación duradera pero desafortunadamente, la mayoría de las personas no saben lo que quieren. El soñar es tu habilidad de ver el futuro en tu mente por adelantado. Tal como dijo Peter Drucker: “La mejor forma de predecir el futuro es crearlo”.

Mira a tu alrededor. Todo lo que ves comenzó con el sueño de alguien quien lo concibió en su mente y luego lo creó. Este sueño dio luz a una acción y la acción lo convirtió en realidad. Para que algo suceda en el mundo real, primero tiene que suceder en tu mundo interno.

Todos tenemos sueños y vienen en diferentes tamaños. Muchos los llaman planes, esperanzas, aspiraciones, intenciones, deseos, etc. Tener sueños es algo básico de la naturaleza humana ya que somos las únicas criaturas con la capacidad de soñar.

Muchos de nosotros comenzamos con un sueño sólo para dejarlo morir, o peor aun, permitimos que otros lo maten.

Lamentablemente, sin un sueño, tus acciones se convierten en algo aburrido y trabajoso.

Muchas veces ponemos excusas como que somos muy viejos, muy pobres, o que no tenemos educación y nuestros sueños se desboronan. Llegamos al momento donde se nos hace menos doloroso dejar de soñar que tener otra “derrota” y sencillamente dejamos nuestros sueños morir...y vivimos desmotivados.

Para mi hay tres tipos de personas: Aquellos que sueñan y no toman acción, aquellos que sueñan y toman acción y aquellos que se desmotivan y dejaron sus sueños morir. ¿Quién eres tú?

Tus sueños tienen la oportunidad de convertirse en realidad y para ello debes tomar en consideración lo siguiente. He notado que una de las diferencias mas importantes entre las personas que son exitosas y aquellas que viven sus vidas limitadas es que se enfocan en su pasado y no en su presente para crear su futuro.

Si vives de tu pasado, de tu memoria y malas experiencias, es muy posible que tu pasado este destinado a repetirse. Si te enfocas en tu presente, siempre encontrarás que tienes opciones o decisiones que tomar para mejorar tus circunstancias.

¡Imagínate conduciendo el auto de tu vida con tus ojos mirando al espejo retrovisor! No importa cuánto has luchado y cuántos inconvenientes hayas tenido en tu pasado, cada momento te brinda un oportunidad para crear nuevos resultados.

El tener un sueño es importante al hablar de tu automotivación. Cuando tu mente tiene un blanco o un objetivo, se enfoca en él hasta lograrlo.

Dijo Van Gogh “Yo sueño mis pinturas y luego pinto mis sueños”

¿Recuerdas cuando creías en Santa Claus y te anteponías a su llegada?, ¿Recuerdas cuando se aproximaban tus últimas vacaciones? o ¿Recuerdas cuando ibas a salir por primera vez con la pareja de quien estabas enamorado?. ¿Qué tienen todos esos momentos en común? ¡Tú deseabas que llegaran lo antes posible!. Cada vez que pensabas en ellos te llenabas de entusiasmo y te motivaba.

Tus sueños, cuando son bien establecidos, se convertirán en una fuente constante de automotivación.

Para desarrollar un futuro brillante:

- a) Haz una lista de lo que quieres lograr en tu vida.
¿Qué estuvieras haciendo si supieras que no puedes fallar?
- b) ¿Para cuando lo quieres lograr? Una vez escuché que las metas son sueños con fechas de vencimiento. Una de las razones por las que muchos de los sueños nunca dejan de ser sueños es porque no tienen una fecha para su cumplimiento.
- c) Sueña en grande. Michael Ángel dijo que la mayoría de las personas fracasan, no por que apuntaron alto y fallaron pero porque apuntaron bajito y pegaron.
- d) ¿Por qué lo quieres? Tus razones deben inspirarte. Piensa cómo el convertir tus sueños en realidad va a impactar tu vida, la vida de tus hijos y las vidas de los demás. Las razones por las que quieres lograr tus metas son más importantes que las metas en si mismas. Estas razones son precisamente la fuente de motivación que te mantendrán siguiendo hacia delante, aun en momentos de desafíos.

- e) Todos los días, justo al levantarte, lee la lista de tus sueños y las razones por las que lo quieres lograr.

Al seguir estos pasos, estarás formando las bases que te permitirán retomar el control de tu vida y convertirte en el creador de tu futuro.

Ya rompiste el mito y tienes un futuro brillante. Ahora sólo te falta cruzar un puente...el puente que une lo interno con lo externo; el único puente que puede hacer realidad tus sueños. Este puente es el primer ingrediente en la fórmula de automotivación practicada por las personas exitosas. Este puente te dará las llaves para abrir la puerta a la verdadera fuente de la motivación. ¿Estas listo?

