

# MANIFIESTA TU **DESTINO**

**EL SISTEMA PARA MANIFESTAR CUALQUIER COSA  
QUE DESEES**



**PIERRE CHANDEL**

## Acerca de mí

Introducción

Abundancia Efecto Mariposa

¿Por qué fallan la mayoría de las "guías de riqueza"? ¿Es usted un millonario de \$ 30,000?

El arte de establecer metas

La mentalidad del éxito

Parte 1: Reconectar su sistema de creencias (y salirse de su propio camino) 47 Derribar barreras imaginarias 47

La mentalidad de volver a cablear

Pasos a seguir para reconectar su cerebro Parte 2:

Salud

Sin Salud, Sin Riqueza Una

Profesión Saludable

La pasión puede contribuir a la salud

La importancia del sueño

Pasos a seguir para mejorar su salud

Mediación de Respiración Guiada

Parte 3: Relaciones

La soledad destruye la riqueza

Las buenas personas obtienen grandes recompensas

Cómo hacer nuevos amigos

Pasos de relación Parte 4: Riqueza

La clave para lograr la riqueza

Evitar la mentalidad de pobreza

Leyes Universales que Conducen a la Abundancia

Ley 1: El Poder del Fracaso

Ley 2: Tamizar la Sabiduría

Ley 3: Tiempo

Ley 4: El poder de la ley Ley

5: Riqueza

Ley 6: Relaciones

Medidas inmediatas para la riqueza.

## TIENE Acerca de mí

Yo era un desastre, mi mundo se estaba cayendo a pedazos. Estuve enfermo y cuando estás enfermo te das cuenta de quiénes son tus verdaderos amigos. Todos mis amigos eran parejas solteras. Salíamos a tomar una copa o íbamos de discotecas, pero cuando estaba enfermo. Nadie me visitó en el hospital.

Cuando te sientes deprimido, necesitas rodearte de personas que te amen. Cualquier médico le dirá que los pacientes que reciben más visitas se recuperan más rápido y con mayor frecuencia.

Pero estaba solo.

Estaba enviando mensajes de texto a mis amigos una y otra vez. Al principio, todos prometieron venir a verme. Pero después de algunas semanas, esas promesas se secaron. Pasaron de promesas vacías a un mar de excusas.

Sé que nadie quiere ir al hospital. Ciertamente no quería estar allí. Huele mal y es tan deprimente. Las máquinas, la enfermedad y el aire de desesperación son abrumadores.

La mayoría de la gente diría que fue el peor momento de mi vida. Pero ellos podrían estar equivocados. Para mí, fue un punto de inflexión. Todo cambió. Me di cuenta de que había invertido mi tiempo y energía en cosas que se iban a desvanecer.

Estaba acostado en una cama de hospital y me di cuenta de que estaba sufriendo en las tres áreas principales de la vida. Estaba mal de salud. Sólo tenía amistades débiles. Estaba muy lejos de ser rico. Estas son las tres áreas de la vida que controlan todo lo demás.

Cuando tenemos salud, riqueza y relaciones sólidas, todo lo demás en la vida encaja. Esta realización fue el primer paso en mi viaje. No tenía la vida que quería y durante tanto tiempo había vagado por la vida sin rumbo fijo. Estaba tan ocupado viviendo el hoy que nunca pensé en el mañana.

Como la mayoría de la gente de mi generación, viví rápido y fácil. No estaba ahorrando para el invierno; Estaba ahorrando para el viernes por la noche. Mi generación nunca ha tenido que experimentar un gran colapso económico o una guerra. Vivíamos nuestras vidas como mariposas.

Nunca tuvimos que tomarnos nada en serio.

Es la forma perfecta de vivir en verano, pero cuando llega el invierno, esas mariposas mueren congeladas. Tienen una vida corta y feliz. ¿Es esto lo que realmente quería? ¿Una vida corta y feliz? ¡Seguro que hay más en la vida que eso!

El primer paso en el viaje para manifestar tu destino es darte cuenta de que quieres más de la vida. Que quieres estar más saludable. Eso que quieres

asegurar su futuro financiero. O incluso el futuro financiero de su familia. Y quieres relaciones sólidas. El tipo de relaciones en las que las personas te cuidan cuando estás enfermo o te visitan en el hospital y de hecho asisten a tu funeral en lugar de inventar una excusa de que están demasiado ocupados.

Esta habitación de hospital fue un punto de inflexión para mí.

Si solo uno de mis insípidos amigos hubiera venido a verme, probablemente todavía estaría viviendo de esta manera. Una sola visita podría haber sido suficiente para detener mi motivación inicial. Pero nadie vino. Y mi determinación se hizo más fuerte. Necesitaba reconstruir mi mundo desde cero.

Fue en este crisol donde descubrí el efecto mariposa de la abundancia. Algo poderoso y maravilloso que recompensa hasta la más pequeña de las acciones. Lo explicaré con más detalle en breve, pero les daré un poco de alimento para el pensamiento.

Siempre escuchamos sobre la gota que colma el vaso. Ese último copo de nieve que provocó toda la avalancha. Pero nadie SABE qué pedazo de paja o qué copo de nieve será el ÚNICO. El que provocará todo este cambio.

Empecé a leer todos los libros que pude encontrar sobre la creación de riqueza. Parecía el mejor lugar para empezar. el hospital

Los billetes se estaban convirtiendo en una montaña que algún día tendría que escalar. No quería ir por la vida con una soga gigante alrededor de mi cuello. Muchos estadounidenses viven con deudas agobiantes toda su vida.

Debe haber una manera de escapar de esta terrible prisión. Durante mi viaje, descubrí que los tres elementos clave de la vida están profundamente entrelazados. Salud, relaciones y riqueza. Estos tres elementos están profundamente vinculados. Si fuera débil en un área, las otras también caerían.

Terminé saliendo de esa cama de hospital y reconstruyendo mi vida. En el camino ha habido altibajos. Fue un proceso de prueba y error. Pruebas y errores que no tendrás que repetir cuando comparta contigo los secretos que he obtenido. No quiero que tengas que luchar tan duro como yo. Este libro está aquí para ayudarte a seguir mis pasos.

Te guiaré a la montaña. No necesitas crear tu propio camino. Mi vida es mejor de lo que nunca creí posible. He llegado a un punto en el que nunca más tendré que preocuparme por el dinero. Ya ni siquiera tengo que trabajar. Mi dinero ahora trabaja para mí. Así es como los ricos realmente se mantienen a la cabeza.

Convierten su dinero en empleados y lo envían al mundo para ganar aún más dinero.

Estoy casado y no podría ser más feliz. Hay un

cuando la mayoría de los matrimonios fracasan. No pueden soportar los desafíos de la vida, pero hemos superado eso. Nuestra relación es una relación que durará.

porque se basa en los mismos principios que mis otras relaciones.

Y, por supuesto, no podría haber estado más saludable desde el día en que salí del hospital, decidida a no volver jamás.

### **Introducción**

La mayoría de nosotros estamos familiarizados con la idea de la "Ley de Atracción". Este concepto fue difundido al mundo por un libro titulado "*El secreto*". Tal vez hayas leído este libro o incluso visto esta película. Si es así, eso es maravilloso.

Este libro es un buen punto de partida. Pero si *El secreto* fuera suficiente, todos en la Tierra serían ricos y conducirían Ferraris en este momento. Sin embargo, muchas personas quedaron atrapadas en la exageración y la emoción de este libro. Creían que si lo querían lo suficiente, el universo les daría todo lo que desean.

Y una vez que querían su deseo. Una vez enviaron este mensaje cósmico al universo indicando lo que querían. El universo entonces les entregó los deseos de sus corazones.

Esto hizo que muchas personas comenzaran a mirar el universo o el destino de la misma manera que la mayoría de la gente mira a Santa Claus. Si solo hacen una lista de lo que quieren para Navidad, el bueno de San Nicolás les traerá lo que quieren.

No hay nada de malo en iniciar el proceso de éxito de esta manera. El problema es que enviar una lista de deseos a Papá Noel está lejos de ser suficiente. Decirle al universo lo que deseas no es el último paso. Este es el primer paso. Desafortunadamente, muchas personas han utilizado el Secreto como excusa para no actuar. Decían cosas como:

"No tengo que trabajar duro y buscar ese ascenso. Ya proyecté mi deseo en el universo, así que sé que lo conseguiré".

"No necesito hablar con hombres que intentan coquetear conmigo. Ya le he dicho al universo lo que quiero en un hombre y estoy segura de que el correcto está a punto de caer sobre mis rodillas".

"No necesito ir al gimnasio. El universo conoce mi deseo de perder peso y las libras ya están comenzando a desaparecer. Puedo verlo en mi mente".

¿Has escuchado a alguien decir estas frases? Piensan que solo el deseo les dará lo que quieren. Desafortunadamente, el universo no es un hada madrina que vuela para conceder deseos. Sería un maravilloso universo en el que vivir. Pero eso no es donde estamos ahora.

Este libro no se llama Manifiesta tu destino por nada. Revela "el secreto detrás del secreto". Este secreto se conoce como demostración.

El Secreto, como sabrás, se basa en la "Ley de la Atracción". Pero la demonstración, la capacidad de imaginar claramente el destino exacto que deseas, es lo que se debe hacer para que la "Ley de Atracción" funcione.

Manifestarse no se trata solo de cerrar los ojos e imaginar un nuevo hogar, un automóvil y un cónyuge amado. Debes deshacerte de todas las dudas y

todos los comportamientos de autosabotaje que hacen realidad ese sueño.

parece menos del 100% factible e inevitable para usted. Por lo tanto, debe seguir una serie de pasos simples.

La creencia absoluta combinada con la acción correcta conduce a resultados. Volvamos a nuestros tres ejemplos anteriores. Si nuestro oficinista combina el deseo de promoción con trabajar más duro en el trabajo, entonces llegará la promoción. Conoce su objetivo y lo expresó con sus palabras.

Pero también tienen que mostrarle al universo lo que quieren a través de sus acciones.

¿Cuántas veces has escuchado que "las acciones hablan más que las palabras"? ¿Qué crees que va a hacer el universo cuando dices que quieres un ascenso en el trabajo y luego empiezas a holgazanear? Envías dos señales. Y la señal proveniente de tus acciones siempre será más fuerte.

Luego tenemos a la mujer que cree que puede conocer al hombre perfecto sin hablar con ningún hombre. ¿Cómo sabrá ella quién es el hombre ideal antes de que abra la boca? Es casi imposible.

Las relaciones construidas sobre una base de magia rara vez tienen éxito.

