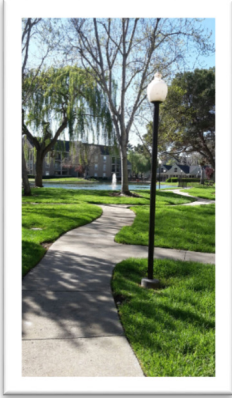


## EL ENFOQUE LA RAZÓN DEL ÉXITO



Al entender que nos perturba, vamos a darnos cuenta que en el fondo está el aprendizaje que tenemos que tener en cada una de las situaciones, esto se va a traducir en las habilidades que en el momento carecemos y es necesario desarrollar a lo largo de la vida.

Y el porqué de esto es muy claro, porque en cualquier situación de la vida, espacio, relación siempre tu ego se engancha con lo mismo, y eso no te deja avanzar.

Por lo cual, para obtener el éxito como mencioné en el principio lo más importante es lograr fijar la meta en términos claros del para qué y dejar de lado todas aquellas emociones y miedos que se dan cuando comenzamos el camino hacia nuestras metas.

Si a esto se le suma lo que nos molesta completamos un coctel de emociones nocivas para avanzar. Por esto hay que comenzar a trabajar en lo que nos perturba lo más pronto posible e incluso llegar a disfrutar lo que tanto nos molesta.

Para trabajar en lo que nos perturba, es necesario separar la incomodidad de las emociones que relacionamos con las personas o situaciones. Y en eso es importante vencer el argumento que ya se ha creado para mantener esa perturbación. Es decir, si le molesta

hacer fila, seguro usted ya creo un argumento frente a lo lento que es el sistema, o a la ineficiencia. Creencia que alimenta más su ego, que le manifiesta que como lo hacen está mal y en cambio, como usted lo imagina está bien.

Para vencer esas creencias es importante usted comience a darse cuenta que puede aprender de esa situación, y una pregunta que mi maestra Victoria Carvajal me hacía constantemente y con la cual cada vez que se me dificulta o molesta algo la vuelvo a traer a la mente es ¿Qué no estas aceptando?

Cada vez que ella me hacía esa pregunta, mi mente se iba a la justificación y después ella volvía a repetir la misma pregunta, hasta que mi ego no encontraba más que decir y mi SER respondía...si es cierto no estoy aceptando x o y o z.

Y la clave de aprender a disfrutarse todo, está en lograr aceptar que todo es perfecto como pasa y detrás de esto existe la correspondencia con la que he construido mi presente y que puedo cambiar ese presente si no coloco resistencia.

Y dejar de colocar resistencia implica que aquello que nos molesta en el día a día, pase de pesarnos a verlo como una bendición y reconocer en ellos los siguientes agentes:

- 1) El aspecto que debemos aprender, al que también llamo materia
- 2) El entrenador que nos está mostrando que habilidad tenemos que aprender

- 3) El maestro del cual podemos aprender para lograr la habilidad que carecemos
- 4) La frecuencia con la que se presenta esto en mi vida

Al entender estos agentes podemos ver: el entrenador que nos muestra las habilidades por aprender y solo va a desaparecer cuando alcanzas la capacidad de no perturbarse por eso. Los maestros siempre serán esas personas que ya han desarrollado esa habilidad y muchas veces los hemos criticado por no perturbarse, a ellos hay que volver la mirada, observarlos y darnos cuenta que suelen ser más serviciales, felices y capaces de trascender esas situaciones.

Un ejemplo para ser más claro: A un empleado le molesta la forma en que su jefe le habla, y siempre ante él suele justificarse, sin embargo, el malestar con su jefe, no está solamente relacionado con su jefe, está relacionado con su relación de autoridad y afecto que tuvo en la niñez y a las creencias que formó, por ejemplo, de no dejarse!, esto hace que siempre sea perturbable cuando su jefe lo llama.

La forma de trascender es primero reconocer que su jefe es un entrenador, no porque sabe más, sino porque funge la tarea de mostrar la habilidad aún no aprendida.

Y en esa misma oficina usted conoce a alguien que, aunque el jefe llama, dice, no le quita la paz, y simplemente hace por hacer siempre bien su trabajo, tiene la capacidad de servir, esa persona es un maestro en la habilidad que tienes que aprender.

En el momento de reconocer la frecuencia con la que esto se presenta en tu vida, vas a reconocer la resistencia que has colocado en la vida y la dificultad que tienes para trascender este hecho.

Hecho que puede acentuarse más hasta llegar a un punto de saturación y que te va a obligar a cambiar. Lo más importante es ver que la vida te da muchas oportunidades en aprender y trascender es una opción, es el camino más largo, porque es convertir en hábito el reconocimiento de la profunda acción de amor que hay detrás de todo lo que te sucede.

Cuando podemos ver estos aprendizajes nos damos cuenta que nuestro enfoque de llegar a un lado no va a cambiar por las emociones o los miedos, sino porque la vida te va a dar la posibilidad de hacerte correspondiente con mayor abundancia.

Para crear abundancia y prosperidad, primero debes de comenzar a crear paz interior, tener en tu mente un espacio de amor más que de miedo o supervivencia, es aprender a agradecer todo.

Es ver lo que tienes, lo que no tienes no lo necesitas en este momento, es construir en ti la confianza y el amor hacia ti mismo y ver que tu vida es un camino donde has aprendido mucho y puedes desaprender aquello que no te deja paz.

ES reconciliarte con tu entorno para que desde esa armonía proyectes armonía, es dejar de quejarse y comenzar a agradecer, es dejar de colocar resistencia, para eso un primer paso es nunca hables mal de tu situación, aunque todo puede empeorar, todo puede mejorar, y la palabra crea.

Por lo que el primer paso para dejar de crear caos, es dejar de referirte a todo como un caos.

La tarea de esta semana es haz una lista de veces en las que expresas tus situaciones como caos o problemas y luego redáctelas como si un tercero las viera como una oportunidad.

Y acompañando este proceso, revisa cuantas veces has contado o has pensado que eso iba a pasar, haciendo referente a la creencia que te lleva a estar en estado de no paz.

Finalizando este proceso vas a trabajar en definir el enfoque de a dónde quieres llegar. Para continuar con el proceso propuesto.

Les deseo una feliz semana santa, con Cariño,

17 de marzo 2016, Redwood City, CA.

**María Alexandra Suárez Rios**

Consultora Internacional en Economía y  
Desarrollo Humano.