Toma Acción. Tendrás las bases de la motivación duradera.

El punto de partida para conseguir y lograr mantenerte motivado comienza con cambiar tu forma de pensar con relación a la motivación.

Como debes saber, hay dos formas en las que somos motivados: el Dolor y Placer.

Las personas se mueven sin ningún tipo de problemas hacia el placer, especialmente cuando la gratificación es instantánea. El inconveniente es que las personas que son motivadas a tomar acción sólo cuando estas le dan placer tendrán dificultad en hacer las cosas que no son placenteras pero que sí son necesarias para su éxito.

Las personas que son motivadas sólo cuando sienten dolor no tomarán acción hasta que sus circunstancias se tornen lo suficientemente difíciles o dolorosas. Para actuar, ellas esperan llegar a que económicamente no les vaya bien, su relación de pareja esté en dificultad, o cuando en su empleo le digan que si sigue así lo van a despedir.

La clave para lograr tus sueños es poder fácilmente hacer las cosas que no son placenteras pero necesarias. Es precisamente por eso que determinar las razones por las que quieres lograrlos es tan importante. Estas razones son las que te mantendrán tomando acción, aun cuando estas acciones no te gusten.

¿Quieres el secreto de la automotivación? Es la Motivación Basada en Acción (no lo contrario). Esta motivación es poderosa y duradera y te conduce a tomar más acción, creando un círculo de éxito natural.

El tomar acción constante en dirección a la realización de tus sueños (aun cuando esta acción no sea placentera) es la base sólida de la automotivación. Yo la llamo Motivación Orgánica porque en vez de estar basada en futuros resultados o en resultados de otras personas, está basada en tus propios resultados.

La verdadera motivación es un producto de resultados reales, los cuales son el producto de acciones simples y sencillas que tu tomas en la dirección de tus metas (lee esto de nuevo). Como vas a notar, esta motivación está al final de...

...LA FÓRMULA DEL AUTOMOTIVACIÓN Y EL ÉXITO **Acción > Resultados > Automotivación**

En otras palabras, tu tomas acción, estas acciones te traen buenos resultados y estos resultados son los que te van a dar la motivación para seguir tomando las acciones que te van a seguir dando los resultados que te van a seguir motivando para seguir tomando las acciones...y así sucesivamente; tú tienes la idea.

Cuando lo haces de esta manera, tu motivación va a ser "vivencial", en vez de artificial. Esta motivación está basada en la REALIDAD.

Sácale Provecho a La Desmotivación

Con frecuencia mis clientes de Coaching me preguntan cómo dejar de auto-sabotearse, incrementar su disciplina o acabar con posponer...el no dejar para mañana lo que saben que deben hacer hoy.

La mayoría de la gente no se da cuenta que en muchos de los casos, el posponer, las conductas de autosabotaje y la falta de disciplina son "hijos" de la desmotivación, en otras palabras, es fácil caer presa de estos hábitos negativos cuando te sientes desmotivado.

El enfrentarte a tareas ordinarias como lograr levantarte temprano cada mañana o el dejar de postergar son las verdaderas pruebas a tu motivación.

Yo pienso que la desmotivación puede ser una de los grandes constructores de éxito que puede existir. Antes de que pienses que me estoy perdiendo la mente, déjame explicarte.

Cuando te sientes desmotivado, no quieres tomar acción y te sientes sin deseos de hacer aquello que sabes que tienes que hacer. Es precisamente en ese momento donde tienes la oportunidad de crear tu futuro; es en ese momento que la vida te ofrece para tomar una decisión que puede, literalmente, cambiar el rumbo de tu vida.

Por un lado puedes decidir postergar tus sueños o por otro lado mantener tu compromiso con hacerlos realidad... sea cual fuere tu decisión, es justo en ese momento donde se determina tu destino.

Así como el acero se forja en el fuego, tu futuro toma forma en los momentos de desmotivación. Toma acción en la dirección de tus sueños, especialmente cuando te sientas desmotivado y te sorprenderás en quién te convertirás.

¿Qué pasa si tomas acción y los resultados que obtienes no son buenos?

A veces, a pesar de esforzarnos en dirección de nuestras metas, perdemos dinero, se nos desvanece el tiempo, o sencillamente las cosas no nos salen como esperábamos. Nos sentimos derrotados y fracasados, perdiendo entusiasmo y motivación. ¿Qué hacer? ¡Que bueno que preguntaste!

Una creencia a la que me he apegado como hiedra a la pared es esta:

“El fracaso no existe...sólo resultados”

Como muchas reglas tienen sus excepciones, te voy a decir la excepción a esta creencia: Tú sólo fracasas cuando decides dejar de aprender de los resultados que obtengas. Lee esta frase varias veces hasta que la memorices.