Ella tiene que mostrarle al universo que habla en serio. Ella debe responder a cada hombre que la coquetea y tratar de determinar si es el hombre ideal. Ella busca una solución sobrenatural a su problema. En cambio, debe tomar las acciones correctas que sean consistentes con sus deseos declarados. Debe hacer un esfuerzo y aceptar que el hombre ideal se le acerque como cualquier otro hombre.

Recuerdo un chiste que escuché hace mucho tiempo sobre un hombre religioso en una inundación

Estaba sentado en el techo de su casa y las aguas comenzaban a subir. Él oró y escuchó de Dios que sería salvo.

Llegó una balsa y la gente de la balsa trató de salvarlo, pero... el hombre dijo que no necesitaba ser salvado. Dios lo salvaría.

Luego, una lancha motora más grande apareció en medio de la carretera. Una vez más el hombre se negó a ser salvo. Estaba esperando que Dios lo salvara.

Finalmente, llegó un helicóptero de rescate y nuevamente el hombre se negó a abordar. Estaba esperando su milagro.

Por supuesto, el hombre se ahogó y luego pudo preguntarle a Dios qué había pasado.

"¿Por qué rompiste tu promesa de salvarme?"

Y Dios respondió: "Envié una balsa, un bote y un helicóptero. ¿Por qué te negaste a ser salvado?"

Ahora, puede que no creas en Dios. Puedes reemplazar a Dios con la palabra "destino" o "universo" y verás que eso es exactamente lo que hace la mayoría de la gente, ¿no es así? Dicen que quieren algo pero ignoran las oportunidades que se presentan para ayudarlos.

Cuando dices que quieres adelgazar pero sigues tirando basura en tu cara, ¿cómo puedes pensar que tu deseo es suficiente? Te niegas a ir al gimnasio o a dar los pasos que todos sabemos son parte de un estilo de vida saludable. Todo

esto porque crees que el universo hará desaparecer los kilos de más mientras duermes.

La cuestión es que la solución no siempre tiene que ser sobrenatural. El universo responde a tus deseos poniéndote en una situación en la que tus deseos pueden manifestarse. Donde puedes conseguir lo que quieres si das los pasos correctos.

En este curso, vamos a hacer más que explicar qué es la ley de la atracción. Porque, francamente, la ley de la atracción no es suficiente. No somos "curanderos de fe" o charlatanes. Somos personas que hacemos. Y se deben tomar acciones específicas para lograr las cosas que deseas en la vida.

No se preocupe. En cada paso, compartiré contigo los pasos exactos que debes seguir para lograr tus objetivos. Convertirse en una persona que tiene las tres áreas de la vida bajo control.

En este curso, desglosamos estas acciones en una serie de pasos simples. Cada uno de estos pequeños pasos es fácil de implementar. Una vez que haya completado el paso 1, continúe con el paso 2. El objetivo es hacer que cada paso sea fácil de completar para que no sienta que está escalando una montaña por su cuenta.

Hay dos tipos de acciones que cubriremos en este libro:

- 1 - Mental
- 2 - Físico

si has leído *El secreto*, entiendes mucho del proceso mental. Profundizaremos un poco más para mostrarte cómo potenciar tus manifestaciones. Donde realmente brilla este libro es que te muestra los pasos físicos que deben acompañar el proceso mental. EL

buenas obras que muestran al universo que te tomas en serio tus deseos y los mereces.

Así es como manifiestas tu destino.

### **Abundancia Efecto Mariposa**

¿Alguna vez has escuchado la expresión de que el aleteo de una mariposa en China provocó un huracán en Des Moines?

La idea es simple pero crucial.

Pequeñas acciones pueden tener grandes resultados. Y aún mayores consecuencias. Como la paja en el lomo de un camello o los copos de nieve en una montaña, no sabemos qué pequeña acción es la que desencadenará la avalancha. Es un efecto acumulativo. Si tienes suficientes mariposas aleteando, el resultado se vuelve inevitable.

Hay decisiones cotidianas que pueden cambiar drásticamente tu vida. Pequeñas decisiones que pueden cambiarlo todo.

A veces, los cambios más pequeños pueden tener un gran impacto. Tome la forma en que se ensambla su automóvil. Si el diferencial se desplaza solo 3 grados en ángulo con el tiempo, dará como resultado una desviación masiva de 6 metros en un automóvil poderoso que lo matará instantáneamente. Es un poco técnico, pero piénselo de esta manera. ¡Si su automóvil se desvía solo un tres por ciento, puede matarlo!

Las pequeñas decisiones diarias que tomamos pueden sumarse a lo largo de la vida y cambiarlo todo. Un pequeño cambio que altere tres grados nuestra trayectoria puede marcar la diferencia entre vivir en

nuestros noventa o morir a los cuarenta. Las elecciones de acción que hacemos en la vida fluyen de nuestras elecciones de percepción.

Él.

Cómo ves el mundo determinará cómo reaccionas a...

Tengo algunos amigos de la universidad que siempre buscan una excusa para ofenderse por algo. Cada vez que ven una película o leen un libro, buscan una excusa para gritar a los cuatro vientos que están ofendidos. Recientemente, un programador francés

creó un videojuego en el que usó la palabra apartheid. Un grupo de estadounidenses blancos comenzó a publicar en Twitter que necesitaba ser despedido y que este señor supremo blanco era un fanático del racismo. Debe ser una especie de imperialista para usar esa palabra.

Basaron sus comentarios en su percepción de que solo los blancos hacen videojuegos.

El hombre que creó el juego es negro y compartió sus experiencias personales con la raza. El juego en realidad trata sobre su experiencia de la separación entre razas, lo que significa el apartheid. Cuando escribió un artículo diciendo que no le gustaba que la gente lo llamara mal, esas mismas personas dijeron que ahora era racista porque es francés.

Están tan obsesionados con su visión del mundo

especial y el  
hay que ofenderse porque ni siquiera se dan cuenta de que son los

racistas. Cada persona que se quejó de su uso de una sola palabra era blanca. Todos se ofenden "en nombre de los negros". Han creado esta percepción y determina sus acciones. La realidad es casi irrelevante para ellos. Ignoran toda evidencia que contradiga la percepción que han elegido.

Es importante darse cuenta de cómo nuestras suposiciones afectan nuestras acciones. Es cómo percibimos el universo lo que determina lo que hacemos. Si asumimos que todos los creadores de videojuegos son racistas, sexistas o blancos, eso determinará nuestra reacción. No importa si la persona no es de la raza que pensábamos que era. No importa que la persona haya creado un juego que critica el apartheid. Lo que importa es que nos gusta gritar nuestra ofensiva desde los tejados de Twitter.

La clave aquí es darse cuenta de que puedes controlar tu percepción. Puedes tomar una decisión consciente para cambiar tu percepción del universo. Puedes cambiar tu elección de percepción alineándote con aquellos que experimentan esa percepción como una realidad. No es tan difícil cambiar tu percepción.

A menudo, solo se necesita una experiencia para cambiar la forma en que una persona ve el mundo.

Cuando era más joven, creía abrumadoramente en el derecho de todos los estadounidenses a poseer un arma para defenderse de los delincuentes.

Luego visité Inglaterra, donde nadie tiene armas. Es tan pacífico que es casi increíble. No fue hasta que vi la otra opción de percepción que finalmente entendí el otro punto de vista.

La experiencia puede alterar la percepción.

La mayoría de la gente vive por referencia a su pasado. Tienen un solo evento que dejan determinar cómo vivirán el resto de sus vidas. Están atrapados en este único momento y los gobierna por siempre.

Todo el mundo ha tenido malas experiencias. Pero algunas personas nunca lo dejan ir. Ese se convierte en su momento decisivo.

Solo hay dos cosas en este universo sobre las que tienes control absoluto: cómo te sientes y qué haces.

No hay razón para darle a nadie el control de ninguna de estas cosas. Esta es la definición misma de la esclavitud. La mayoría de nosotros estamos atrapados en la esclavitud emocional. Dejamos que otras personas determinen cómo nos sentimos. Es como renunciar a la mitad de nuestro control en esta vida. a algo que ni siquiera es real.

El universo no tiene memoria, solo tú la tienes. Estos eventos pasados realmente no tienen el poder de determinar nuestras acciones o nuestros sentimientos. es solo si

tenemos esta percepción. Podemos darle poder a nuestra imaginación. Tu pasado puede ser acelerado o traicionero. Tú eliges la clasificación.

Podría considerar mi estancia en el hospital como el momento de la traición definitiva. Estaba enferma, sola y asustada. Ninguno de mis "amigos" vino a visitarme. Podría usar eso para justificar convertirme en un ermitaño. Alguien que se retira del mundo con el corazón lleno de amargura. El pasado podría controlarme.

Significaría que mis relaciones negativas pasadas continúan persiguiéndome. Porque me impiden formar nuevas relaciones positivas.

Me niego a darle al pasado ese tipo de poder.

Si tus ojos están en el pasado, no puedes convertirte en la persona que necesitas ser en el futuro. No se puede mirar en dos direcciones a la vez. ¿Cuántas personas has conocido que están atrapadas reviviendo sus días de gloria? Cuentan historias de su carrera futbolística en la escuela secundaria. O te cuentan sobre los increíbles viajes que hicieron cuando tenían veinte años. Esta gente nunca avanza.

El pasado solo tiene control porque ha pasado las riendas.

Estás exactamente donde decides estar. Y si es desafortunado, debe comenzar a tomar mejores decisiones.

Las decisiones que tomamos en la vida pueden afectar el curso de nuestro destino. Cuanto antes tomemos estas decisiones, más tiempo tendrán para convertirse en algo cada vez más grande. tanto como el

El pasado no debe controlar tus emociones y percepciones. Las decisiones que tomamos en nuestra juventud pueden afectar las elecciones que hacemos más adelante en la vida.

Las elecciones de la juventud irradian la mayor fuerza y forman el tronco de vuestro árbol de la vida. A medida que las ramas suben por el árbol, se vuelven más delgadas y débiles. No tienen suficiente poder para doblar el árbol en nuevas direcciones porque el tronco es grueso debido a la edad, la experiencia y los hábitos endurecidos.

Cuando estaba en la escuela secundaria, muchos otros estudiantes se burlaban de mí por ser un nerd. Pensaron que era un perdedor porque trabajé duro. Solo sabía una cosa en la escuela secundaria. Quería tener tantas opciones como fuera posible cuando me graduara.

La primera poda importante en el árbol de la vida ocurre cuando uno tiene dieciocho años.

Tengo amigos que se equivocaron tanto en la escuela secundaria que la universidad ya no era una opción para ellos. Quitaron esta rama de su árbol. Por supuesto, hay muchas personas que han tenido éxito en la vida sin ir a la universidad. Pero esta es la excepción y no la regla. Y eliminar una opción significa que nunca pueden cambiar de opinión.

La mayoría de mis amigos de la escuela secundaria están atrapados en trabajos. No tienen una carrera por delante. Trabajan en restaurantes, tiendas o call centers. No hay nada de malo en estos trabajos, pero las oportunidades de progreso

Están limitados. No tienen ninguna posibilidad de construir un patrimonio. Desearían tener más opciones.

Hay otros lugares donde las personas toman decisiones que influyen en las decisiones que toman en la vida.

- Si te saltas clases y te emborrachas durante cuatro años en la universidad, ¿cómo afectará eso a tu árbol de opciones?

- Si tu mejor amigo es un traficante de drogas, ¿adónde te llevará? Dirigir ?

- Si no te presentas a un trabajo que no te gusta.

Además, ¿qué sucederá la próxima vez que presente su solicitud en algún lugar?

- Si tiene un montón de tarjetas de crédito que no puede pagar, ¿cómo  
¿Afectará su destino?

La causa principal de la pobreza en Estados Unidos es la elección equivocada. Si encuestaras a todas las personas pobres en los Estados Unidos hoy en día, encontrarías que la mayoría de ellas no se esforzaron mucho en la escuela. No hicieron ningún esfuerzo. Se burlaban de los niños trabajadores. Cosechan una cosecha que plantaron.

Es difícil sentirse mal por alguien que es el resultado de sus... propias elecciones.

Una vez más, algunas personas tienen mala suerte. Trabajan duro y todo se desmorona, pero eso es una minoría. Allá

la mayoría de estas personas finalmente se recuperan. Estos son los flappers. Los que no se dan por vencidos.

Si la vida es un coche, las elecciones que haces son el volante. Llegas a momentos en la vida en los que puedes decidir dónde estás

en curso. ¿Qué vas a hacer con tu destino? La verdad es que ahora mismo estás exactamente donde elegiste estar en la vida.

Cada pequeña decisión en la vida se combina para formar un proceso. Nos convertimos en el resultado de nuestras decisiones. Y este proceso es lo que da forma a nuestro estilo de vida.

Veo muchas mujeres que se pasan los veinte de fiesta. Están en clubes todas las noches y juegan con su apariencia. Salen con raperos, promotores de clubes, atletas o DJs. Se divierten como locos. Cuando llegan a los veintinueve años, son madres solteras que tienen que enfrentarse a los embates del tiempo.

Vivir este estilo de vida fiestero no está exento de consecuencias. Con el tiempo, sus opciones de relación comenzaron a agotarse. La calidad de los hombres interesados en ellos ha disminuido. A medida que entran en la treintena, las elecciones que hicieron en la veintena se están materializando.

Los hombres a los que rechazaron cuando tenían veinte años: los nerds, los abogados, los contadores. Estos hombres ahora tienen éxito financiero y solo quieren salir con mujeres de 20 años.

Cuando escucho a una de estas mujeres quejarse de que se llevan a todos los hombres buenos, solo puedo preguntarme. Parece haber olvidado que sus elecciones la llevaron a este momento. Al menos asuma la responsabilidad de sus decisiones.

La elección es el control más poderoso que tienes en tu vida. Las elecciones traicioneras tienen un impacto negativo en su vida. Podemos tomar decisiones que traicionen nuestro futuro. Algunos hombres

todo lo que necesitas para tener grandes músculos y lucir musculoso. Entonces toman esteroides. Y son magníficos. Pero a la larga, estas opciones serán contraproducentes. Las complicaciones de salud son el resultado final de esta elección. El deseo de lucir bien en nuestra juventud puede costarnos todo nuestro futuro.

Tus elecciones tienen un poder significativo o una trayectoria hacia el futuro. Cuanto más joven eres, más poderosas son tus opciones y más caballos de fuerza tienes. Con el tiempo, el poder se erosiona, ya que las consecuencias de las viejas elecciones son espesas y difíciles de doblegar.

A medida que envejecemos, nuestras opciones comienzan a reducirse. Puede intentar volver atrás y corregir decisiones pasadas. Podemos intentar ir a la universidad a los treinta. ¿Pero te vas a convertir en pasante a los treinta y seis? ¿Puedes vivir de fideos ramen como lo hacías a los veintidós años? Es difícil corregir viejas decisiones sin más consecuencias.

Cada una de esas elecciones que hacemos en la vida es una pequeña mariposa.

En este momento tienes más poder del que has tenido en cualquier otro momento de tu vida. Porque ahora finalmente sabes cómo funciona el mundo. Que tus acciones tienen consecuencias.

El propósito de esta sección no es hacerte mirar hacia atrás con pesar. Es una pérdida de tiempo.

A partir de ahora, debes mirar hacia el futuro. Debes tomar una decisión consciente para poner mariposas positivas en el universo. Puedes alterar el curso de tu destino.

Es hora de alcanzar la grandeza.

### **Por qué la mayoría de las "guías de riqueza" mifallan**

El universo está repleto de guías de "creación de riqueza". Pase treinta segundos en Amazon y encontrará suficiente para ahogar a un caballo. Muchos de ellos están escritos por personas que simplemente han leído otras guías y las regurgitan. Se centran en el "panorama general".

Pero eso no es suficiente. Cuando compras un libro de cocina, quieres detalles. Desea conocer los ingredientes correctos, los pasos correctos y el orden correcto. Necesita pasos concretos que pueda seguir para obtener el resultado deseado.

La mayoría de estos libros y métodos de creación de riqueza dejan de lado cosas importantes para hacerte rico. Es como esperar que cocines, pero te dan ingredientes incompletos o la receta no contiene la salsa secreta y te preguntas por qué fallaste.

Estas estrategias se centran en el camino a la riqueza. Este camino mágico que lleva al éxito, pero desafortunadamente no lo hacen...

no aborda nada más. No te enseñan a conducir un coche para ir por ese camino. Esperan que ya sepas este paso. O que estás solo. El hecho es que aprender a conducir un automóvil es, con mucho, el paso más importante.

El resto, el camino, es la parte fácil. Una vez que sepa cómo conducir, incluso si se pierde, puede encontrar el camino hacia la ciudad del éxito. Se centran en la parte equivocada del conocimiento.

Recuerdo haber leído Padre Rico, Padre Pobre. Estos fueron los secretos que los padres ricos enseñan a sus hijos. Dijo que toma tu dinero y úsalo para comprar bienes raíces. Entonces obtienes una ganancia en los bienes raíces y ese es el dinero que puedes gastar. Se trataba de hacer que tu dinero trabaje para ti. Pero no hubo una sola palabra sobre cómo elegir una propiedad para comprar. Ni una sola palabra sobre cómo

para hacer este proceso. Se supone que ya sabe cómo cambiar cosas para obtener ganancias, pero aún no lo está haciendo.

Esta suposición le quita mucho poder a este libro. Me gustaron los conceptos generales, pero cuando se trata de pasos concretos, me defraudó.

Tengo buenas y malas noticias para ti. Primero te daré las malas noticias. La riqueza es un proceso. No sucede en un instante. Claro, puedes tener una herencia o ganar un pleito o algo que depende de la suerte, pero eso no es riqueza. La última

lo que debe depender para tener éxito son factores fuera de su control.

Ahora las buenas noticias. Sé cómo potenciar este proceso de creación de riqueza. Sé cómo evitar los traspies que ralentizan y retrasan el camino hacia el éxito. Ese proceso que te trae la riqueza que deseas.

### **La riqueza es el resultado de un PROCESO, no de un evento específico.**

Eso es lo que hiciste para llegar allí. Para la riqueza a largo plazo (no estoy hablando de la lotería), el proceso ES el resultado. Los pasos que tome en el camino hacia la creación de riqueza son todos importantes. Todo el viaje debe ser rentable. Ganar dinero no debería ser el destino al final de un arduo viaje. En esta guía, lo que le mostraré es la vía rápida para obtener el proceso de creación de riqueza y los resultados que desea.

Desafortunadamente, la mayoría de la gente solo ve el evento. Ven la riqueza como un momento único en el tiempo, como si me fuera a dormir pobre y me despertara rico. Así es como la mayoría de la gente percibe el éxito. Miran a Bill Gates y piensan que inventó un código de computadora una mañana y se hizo rico. No piensan en los años de lucha, rechazo y fracasos. La gente olvida la pelea.

Para crear mi primer negocio, tuve que hacer sacrificios.

Tuve que dormir en el sofá de mi amigo durante un año. Durante este período, aprendí a administrar y crear mi primer negocio. Mi amigo tuvo mucho éxito y fue mi mentor. Cuando la gente me vio unos años más tarde y vio mi éxito, asumieron que era fácil. Pero ninguno de ellos estaba listo para dormir en un sofá y abandonar su red de seguridad.

Para poner el trabajo duro para el éxito. Ignoraron mi proceso. Por eso no pudieron reproducirlo.

Desafortunadamente, estas personas buscan eventos y soluciones rápidas. Siguen comprando cursos sobre cómo hacerse millonario de la noche a la mañana. Ignoran formaciones que admiten que el éxito es un proceso. No quieren trabajar duro. Quieren apretar un botón mágico y el dinero

deletrear. La mayoría de las personas van a una cacería de eventos, que es como perseguir unicornios. Y lamentablemente, los unicornios simplemente no existen.

La búsqueda de la solución milagrosa conduce al fracaso.

Pensemos un poco en la cocina. ¿Qué parte es el proceso y qué parte es el evento? Para un chef, cocinar es el proceso. La comida en sí es el evento. Mucha gente entra en un restaurante, ve el plato y piensa que no fue difícil de crear. Se olvidan del entrenamiento, la escuela y el sudor en el camino para convertirse en un gran chef. El proceso es fácil de olvidar.

¿Cuál es su definición personal de riqueza? Tal vez has estado pensando en una gran cantidad de dinero durante todo este capítulo. Como Scrooge McDuck. Piensas en una caja fuerte llena de monedas de oro.

Pero detengámonos por un momento. Vamos a pensar realmente en ello, porque es muy importante. Antes de iniciar un viaje, debe

estar seguro de su destino. Para la mayoría de las sociedades, la riqueza

significa un montón de cosas. Dinero, motos de agua, mapas y televisores. ¿Es eso lo que te hará realmente feliz?