Cuando te propones un objetivo y tus resultados no están a la par de tus expectativas, estos contienen una enseñanza, una lección importante que sin duda alguna te va a servir más adelante. Esta enseñanza no te la puede dar un libro, ni otra persona. Sólo te la puede dar experiencia que adquieres cuando las cosas no te salen como esperabas.

Lamentablemente queremos evitar tanto estas enseñanzas que limitamos nuestros logros. Muchas personas no salen de su lugar de comodidad ni toman riesgos calculados por temor a “fracasar” o no cometer errores. Viven una vida muy limitada. Yo apoyo la idea de que si tú no estás cometiendo suficiente errores entonces, no estás creciendo.

Al tener muchos años preparándome en el campo del desarrollo personal y trabajando con miles de hombres y mujeres de varias culturas alrededor del mundo, he notado que las personas exitosas tienen algo en común: Ellos cometen más errores que los no exitosos. Por ejemplo, Babe Ruth, una leyenda en el juego de Baseball, no sólo rompió los récords por la cantidad de home-runs que logró, sino también rompió el récord por ser la persona con más strikeouts, un total de 1,330.

Considera esta pregunta. ¿Piensas tú que el mundo existiría como es si los grandes inventores se hubieran dado por vencido cuando sus resultados no estaban a la altura de lo que esperaban en el momento? ¿Qué hubiera pasado con el teléfono, la computadora, el avión, el automóvil, la televisión, y el radio?

Estos grandes inventos no llegaron de la noche a la mañana. Fueron una secuencia de grandes enseñanzas que sólo pudieron haber venido por la semilla de sabiduría que se encierra en cada resultado que lo precedieron.

¿Acaso no aprendiste a caminar de la misma manera? Piensa por un momento lo que hubiera sucedido si tus padres, al ver que no saliste caminando desde tu primer intento te hubieran dicho: “Eres un fracasado...nunca caminarás”. Esto hubiera sido absurdo. Sucedió todo lo contrario. Ellos te estimulaban a seguir intentando y aceptaban cada caída como parte inseparable de aprender a caminar.

Mientras caías, fortalecías tus músculos, aumentabas tu balance y estabas mejor preparado para el próximo intento. Si no veías tus caídas y los golpes como un aprendizaje, ¡aun estuvieras caminando de rodillas!

Cada error es una oportunidad de aprendizaje escondida y un requisito indispensable en tu proceso de crecimiento como persona. Sin lección aprendida, no hay crecimiento. ¿Qué debes hacer si tu plan o estrategia falla en lograr los resultados deseados?

Determina lo que debes aprender, cambia tu estrategia o algún elemento de tu estrategia y mantente tomando acción y haciendo revisiones a tu plan hasta que empieces a obtener los resultados que buscas. Muchas personas comenten la locura de querer diferentes resultados en sus vidas, sin embargo, continúan haciendo la misma cosa una y otra vez. ¡No sea una de ellas!

Acepta la realidad de que tú vas a aprender más de tus errores que de tus éxitos. Al darte cuenta de que cometer errores no significa el fracaso, sino una oportunidad para crecer y aprender, estos perderán su efecto negativo y no temerás pisar en estos peldaños indispensables de tu escalera del éxito. Los enfrentarás con entusiasmo, aumentarás tu autoestima, crecerás y te sentirás mas motivado al darte cuenta que estás mejor preparado para hacer realidad tus sueños.

Si quieres hacer algo que nunca has hecho, debes convertirte en alguien quien nunca has sido y cada resultado, por desafiante que sea, te permite convertirte en la persona que necesitas ser para lograr vivir el tipo de vida que siempre has soñado.

Fue el Dr. Norman Vincent Peale que dijo “Aquellas personas quienes consistentemente viven con motivación y entusiasmo parecen tener una increíble maestría sobre sus circunstancias”

Los siguientes pasos resumen lo que he compartido contigo hasta ahora. Al seguirlos, lograrás la motivación que tanto estas buscando:

- 1) Desarrolla tu futuro brillante de acuerdo a lo que leíste anteriormente.
- 2) Crea un plan con las acciones que debes tomar para lograr tus sueños.
- 3) ¡Toma Acción sin esperar estar motivado! Es más, saca de tu lenguaje la palabra motivación por el momento.

Cada vez que tu estas esperando estar motivado para tomar acción, lo que estás haciendo es energizando negativamente las acciones que debes de tomar y complicándote la vida.

- 4) Si las acciones que tomas no te dan los resultados que buscas, no significa el fracaso...significa que es tiempo de crecer. Determina lo que debes aprender y con esa enseñanza, has los cambios necesarios en tu plan de acción y sigue hacia delante.

5) Crea poderosos hábitos. Somos criaturas de hábitos y muchas veces estos se convierten en grandes desafíos para lograr tus objetivos. La hora que te levantas, la hora que te vas a la cama, si empleas mucho tiempo viendo televisión, si te gusta mucho escuchar noticias en la radio, la forma en que te comunicas con tu pareja, todo esto está determinado en gran manera por tus hábitos.

Un regalo para ti

¿Te gustaría saber cómo crear hábitos poderosos que llevarán tu vida al próximo nivel? Te voy a hacer un regalo. Se ha demostrado que se toma un mínimo de 21 días para crear un nuevo hábito y tengo un sistema que te ayudará a hacer precisamente eso. Lo puedes obtener gratuitamente aquí:

www.HabitosDeInPoderamiento.com

Te vas a sorprender de lo rápido que puedes dejar a un lado los hábitos que te limitan, mientras creas los que apoyarán tu camino al éxito.

6) Disfruta tus resultados, no importa qué tan grande o pequeños sean. Pienso que muchas veces nos va mejor de lo que pensamos, pero sencillamente no nos detenemos a celebrar nuestros logros.

Seguir estos pasos te llevará a tu propia mina de motivación sin fin y atraerás abundancia a tu vida.

¿Sabes? Una vez escuché que la pereza es el hábito de descansar antes de tú estar cansado. Muchas personas se sientan y sólo sueñan despiertos sin nunca hacer nada. El momento en que te comprometes con tomar acción hacia la realización de tus sueños, el universo empieza a conspirar a tu favor. Te ocurrirán muchas “coincidencias” y notarás oportunidades donde antes sólo veías desafíos. Tu automotivación será orgánica y duradera...ibasada en tus propios resultados!

Me gustaría despedirme con las palabras de Eleanor Roosevelt:

“El futuro pertenece a aquellos que creen en la belleza de sus sueños”

Me siento muy regocijado al saber que mientras te mantienes ocupado tomando acción en la dirección de la belleza de tus sueños, el hacerlos realidad es la única posibilidad. El futuro es tuyo.

Edward A. Rodríguez



Sobre Edward A. Rodríguez

Más que un Motivador, un Conferencista Transformacional.

Reside en Nueva York, EUA y es mejor reconocido como “Mr. In-Power”.

Usando sus más de dos décadas de estudio de importantes filosofías de éxito y su propia experiencia, ha creado tecnologías únicas de cambios de conductas, como las "Técnicas de Neuro-InPoderamiento" que le han ganado la reputación de ser uno de los más reconocidos Conferencistas de Transformación en el mundo Hispano.

Aunque por su estilo dinámico los mensajes de Edward son inherentemente motivacionales, su enfoque principal está en la transformación interna de las personas ayudándolas a crear poderosos y permanentes cambios que pueden ser implementados en su vida cotidiana logrando y maximizando el éxito que buscan.

Además de innumerables distinciones en sus largos años de estudio de la psicología humana, Edward es un Entrenador Master de Programación Neuro-Lingüística, Hipnosis y Neuro-Strategies y tiene varias certificaciones como Coach de Vida y de Ejecutivos con clientes en varios países.

Ha desarrollado famosos programas transformacionales de reconocimiento internacional como “Naciste Para el Éxito, Atrévete a Triunfar”, “El Líder In-Poderado”, “De Servicio al Cliente a Servicio a Tu Gente”, “Bota el Reloj y Controla Tu Tiempo”, “De Vendedor a Empresario”, “In-Poderate!”, entre otros.

Desde los 21 años ha fundado varias empresas, entre ellas el In-Powerment Center. Esta es una institución que trae soluciones a individuos, empresarios e instituciones que quieren llevar su nivel de desenvolvimiento y desempeño a un óptimo nivel.

Entre otros, es co-autor del libro "La Biblia de La Motivación" y también del libro "Empowered" junto a reconocidos autores como Wayne W. Dyer (Escritor de Tus Zonas Erróneas), Joe Vitale (de la película El Secreto), Brian Tracy, etc.

También escribe su famoso boletín "In-Poderáte!" el cual es leído por miles de suscriptores en varios continentes.

A través de sus seminarios y talleres en vivo, sus escritos y sus apariciones en programas de televisión y radio, su mensaje de "In-Poderamiento" ha llegado a más de 40 millones de personas.

En Inglés o Español, Edward ayuda a sus clientes y audiencias alrededor del mundo a conseguir los cambios de conducta que le permitirán lograr rápidos y sostenibles resultados, tanto a nivel personal como a nivel profesional.

Para Saber más sobre Edward o traerlo a tu organización, visita:
www.EdwardRodriguez.com • www.InPoderateBlog.com