La verdadera definición de riqueza es salud, libertad y familia. ¿De qué sirve todo el dinero del mundo si estás enfermo? ¿Quién quiere ser multimillonario para morir a los 40? ¿Quieres ser uno de esos ricos que están rodeados de padres que los odian? Padres que solo están esperando que mueras para poder recoger tu esqueleto.

Cuando nos enfocamos en un área, las otras se desvanecen. Y terminamos siendo infelices. Nuestra vida está desequilibrada. Pasamos tanto tiempo persiguiendo un sueño que cuando llegamos allí, nos damos cuenta de que no era lo que queríamos en absoluto.

Lo que quería era suficiente dinero para hacer las cosas que siempre había soñado. Poder viajar con mi familia. Pasar todo el tiempo que quiera con mis hijos. Nunca mueras en la oficina.

Esta es mi definición de riqueza.

### **mi¿Eres un millonario de 30k?**

Estas son las señales que indican que podrías ser uno.

1. Te ves rico, pero todo es a crédito y tú

en realidad estás arruinado.

2. Si tiene que preguntarse si puede pagarlo, lo más probable es que no pueda.

3. Si puede pagarlo y no afecta su estilo de vida actual, entonces realmente puede pagarlo.

Estas son las tres pruebas para ver si estás viviendo al revés. La mayoría de la gente está atrapada y vive de esa manera. Compran lo que quieren. Cosas que impresionarán a sus amigos y vecinos. Y luego pasan los próximos tres, cinco o incluso veinte años pagándolos.

Cuando era más joven, trabajé durante un tiempo para una gran empresa de informática. Estaba vendiendo por teléfono. Era una pesadilla, pero era el único trabajo que podía tener. La gente llamaba para pedir una computadora y tenía que pagar a crédito. Pidieron un préstamo a mi empresa. El préstamo fue por \$1,500 y la tasa de interés fue de 27.99%.

Un día, algunos compañeros de trabajo y yo sacamos nuestras calculadoras. Si hubiera pedido una computadora y obtenido un préstamo completo, lo que la mayoría de la gente ha hecho, le tomaría casi TREINTA AÑOS pagar esa computadora. ¿Conoces a alguien que tenga una computadora de treinta años en este momento?

Así es como puede saber si una computadora tiene treinta años. ¡No tiene disco duro!

Imagina pagar por un dispositivo que no has usado durante décadas. Por supuesto, en ese entonces era emocionante tener una computadora nueva. Pero hoy, te arrepientes de esta decisión.

Vivimos en un mundo donde la mayoría de las personas sacrifican su futuro para disfrutar de su presente. Eso es lo que realmente son las tarjetas de crédito y las deudas. Es como si el tú del pasado hubiera traicionado al tú del futuro.

Más dinero no compra más felicidad, porque la mayoría de las veces, cuando las personas obtienen más dinero, significa que se ven obligadas a vivir más ataduras, no a la libertad. ¿Qué sucede cuando obtienes ese ascenso con el que has estado soñando? Con ese dinero extra viene mucha más responsabilidad. No más largas noches en la oficina. No más fines de semana lejos de tu familia.

¿Estás seguro de que esto te hará feliz?

Si las personas obtienen más libertad con más dinero, serán más felices. Déjame darte una opción simple ahora. ¿Qué pasaría si pudieras ganar exactamente el mismo salario que hoy, pero tuvieras que trabajar la mitad de las horas? Entonces, si tiene un trabajo de tiempo completo, en lugar de cuarenta horas a la semana, solo tendría que trabajar veinte horas.

La segunda opción es que puedes ganar el doble de dinero pero tienes que trabajar un 25% más de horas.

Así que ahora trabajas 50 horas a la semana, pero ganas el doble de dinero. Ahora tienes mucho más dinero pero menos libertad.

Tómese un momento para cerrar los ojos y pensar en esta respuesta. Antes de tomar una decisión final, sepa que en la primera opción, se le paga un 20% más por hora.

Por lo tanto, su tiempo es más valioso Y tiene más libertad.

### **El arte de definir objetivos**

¿Cómo manejan sus metas las personas verdaderamente exitosas? Hay un millón de libros sobre el establecimiento de metas. Todos te dicen que escribas tus metas. Después de eso, sus consejos divergen en un millón de direcciones diferentes. Lo que realmente queremos hacer con Goals es moldear a las personas para que tengan el éxito que deseamos.

Aquí hay algunos secretos de objetivos de personas exitosas:

No traen emociones a la ecuación. No dejan que su ego se interponga en el camino de su éxito. Su único objetivo es lograr la meta que se han propuesto. Escribo libros para ganarme la vida. Conozco a muchos autores mediocres. Quieren escribir libros que les apasionen y encontrar maneras de convertir esa pasión en éxito financiero. Su ego no les permite escribir libros que creen que son "indignos" de ellos. Empecé en la dirección opuesta. Quería ganar suficiente dinero para pagar

la libertad que quería. Así que escribí libros que sabía que serían populares. Una vez que logré el éxito financiero, me embarqué en los proyectos de mi pasión, como este libro. Estos autores por los que pasé

tiempo? Siempre están luchando para que alguien lea sus libros. Pusieron el ego y las emociones primero y eso detuvo su éxito.

Antes de aceptar un proyecto o una tarea, debes hacerte algunas preguntas esenciales. ¿Cuál es el riesgo total frente a la ganancia final para mí a lo largo del tiempo? Es el cálculo de riesgo y recompensa en la toma de decisiones. Pones tus riesgos en un lado de una hoja de papel y escribes las recompensas en el otro lado. No debes dejar que la emoción guíe tus planes y metas. Esto puede conducir a problemas. Te verás atrapado en un proyecto que suena emocionante, y unos meses más tarde te encontrarás atrapado haciendo algo que no te gusta y trabajando con personas que odias.

No tome las decisiones permanentes de la vida a la ligera. Debes evitar tomar decisiones permanentes en tu vida porque nada es seguro en esta vida y hacerlo es como firmar un contrato de juego ¿Quieres aprovechar una oportunidad solo porque suena emocionante? ¿Suena familiar?

Así es como la gente queda atrapada en esquemas para hacerse rico rápidamente y termina perdiendo todos los ahorros de su vida o, peor aún, sus hogares.

Los pobres tienen una mentalidad diferente. Están demasiado enfocados en el corto plazo. Esto se aplica a las personas que son económicamente pobres, tienen problemas de salud o incluso tienen malas amistades. Están buscando una victoria rápida. Piensan en ganancias inmediatas. "¿Qué me traerá ahora?" Este

La pregunta es por qué tantas personas nunca progresan en la vida. Saltan de corto plazo a corto plazo sin considerar las consecuencias a largo plazo.

Siempre debes abordar un proyecto preguntándote qué es lo peor que puede pasar. Si el proyecto falla, ¿cuánto podría perder? Esta no es una forma negativa de pensar. Se trata de cubrir y limitar el riesgo. Este es el proceso de pensamiento de las personas verdaderamente exitosas. Debe esperar el éxito, pero prepararse para el fracaso. No te comprometas con un proyecto donde el fracaso te destruirá.

Mientras las probabilidades estén a tu favor, puedes hacer esta última apuesta. Muchas personas no quieren tomarse el tiempo para hacer algo porque temen que sea una pérdida de tiempo. Me gustaría decirte que puedes llegar a la cima. Pero eso no sería cierto. Tienes que fallar a menudo para llegar a la cima. Aprendí más de mis fracasos que de mis éxitos.

Hay un tiempo para ser agresivo. Un momento para jugar en grande Ese momento es cuando las probabilidades están a tu favor. Hay una gran diferencia entre un riesgo calculado y una apuesta ciega. Los jugadores profesionales de póquer conocen las probabilidades de cada mano en el juego y administran constantemente esas probabilidades. A veces ganan a lo grande ya veces lo pierden todo. Necesita conocer las probabilidades incluso mejor que eso si quiere apostar en grande.

El control de riesgos es la clave del éxito.

Sea moderado en la mayoría de las cosas y sea fanático solo para lograr sus objetivos finales.

### **L'imentalidad de éxitomis**

Para tener éxito, es necesario tener la mentalidad correcta. Muy a menudo, somos lo único que se interpone entre nosotros y el éxito. Tomamos malas decisiones o dejamos que nuestros miedos nos limiten. No puedo decirte cuántas personas conozco que están limitadas por su éxito.

Solía trabajar con una mujer que estaba muy orgullosa de su pobreza. Siempre se jactaba de que ella y su marido eran la única pareja blanca en un barrio negro. Siempre decía que no quería ganar más dinero porque el éxito la "cambiaría". Tenía miedo de convertirse en una persona diferente si tuviera más dinero.

Sin embargo, cuando me ascendieron antes que ella, siempre se quejaba. Inicialmente, ella rechazó mi puesto. Fue la única razón por la que me contrataron. Pero ella nunca perdía la oportunidad de pasar a quejarse de mi escritorio o de la silla nueva. Dejó que su propio miedo al cambio le impidiera aceptar el trabajo, pero cuando vio lo que podría haber tenido, actuó con celos infantiles.

No dejes que el miedo te impida hacer una gran vida por ti mismo.

En el juego de la vida debes tener riqueza, salud, relaciones y algo de espiritualidad. Si alguno de estos no está sincronizado, sentirá un desequilibrio en la vida y en los demás.

también. Por eso estamos construyendo una base importante aquí. Usted debe trabajar en todas las áreas de tu vida al mismo tiempo. Si está desequilibrado, no apreciará tanto sus éxitos.

Para tener éxito, tienes que trabajar para llegar a la cima. Debes construir tu imperio un ladrillo a la vez. El único trabajo en el que comienzas en la parte superior es cuando cavas un hoyo. ¡Y ese no es el tipo de trabajo que quiero!

A veces en la vida tienes que tomar decisiones a las que tus amigos y familiares se oponen. Incluso si te gustan las personas que te rodean, tienen más miedo que nadie de tu éxito. Harán todo lo posible para evitar que cambies. Tienen miedo de que el nuevo y exitoso tú ya no quiera ser su amigo. Pero cuando logras el éxito por el que luchaste, son los primeros en llamar a tu puerta pidiendo limosna.

Cuando tuve éxito, fueron mis viejos amigos quienes trataron de detenerme. Seguían diciéndome que no debería probar nuevos proyectos. que no pude

nunca tener éxito como autor y que debería ceñirme a un trabajo de oficina agradable y seguro. Pero cuando mi negocio estaba en auge, quisieron venir a trabajar para mí. ellos eran los

los peores empleados porque no respetaban mi trabajo. para lograr mi éxito.

Olvidaron fácilmente el año que pasé durmiendo en un sofá. La agonía mientras luchaba por tener éxito.

No es que tengas que abandonar a tus amigos y familiares. Son una parte importante de tu vida. Pero siempre te verán como eras, no como eres. Y hay que aprender a aceptarlo. Los amigos y la familia te matan con amabilidad y, sin saberlo, te derriban. Fomentarán ideas terribles porque no quieren lastimarte y no entenderán cuando tomas riesgos calculados.

Te conviertes en el promedio de las cinco personas con las que pasas más tiempo. Apuesto a que si miraras a tus cinco amigos más cercanos en este momento y calcularas su ingreso promedio, sería menos del cinco por ciento de lo que ganas. Trato de hacer eso con la gente todo el tiempo y casi siempre tengo razón. Si te rodeas de gente que gana menos que tú, empezarás a menospreciarte. Si te rodeas de personas de tu mismo nivel, tu éxito se congelará.

Pero si te rodeas de gente que haga lo que tu quieres hacer. Gente que tiene la vida que tu quieres tener. Aquí es cuando tu vida comenzará a cambiar. Su

el conocimiento, el éxito y el impulso se te contagiarán. Estos amigos apoyarán tus esfuerzos por mejorar.

Otra forma de ver hacia dónde va tu vida es echar un vistazo a tu vida mental. Te conviertes en lo que piensas. Si pasa todo su tiempo pensando en negocios, entonces ese negocio crecerá. Si te pasas todo el tiempo pensando en la televisión, pues...

Tus pensamientos están hechos de creencias. Las creencias afectan tus decisiones. Las decisiones afectan tus acciones. Estas tres etapas constituyen el proceso por el cual nuestros pensamientos determinan nuestras acciones. Si quieres tener éxito en algo, tienes que invertir energía mental y energía física.

Desarrolla un sentido de gratitud. Cada habitante de un país del primer mundo ya está entre el 20% más rico del mundo. No necesitamos enfrentar el hambre, el hambre o la persecución religiosa a diario. Las cosas de las que nos quejamos son tan ridículas en comparación con las preocupaciones reales. ¿Cuándo fue la última vez que no pudo encontrar agua potable? Todos tenemos televisores, computadoras e Internet.

Incluso cuando las cosas están en su peor momento, date cuenta de lo afortunado que eres. No vives en una cueva en Pakistán o en una favela en Brasil. Esto es pobreza real. Vives en el paraíso en comparación con la vida que lleva la mayoría de las personas en este planeta.

Las personas exitosas hacen las mismas cosas que la mayoría de las personas.

Simplemente los hacen en un orden diferente. Administran el tiempo de otras personas o explotan la tecnología. Esto les permite expresar más trabajo de lo que tienen que poner en él.

Imagine dos personas que se dedican a la costura: una persona pobre y una persona exitosa. La pobre tiene que hacer todo a mano y solo puede coser diez cosas en un día. Está limitada por la rapidez con la que puede mover sus manos. La persona exitosa aprovecha la tecnología comprando una máquina de coser. Ahora puede coser 30 artículos en un solo día. Este apalancamiento le permite lograr el éxito mucho más rápido. Esto le permite comprar más máquinas de coser y contratar a más personas para operarlas. En un año, tienen 10 máquinas y 10 empleados. Eso significa que cosen 300 artículos en un solo día, mientras que el pobre solo cose diez.

Hay una regla llamada la regla 80/20. El veinte por ciento del trabajo que pones en un negocio genera el ochenta por ciento de los ingresos. Puede notar que pasa la mayor parte del tiempo trabajando en cosas que no

traerte nada. Aquí es donde nos distraemos. ¿Recuerdas a los otros autores que mencioné antes? Pasaron el ochenta por ciento de su tiempo escribiendo libros que nadie quería leer.

Siempre trata de averigüe qué cosas le ocupan más tiempo y cuáles son en realidad el uso más valioso de su tiempo.

A menudo, las cosas en las que pasamos más tiempo no valen la pena. cuanto tiempo en el trabajo

¿pasas "llenando tu tiempo" o participando en proyectos sugeridos por tu jefe que son una pérdida total de recursos? Hay millones de gerentes que asignan tareas que hacen perder el tiempo a sus empleados.

día. Comience a evaluar cómo pasa su tiempo y qué cosas hace que son valiosas en el trabajo o en el hogar.

Esta regla también se aplica al gimnasio. La mayoría de la gente pasa mucho tiempo en el gimnasio charlando o divirtiéndose en el vestuario. Muy pocas personas son totalmente efectivas. Conozco a muchas personas que pasan dos horas en el gimnasio para lograr lo que solo debería tomar cuarenta minutos.

Es importante entender que todo lo que vemos se compone de reglas. Una vez que comprenda las reglas, puede manipular el sistema a su favor. Las personas ricas y exitosas conocen y entienden las reglas. Aquellos que están arruinados se quejan de que las reglas son injustas cuando no las entienden al principio.

La gente que se queja de que algo es injusto no entiende... este sistema.

Siempre hay gente quejándose cuando tengo un best-seller y ellos no. De hecho, estoy en una banda en este momento donde un chico se quejó de esto la semana pasada. Eché un vistazo a su libro. El título era terrible y había una palabra mal escrita.

Ni siquiera podías decir el género del libro basado en el título. La portada era atroz. Parecía que lo había dibujado un mono con un lápiz. Y la descripción de

libro era aburrido y poco claro. Había cortado todos los ángulos posibles. Los revisores dijeron que el libro era atroz y estaba lleno de grandes errores ortográficos y gramaticales. Y, sin embargo, pensó que se merecía un éxito de ventas. Se queja de que las librerías son injustas.

Sé que estará atento a errores ortográficos o gramaticales en este libro. Haré todo lo posible para no hacerlo. Leo mis libros varias veces y tengo una editorial, pero algo puede fallar. ¡Espero que me perdones si esto sucede!

Los pobres o los fracasados viven sólo el hoy en lugar de dejar un legado. Solo están tratando de llegar al mañana y no están invirtiendo su tiempo en el futuro. Cada persona exitosa que conozco trabaja horas extras. Conozco a alguien que tenía un trabajo de tiempo completo y trabajaba todas las noches en su garaje durante cuatro horas en su propio negocio. Su familia estaba dormida y él solo dormía unas pocas horas por noche. Pero estaba haciendo sacrificios para construir algo grandioso.

Las personas sin éxito se enfocan en lo mínimo. Quieren trabajar lo justo para no ser despedidos. Y cuando alguien a su alrededor lucha por tener éxito, intentan derribarlo. Tienen miedo de que alguien más que trabaje duro los haga quedar mal. Y cuando el tiempo corre en el trabajo, son los primeros en salir.

No se quedan ni un minuto más de lo necesario.

Los ricos entienden la globalización y se mueven con los tiempos, y la utilizan para su beneficio. Los pobres se quejan y se niegan a cambiar. Hay dos tipos de personas que

responder a los cambios en el mercado global. Hay quienes se quejan de que los extranjeros están robando trabajos y destruyendo todo. Son los

personas que están atrapadas en la mentalidad equivocada. Y luego están los que ven en esta situación una oportunidad para aprovechar la situación. Conozco personas que tienen un trabajo de tiempo completo y que contratan a alguien en otro país para que haga su trabajo por ellos. Subcontratan su propio trabajo y le pagan a la persona el diez por ciento de su salario original.

Por lo tanto, no es necesario ser rico para beneficiarse de la globalización. Puedes mudarte a otro país donde el costo de vida sea mucho más bajo. Puedes vivir como un rey en muchos países por tres mil dólares al mes. En Estados Unidos, la mayoría de la gente considera que eso es un salario bajo. Por lo tanto, es posible ganar lo mismo, pero aprovechando mejor la situación.

Los ricos se preparan para lo peor pero planean lo mejor. Hablan en términos de ideología y fantasía romántica, pero en realidad entienden que tienen que protegerse si ocurre el peor de los casos. Están listos si pierden su trabajo o si falla un proyecto. Gastan menos de lo que ganan. La mayoría de los estadounidenses gastan el 110% de lo que ganan cada mes. No importa lo que ganen, gastan un diez por ciento más.

Digamos que gana \$ 3000 por mes. Este es un salario promedio normal. Cada mes gastas \$300 más de lo que no tienes. Eso es \$3,600 al año de deuda que está acumulando. Pero luego obtienes algunas promociones y la vida es buena. Empiezas a

ganar \$ 1000 por mes. La mayoría de la gente diría que es bastante excepcional. Tu calidad de vida se ha disparado. Pero tus hábitos de consumo siguen siendo los mismos.

incluso. Gastas \$1000 más cada mes de lo que no tienes. Ahora eres "más rico", pero acumulas tu deuda aún más rápido. Y cuando golpees la pared, el dolor será mucho mayor.

Si pierde su trabajo ahora, podría tener problemas y deberle a las compañías de tarjetas de crédito decenas de miles de dólares. Es por eso que, para la mayoría de las personas, ganar más dinero solo empeora su vida, no la mejora.

El 1%. Personas en la parte superior de cualquier categoría. -finanzas, estado físico o familia- no tienen miedo de hacerse preguntas difíciles. Están listos para ajustar su trayectoria si ven una falla en su estrategia o implementación.

Las personas ricas y exitosas tienen un mayor nivel de expectativas mínimas. Japón y Alemania se convirtieron en superpotencias poco después de perder grandes guerras. No tenían nada y tuvieron que reconstruir su economía desde cero. Tuvinieron que luchar para volver al juego y, sin embargo, Filipinas construyó un aeropuerto gratuito hace más de 100 años y no pasó nada.

### **La gente no aprecia lo que obtiene gratis en la vida.**

Perdí mi trabajo cuando tenía 29 años. Esa fue la última vez que alguien me despidió. me negué a ir a

asistencia social o tomar cualquier tipo de ayuda del gobierno. por supuesto que podría

tienen. Sólo tenía que ir a la oficina y llenar unos formularios. ¡Dinero gratis! Pero eso no es lo que tengo en mi alma. Sé que las personas exitosas nunca quieren limosnas. Los pobres los están esperando. Luché y creé mi primera empresa y en dos años estaba ganando más de diez veces el salario del patrón que me despidió.

Si tienes la mentalidad correcta, puedes encontrar un éxito masivo. Si hubiera comenzado a recibir ayuda, habría matado mi motivación. ¿Por qué trabajar duro cuando ya tienes un buen estilo de vida gratis?

Mucha gente sigue todos los pasos de un proceso excepto tomar acción. Conozco a muchas personas que les dicen a todos que son autores. Cuando los conozco, estas personas quieren contarme sobre la brillante idea que tuvieron para un libro. Quieren contarme todo sobre el gran libro que nunca escribieron. Creen que son iguales a mí. La única diferencia es que yo escribía y vendía libros. Ellos tampoco.

El punto es que el proceso de escritura es lo que te convierte en escritor. No se trata de si eres bueno o malo en eso. Hay muchos escritores muy malos. Pero al menos son verdaderos escritores. Es lo mismo sin importar lo que hagas. La gente equipara sus deseos con tus esfuerzos en el mundo real.

Si toma todos los pasos posibles para maximizar sus posibilidades, puede manipular las probabilidades. Si usted

escribe suficientes libros y publícalos en suficientes plataformas, eventualmente tendrás un

el éxito. Para los extraños, parece "suerte". Es simplemente porque no entienden el proceso y el esfuerzo que condujo a su éxito.

No entienden que has trabajado lo suficiente como para cambiar las probabilidades a tu favor. La suerte no tiene nada que ver con eso.

Déjame ponerlo de otra manera. Digamos que tienes un caballo en una carrera. Hay ocho caballos en la carrera. Entonces, las probabilidades de que su caballo gane son de 1 en 8. Pero digamos que cada año ingresa un caballo más. Al año siguiente, por lo tanto, tienes dos caballos en la carrera. Sus posibilidades de ganar ahora son del 25%. Después de ocho años, tiene la garantía de ganar porque los ocho caballos son suyos.

Puedes manipular las probabilidades.

Una vez que entiendes la ley del universo, sabes que las cosas no siempre salen como tú quieres, sino como tú quieres. Entonces hablas de las cosas de una manera idealista, pero entiendes que la realidad casi nunca es así y estás anclado en ella. Hay una diferencia entre la realidad y el deseo y el esfuerzo es el puente entre estas dos cosas.

Hablemos del miedo por un momento. En este momento, hay una gran tendencia de enfrentar tus miedos. Y yo era parte de esta tendencia. Hay ciertos miedos que he tratado de conquistar. Pero siempre hay un propósito detrás de este viaje.

Cualquier miedo al que te enfrentes debe tener un propósito. Ella debe

facilitar un resultado deseado. No hagas algo solo para

para sentirse bien o para lograr un efecto emocional a corto plazo. Esa no es razón suficiente.

Si te enfrentas a un miedo sin motivo real o porque quieres sentirte bien, te estás haciendo daño. Te entrenas para revivir constantemente esa decepción después de que el sentimiento desaparece. Hay una sensación de euforia a corto plazo que tienes. Esta euforia de hacer algo difícil. Cuando se desvanece, hay un sentimiento de decepción. Te entrenas para seguir sintiendo esa decepción. Esto conduce a la depresión a largo plazo.

Las personas exitosas no viven indirectamente a través de los logros de los demás. Solo están orgullosos de sus propios logros. Hay gente que está obsesionada con los equipos deportivos. Tienen toda la ropa y después de un gran partido dicen "ganamos". Pero no tienen nada que ver con ganar. Vinculan sus emociones a las acciones de otra persona. Están orgullosos de algo que en realidad no han hecho. No desperdicias esta emoción en acciones fuera de tu control. Si solo se elogia a sí mismo por las cosas que realmente hizo, se verá impulsado a seguir teniendo éxito para ganar esa recompensa.

Las personas exitosas saben fallar y se dan cuenta de que el fracaso es parte del éxito. Puedes seguir fallando mientras falles.  
Las personas que nunca fallan tienden a nunca

aprender nada

Cuanto más exitoso eres, más consciente te vuelves del mundo que te rodea. Te vuelves menos egocéntrico. Usted es

no el centro del universo. Son los perdedores en la vida que piensan que todo se trata de ellos. Como si el universo estuviera completamente enfocado en evitar que encontraran el éxito.

Hablemos de la lectura por un momento. ¿Cuándo fue la última vez que leíste un libro antes de este? Y me refiero a un libro que realmente terminó. Puede saber si alguien es un ganador solo en función de sus hábitos de lectura. Leo un libro al día. Así de voraz es mi mente. Constantemente quiero absorber conocimiento y mejorar mi comprensión de nuestro idioma.

Conozco gente que se jacta de no haber leído un libro desde la secundaria. O que lo único que leyeron en el último año fue un solo artículo de revista. Nadie que haya tenido éxito me ha dicho eso. Cada vez, se trata de alguien cuya vida no va a ninguna parte, extremadamente rápido. Nunca he visto a una persona rica o exitosa alardear de no leer más libros.

Los ganadores siguen leyendo. Puedes aprender lecciones difíciles de los libros en lugar de tener que vivirlas directamente. No hay necesidad de desperdiciar años preciosos de su vida aprendiendo algo de la manera difícil cuando podría haber aprendido fácilmente la misma lección al pasar unas horas leyendo un libro.

Todos estamos retenidos por creencias limitantes. Algunas las creamos nosotros mismos y otras nos las imponen.

Un adulto puede haberte dicho que nunca lograrías nada. Si lo dijo suficientes veces, podría haberse vuelto real.  
Ahora lo crees.

Tuve un amigo así cuando era más joven. Tenía un amigo que era un prodigio musical. Podía tocar media docena de instrumentos antes de terminar la escuela secundaria. Era uno de esos raros talentos que solo ves una vez en la vida. Tenía algunas oportunidades locas en su camino. Maravillosas ofertas de trabajo u oportunidades de estudiar en increíbles academias de música. Siempre los rechazó. Creció en un barrio terrible y su madre lo había convencido de que no merecía irse.

Las cadenas que lo retenían en este vecindario existían completamente en su mente.

También hay casos más famosos de creencias limitantes. ¿Sabías que hasta principios de la década de 1950, la gente creía que era imposible que un humano corriera una milla en menos de cuatro minutos? Permítanme compartir esta increíble historia con ustedes.

El 6 de mayo de 1954, Roger Bannister se convirtió en la primera persona en correr una milla en menos de 4 minutos. Antes de este evento monumental, la barrera de la milla de 4 minutos había desarrollado tal mística que algunos la consideraban una imposibilidad física para los humanos.

Incluso desde la época de los romanos, nadie en la historia había tenido éxito... Pero al mes siguiente, John Landy volvió a romper la barrera y, en los años siguientes, otra docena de corredores más. Hoy, casi 900 hombres corrieron una milla en menos de 4 minutos, incluidos un estudiante de secundaria y un

hombre mayor de 40 años.

Es cierto que cuando Roger Bannister cruzó la línea de meta, el deporte estaba a punto de romper ese récord. Durante el siglo pasado, los avances en técnicas de entrenamiento, equipos y superficies de pista han reducido constantemente los tiempos de carrera. Pero, ¿qué llevó a este hombre a batir el récord cuando lo hizo, cuando tantos otros lo habían intentado y fracasado?

¿Qué lo hizo diferente de todos los demás en ese momento?

### **Nuestras creencias determinan la altura de nuestras metas.**

Roger Bannister creía que podía correr la milla en menos de 4 minutos, por lo que se fijó esa meta con toda la determinación y concentración que pudo reunir. Después de un resultado decepcionante en los Juegos Olímpicos de 1952, Bannister tomó una decisión importante: quería ser el primer hombre en correr la milla en menos de cuatro minutos.

(Recuerde: los fracasos a menudo conducen a nuevos conocimientos que lo llevan a superar nuevos desafíos. El hecho de que no ganó una medalla en los Juegos Olímpicos es probablemente lo mejor que le ha pasado).

Las creencias ambiciosas conducen a metas ambiciosas. Las creencias limitantes conducen a objetivos impotentes. Rara vez lograrás más de lo que te propusiste lograr, y no podrás dar en el blanco si no te lo propones. El pensamiento positivo no es suficiente, pero crea

una mentalidad que combina una planificación y ejecución superiores.

Cuando crees que algo es posible, tiendes a planificarlo. Después de que Roger Bannister tomó la decisión de abordar la milla de 4 minutos, cambió su régimen de entrenamiento, entrenando con más frecuencia y con intervalos más duros. Entrenó con la única intención de batir ese récord.

Su actuación el 6 de mayo de 1954 no es un accidente del destino.

Fue la intersección de creencia, motivación, planificación, ejecución y un poco de suerte.

¿Por qué John Landy no fue el primero en romper el récord de la milla en 4 minutos? Lo único que mantuvo su nombre fuera de los libros de historia fue su **creencia limitada**. No lo hizo porque no creía que fuera posible. Un mes después de descubrir que era posible correr una milla en menos de cuatro minutos, lo hizo.

No basta con desear una estrella para hacer realidad tu objetivo. Pero elevar tu nivel y creer que puedes lograr algo es el primer paso. Con la creencia viene la visualización, y con la visualización viene la planificación, y con la planificación viene la ejecución. La profunda creencia en su capacidad para lograr una meta le brinda la motivación y la disciplina para seguir adelante con su plan, incluso cuando las cosas se ponen difíciles.

Por eso la ley de la atracción es tan poderosa. Cuando se implementa correctamente y se combina con la acción correcta,

puedes lograr lo que otros creían imposible.

## **Parte 1: Vuelva a conectar su sistema de creencias (y sal de tu propio camino)**

### *Rompe las barreras de resolución imaginaria*

Lo primero que queremos hacer en el camino hacia la manifestación de tu destino es reconfigurar tu cerebro. Ahora que ha visto todas estas formas cruciales de pensar, queremos cambiar su forma de pensar.

Cuando observamos la mentalidad de éxito, es posible que haya notado que todavía no piensa como piensa una persona exitosa. No es grave. Una vez que recablemos tu cerebro, esta forma de pensar te resultará natural.

Es importante cambiar tu forma de pensar porque ahí es donde comienza todo comportamiento. Recuerda los tres pasos entre pensamientos y acciones.

Tus pensamientos están hechos de creencias. Las creencias afectan tus decisiones. Las decisiones afectan tus acciones.

Hay varios obstáculos en nuestra vida intelectual que se interponen entre nosotros y el éxito. Puede ser desalentador tratar de arreglar todo de una vez. Veamos estos patrones peligrosos como un todo antes de comenzar a tratarlos uno por uno.

Los patrones de pensamiento negativos que queremos romper son la duda, el pensar que no se merece, el miedo y la carencia. Piensa en cada uno de estos cuatro patrones. ¿Cuántas veces uno de ellos te ha impedido seguir adelante? ¿Cuál te limita más?

Si te ofrecieran un gran ascenso en el trabajo, ¿cuál de estos patrones de pensamiento negativo te afectaría primero?

¿Tendría miedo de no poder realizar las tareas necesarias para este nuevo trabajo? ¿O pensarías que alguien más debería haber conseguido el ascenso por ti? Tal vez solo tengas miedo de que todos te miren ahora y piensen que la promoción te pintó una diana en la espalda. O tal vez simplemente no tiene suficiente de lo que necesita para hacer ese nuevo trabajo, después de todo, necesita mejor ropa para ser un líder y no puede comprar ropa nueva en este momento. Trate de aislar el patrón que le impide tener éxito. Hay algo interesante acerca de los empresarios en línea.

Cuando una persona deja su trabajo para iniciar su propio negocio, tienden a seguir ganando la misma cantidad de dinero al año siguiente. Entonces, si esta persona ganaba \$50,000 antes de dejar su trabajo, eso es lo que ganará con su nuevo negocio en línea.

Desarrollamos esta idea de que valemos una cierta cantidad de dinero al año.

Un amigo me enseñó este concepto hace mucho tiempo.

Cuando renuncié a mi último trabajo, solo ganaba \$36,000 el año anterior.

impuestos. Después de un año dirigiendo mi propio negocio, había alcanzado ese número.

casi al dólar más cercano. Cuando aprendí este principio, me di cuenta de que mi mentor tenía razón.

Sin ninguna decisión consciente, había decidido cuál era mi valor. Era un número artificial establecido por alguien de recursos humanos en un lugar en el que no quería volver a trabajar nunca más. Todos los meses cuando ganaba tres mil dólares, dejaba de trabajar. Sentí que gané lo que necesitaba para ganar ese mes. A veces solo me tomó unos días, a veces todo el mes.

Estaba trabajando por mi cuenta y tenía este objetivo inconsciente de reemplazar mi salario anterior. Este techo de cristal que me retenía, era invisible. Este

la limitación era algo que yo había creado por completo. Tan pronto como me di cuenta de esto, cambié mi comportamiento.

Al año siguiente, gano veinte veces más dinero. Soplé este viejo techo imaginario. Tan pronto como reconecté mi cerebro, descubrí de lo que REALMENTE era capaz.

Así que trabajemos juntos ahora para romper sus barreras imaginarias y permitirle lograr el mismo tipo de resultados imparables.

#### **L'niestado de ánimo de rectieneplaya**

Antes de entrar en detalles, es importante entender que es posible cambiar tu estado de ánimo. Puede sentir que está atascado. Que has pensado de cierta manera durante tanto tiempo que es imposible cambiar.

Es solo una forma de agregar otra creencia limitante encima de las demás. Este es el primer concepto que quieres lanzar ahora mismo. Ya sea que tengas quince o cincuenta años, puedes cambiar tu forma de pensar. Puede tomar el control de sus procesos mentales y lograr los objetivos que desea.

Cuando estaba en la escuela secundaria, tuve muchos problemas. Estaba frustrado y enojado todo el tiempo. Siempre me enojaba tan fácilmente que terminó convirtiéndose en mi modo predeterminado.

Es como si mi cerebro estuviera diseñado de esa manera. Así que mi reacción automática a la mayoría de las situaciones fue la ira. Terminé yendo a un grupo de terapeutas y psicólogos infantiles.

Todos me enseñaron lo mismo. Que las tormentas de mis emociones eran algo a lo que tenía que aprender a adaptarme. Lo mejor que podía hacer era tratar de soportar las iras pasajeras. Me dieron pastillas y me hicieron hablar de mis sentimientos todo el tiempo. Hicieron todo menos ayudarme.

Un día decidí que solo quería mis emociones

tener control Asumí un papel activo en cambiar la dirección de mis patrones de pensamiento. Tuve una simple realización. emociones

son solo pensamientos y puedo elegir en qué pensar. Es él.

Me di cuenta de que era posible controlar la forma en que funciona mi mente. Darme cuenta de que era posible cambiar mi mentalidad y patrón de pensamiento fue suficiente para abrirme la puerta. Ahora me enfado una o dos veces al año en lugar de una o dos veces a la semana. Y nunca estoy tan enojado como lo estaba entonces. Ni siquiera un poco.

Otros patrones de pensamiento que invaden nuestra mente se pueden cambiar de la misma manera.

#### **DUDAS**

Esto es lo que nos detiene a muchos de nosotros. Es esa sensación de que si lo intentamos, es posible que no tengamos éxito. La duda puede dificultar el inicio del proceso de manifestación.

Recuerda el primer paso en la Ley de Atracción. Si proyectamos un deseo hacia el universo pero está envuelto en dudas, ese deseo permanecerá insatisfecho. Debemos ser cien por ciento firmes en nuestras convicciones.

Para superar la energía negativa de la duda, simplemente concéntrate en lo que quieres traer a tu vida. Ya sea que te estés enfocando en la salud, las relaciones o algo financiero, solo concéntrate en esa cosa específica. No te preocupes por CÓMO ella entrará en tu vida. Simplemente esté abierto a lo que desea y acepte cómo el universo

te lo traerá.

El "cómo" entra en tu vida es irrelevante. No puedes controlarlo. No es tu trabajo. Esta parte es manejada por el propio proceso de manifestación. Así que todo lo que tienes que hacer es proyectar tu deseo lo más fuerte posible en el universo. Con solo imaginar tu deseo, se vuelve posible. Si puedes crearlo en tu mente, puedes crearlo en tu realidad.

Libera esos sentimientos de duda.

#### **MERECIDO**

¿Realmente mereces un ascenso en el trabajo? Tal vez alguien más trabajó más duro que tú. Tal vez no sabrá realmente qué hacer con más dinero. Tal vez no tengas la fuerza de voluntad para perder veinte libras.

Esta palabra tal vez. Es un cáliz de veneno.

Durante la primera fase de mentalidad, a medida que proyectamos nuestros deseos hacia el universo, debes concentrarte por completo en lo que deseas. No dejes que la idea de ganar entre en tu mente. Le pides al mundo que te dé lo que deseas.

No le estás pidiendo al universo que se lo quite a otra persona. No es un juego de suma cero en el que cada ganancia que recibes tiene que quitársela a otra persona. Quiero que

Estabas practicando un mantra corto conmigo ahora.

Tu eres digno. Eres lo suficientemente bueno. Estás calificado.

Estas son tres hechos. Estas no son tres opiniones.

Sigue repitiéndolas hasta que realmente creas esas palabras. Hasta que se conviertan en parte de ti.

Reemplaza cualquier palabra negativa que otros hayan dicho sobre ti con estas nuevas creencias positivas.

## **MIEDO**

Los miedos pueden convertirse en pensamientos dominantes y abrumadores. Pueden paralizar su capacidad para tomar decisiones. En una situación estresante o peligrosa, el miedo puede matarte. El miedo es el pequeño asesino que te susurra al oído. La voz que te hace tropezar cuando huyes del peligro.

Conoces esa escena de todas las películas de terror en la que alguien se da cuenta de que lo persiguen. Corre a su coche o a la puerta de su casa con las llaves en la mano. Están tan nerviosos que no quieren entrar en la esclusa. Y luego, por supuesto, dejan caer sus llaves.

Esta escena es una creación del miedo. ¿Cuántas veces has logrado poner una llave en la puerta de tu casa o en tu auto? ¿Alguna vez has tenido miedo y se te han caído las llaves? Claro que no.

Pero cuando tenemos miedo, terminamos haciendo lo que nos pone en mayor peligro.

Cuando te manifiestas, en lo que te enfocas es lo que obtienes. Si te enfocas en tu miedo, entonces el universo te dará exactamente aquello en lo que te has estado enfocando.

Digamos que está tratando de perder cinco libras. Entonces te enfocas en ese deseo y lo proyectas hacia el universo. Pero en el fondo de su mente, existe el temor de que en lugar de perder veinte libras, las ganará. Este pensamiento comienza a ganar impulso y durante su sesión de manifestación, todo lo que piensa es en su miedo a aumentar de peso.

Ahora has proyectado ese miedo. Esta energía negativa se está extendiendo por todo el universo. Así es como el miedo puede bloquear o destruir la manifestación.

Simplemente desecha el miedo durante este proceso. Cuanto mayor sea su fe en este proceso, más fácil será descartar e ignorar los susurros del miedo.

## **FALTA**

La idea de carencia es donde entramos en ciclos de pensamiento de los que simplemente no podemos escapar. Aquí es donde un solo pensamiento negativo puede ganar más y más poder y autoridad. Si no tenemos suficiente dinero, eso es lo que pensamos todo el tiempo. Nos asaltan preocupaciones y dudas que giran en torno a la falta de lo que necesitamos.

Mientras estos pensamientos dominen, permanecerás atascado.

Necesitas convertir esos pensamientos negativos en algo positivo.

En lugar de centrarte en la necesidad, puedes centrarte en la gratitud. Asume que el universo ya está trabajando para cumplir tu deseo. Ahora solo espera a que llegue el regalo.

En lugar de decir cosas como "Necesito más dinero", puedes cambiar a pensamientos como "Estoy muy agradecido de tener suficiente dinero". Concéntrate en estar agradecido por lo que se te presente.

No dejes que los constantes pensamientos de carencia te impidan alcanzar tus metas.

### ***Medidastienetoma para reconectar tu cerebro***

Ahora es el momento de mi parte favorita de todo este proceso.

Pasos específicos y prácticos que puede tomar ahora mismo para reconfigurar su cerebro.

#### **PEQUEÑAS RECOMPENSAS**

El primer paso de acción que quiero compartir con ustedes se llama Micro Recompensas. Si eso es lo único que aprende, absorbe o retiene de este libro, entonces cambiará su vida. Este es el principio más poderoso de toda esta guía y es muy simple:

#### **Siempre desea centrarse en lo positivo al tomar medidas.**

La mayor parte del tiempo, gastamos la mayor parte de nuestra energía pensando en nuestros fracasos y decepciones. Nos quejamos de cada producto que compramos que no hace lo que esperábamos. Los DVD de ejercicios que no nos ayudaron a perder peso o el aparato de cocina que se rompió el primer día.

Lo mismo sucede internamente. La manifestación es un proceso de aprendizaje. No se garantiza que funcione la primera vez. Por eso he dicho una y otra vez que el proceso es tan importante. La primera vez que tratas de manifestarte, realmente pones toda tu energía en empujar tu deseo hacia el universo. Le dices al universo que necesitas dinero. Y luego no pasa nada. No hay dinero en tu regazo.

Al día siguiente, te dices a ti mismo que el proceso no es grave y empiezas a tener cada vez más pensamientos negativos:

el dinero no llegó lo suficientemente rápido para satisfacerlo. Su amigo intentó lo mismo y recibió un cheque por correo dentro de las veinticuatro horas. Ahora crees que el proceso no te está funcionando. Comparas tu experiencia con la de tu amigo. Te sientes celoso y decepcionado.

El problema es que ahora asocias una emoción negativa con la **intentando**. Cuando intentamos algo y no obtenemos una satisfacción inmediata, hay

dos posibles patrones de pensamiento. Podemos centrarnos en el evento o podemos centrarnos en el proceso. Si te enfocas en el evento, o en este caso la ausencia del evento, tendrás pensamientos negativos. "No obtuve el resultado que quería". Este

el pensamiento negativo se adhiere tanto al proceso como al evento. Tu mente no puede dividir estos dos elementos. Así que ahora adjuntas una emoción negativa, este mal sentimiento, al acto de intentarlo.

Esto se aplica a cualquier negocio. Esta es la razón por la que la mayoría de la gente renuncia a las cosas:

abandonan dietas y planes que no dan resultados lo suficientemente rápido. Dejan caer cosas que les lleva mucho tiempo aprender. Es como la persona que no pinta una obra maestra el primer día de su clase de arte y se da por vencida. Debe intentar y esforzarse en aprender y dominar cualquier nueva habilidad.

En lugar de concentrarte en el evento y llenar tu mente con energía negativa, debes concentrarte en el proceso y encontrar lo positivo. Quieres sentirte bien contigo mismo por intentarlo. Es un elemento crucial del éxito. Si te refuerzas positivamente cada vez que lo intentas, asociarás un buen sentimiento al acto de intentarlo. Esto significa que incluso si fallas, querrás volver a intentarlo.

Así es como se construyen las personas verdaderamente exitosas. Ellos fallan. Aprenden de sus fracasos y los ven como tropiezos, no como desastres. ¿Tienes idea de cuántos fracasos me tomó convertirme en un autor exitoso? Mi primer libro no vendió ni un solo

Copiar. No he ganado un centavo. No me importó. Había escrito un libro entero. Me concentré en el hecho de que me hacía sentir bien.

Este sentimiento me dio el ímpetu que necesitaba para escribir el próximo libro. Y el siguiente

Constantemente desea adjuntar emociones positivas a su proceso. Así es como puedes manifestar tu destino.

### **Instale una "actitud de gratitud".**

Considere cuán pequeños e insignificantes son sus problemas en comparación con los de los demás. Considera que en este momento de la historia naciste con increíbles beneficios y oportunidades que nunca existieron. La mayoría de la gente es increíblemente pesimista. Piensan que el mundo está en su contra porque no son ricos. Tienen sobrepeso porque las empresas de comida rápida los engañaron. Se trata de enfocarse en lo negativo y culpar a una fuerza externa por su desgracia.

No caigas en esta trampa.

Esta es la mentalidad de un perdedor. Y eres un ganador. Sé agradecido por lo que tienes. Piensa en las pequeñas cosas. Ahora mismo no tienes dolor físico. Tuve un fuerte dolor de espalda después de un accidente automovilístico durante casi dos años. Toda mi vida he dado por sentada la idea de una espalda sin dolor. Nunca le dije al universo lo agradecido que estaba de vivir sin dolor. Y entonces, un día, todo desapareció. Ya no tengo una espalda sin dolor.

Cuando mi espalda finalmente se curó, estaba muy agradecida. Estoy agradecido todos los días que mi espalda

no me haga daño. Vivir un día entero sin dolor es algo mágico. Y, sin embargo, la mayoría de nosotros no pensamos de esa manera.

Así que haz una lista ahora de las cosas por las que estás agradecido. Puede ser una combinación de cosas buenas que tienes y cosas malas que no tienes. Piensa en todas las enfermedades que no te aquejan. No estás en la cárcel. No ha sido acusado injustamente de un delito que no cometió. Hay tantas cosas malas en este mundo que no te molestan.

Vives en una época en la que prácticamente toda la información que la humanidad ha descubierto ahora está disponible y organizada en Internet. Todo está a su alcance. Todo lo que quieras saber, lo podrás averiguar en unos instantes.

Haga una lista de todas las maravillosas oportunidades disponibles para usted. Vives en un país donde hay atención médica avanzada. Tienes libertad de religión y la posibilidad de votar por quien quieras. Tienes muchas libertades que mucha gente en este mundo no tiene.

Una vez que haya dominado este paso, puede pasar al paso tres.

### **Afirmaciones diarias y reflexiones sobre la gratitud.**

Todos los días debe tomar esta lista y pensar en ella durante al menos cinco minutos. Puede ser lo primero que mires por la mañana o lo último que

ver antes de ir a la cama. Vivir en un estado de gratitud impactará el mundo que te rodea. Las sonrisas son contagiosas. Al volverse más feliz y más

Si eres una persona positiva, cada vez más personas querrán estar cerca de ti.

¿Quién no quiere pasar tiempo con personas que lo hacen feliz? Esta energía positiva fluirá de tu cuerpo hacia el universo. Conducirá a más oportunidades y promociones. Esta es una de las formas más rápidas de ver la energía que pones en el universo manifestándose en la forma de tus deseos.

## Parte 2: Saludmi

### *sin saludmi, sin riqueza*

Sin tu salud, realmente no tienes nada. ¿De qué sirve un gran éxito si no puedes vivir para disfrutarlo? ¿Qué sucede cuando construyes un imperio y estás demasiado enfermo para gobernarlo? Por eso la gente creó la palabra "tragedia".

Si no está saludable, no vivirá tanto tiempo, no podrá trabajar tan duro y perderá más y más oportunidades. Cada día que está demasiado enfermo para trabajar es una oportunidad perdida. El día en que estás demasiado enfermo para trabajar podría haber sido el día en que tu jefe te dio un nuevo proyecto importante o el día en que se dio cuenta de que tenía que ascender a alguien.

Como una mariposa que bate sus alas, perder un solo día de trabajo puede tener efectos desastrosos.

Existe una relación simbiótica entre la salud y el éxito en la vida. Veo más y más personas que llevan vidas terriblemente insalubres. La mayoría de los estadounidenses son obesos. Mucha gente tiene que tomar pastillas todos los días para mantenerse con vida.

Cuando era joven, traté de construir mi negocio lo más rápido posible. Así que tomaba una bebida energética, me sentaba frente a la computadora y molía durante horas y horas y horas. Estaba luchando por cambiar mi vida. Desafortunadamente, ignoré por completo mi salud en ese momento. Seis meses después, estaba en la sala de emergencias por complicaciones cardíacas.

No quiero entrar en detalles, pero fue el día más aterrador de mi vida. El médico me dijo que tendría que tomar una pastilla tres veces al día por el resto de mi vida. En ese momento, tuve una opción. Podría haber aceptado mi destino o podría haberlo visto como un estímulo para actuar. He estado en el gimnasio como no lo creerías. Entrené más y más duro cada día. Estaba decidido a tomar el control de mi salud.

Ya no necesito tomar pastillas.

Fui al consultorio del médico y le dije que quería dejar de tomar las pastillas. Que había reeducado mi corazón y ahora era fuerte. No estoy tan loco como para dejar de tomar pastillas para el corazón sin consultar

mi doctor. No soy tan rápido con mi vida. Me hizo algunas pruebas y confirmó mis sospechas. yo era libre

Cuando me enfocaba demasiado en un área de mi vida, otra sufría. Como resultado, la calidad de mi vida se desplomó. No me importaba si podía comprar un televisor nuevo cuando mi corazón comenzaba a latir con fuerza o sentía que me quemaba. Tumbado en el suelo de una habitación de hotel con una bolsa de hielo sobre el corazón, no te importa cuánto dinero ganes.

Hay dos áreas clave de la salud, física y mental. Ya he hablado mucho sobre la salud física, así que pensemos en la salud mental por un momento.

Cuántos ricos pueden lucrar con su dinero cuando han sido condenados. La riqueza que tienes realmente no importa si el gobierno te la quita. Si estás encerrado y nunca puedes tocarlo.

Pero demos un paso atrás. Y hablemos de la depresión. La depresión es como una nube de apatía que poco a poco se va formando a tu alrededor hasta invadir cada ámbito de tu vida. Te empuja contra el suelo hasta que sientes que ya no puedes hacer nada. No tienes ganas de hacer nada. Puede pensar que tener éxito financiero automáticamente significa que no sufrirá depresión ni ningún otro problema de salud mental.

Desafortunadamente, esta falsa creencia puede destruirte.

Estudios recientes muestran que las personas económicamente exitosas sufren de depresión el doble que el resto de la población.

la población. Tener éxito significa que tienes el doble de probabilidades de sufrir depresión. Si cree erróneamente que la riqueza cura la depresión, corre el riesgo de recibir dos golpes. Ahora te sientes deprimido y además sientes que algo anda mal contigo porque tuviste éxito y las personas exitosas no deberían sufrir de depresión. Has encontrado una manera de duplicar tus problemas.

La clave es cuidar tu salud mental desde el principio. Debe asegurarse de tener prácticas mentales sólidas para poder disfrutar de su éxito a medida que envejece.

¿Quieres ser un anciano amargado o deprimido sin amigos y cuya familia espera ansiosamente el funeral?

Ya hemos discutido la importancia de su proceso de pensamiento para encontrar el éxito y manifestar su destino. Si permite que su salud mental se deslice hacia la depresión, los ciclos negativos o el estrés, puede destruirlo. Puede perder su capacidad de manifestarse. Un poderoso bloqueo mental puede impedirte encontrar el éxito en otras áreas de tu vida porque se pierde tu capacidad de manifestar tu destino.

Te sentirás como un superhéroe que ha perdido sus poderes.

## ***la profesión de la saludmi***

Llevar una vida saludable es más que una idea. Debe convertirse en una parte central de tu carácter. De tu identidad. No es una decisión. Debe convertirse en lo que eres.

Uno de los mayores problemas que enfrentamos como humanos es que no podemos enfocarnos en el largo plazo. A menudo hacemos cosas que son terribles para nosotros a largo plazo, pero llenas de placer a corto plazo.

Fumar. Beber demasiado. Comer rápido. Todo es diversión en el momento. Pero puede acortar su vida útil por décadas. Tenemos estos terribles hábitos que no podemos controlar porque no sabemos las consecuencias. Si quieres manifestar tu destino, prestar atención al largo plazo es la única forma de tener éxito.

Mucha gente dice cosas como: "No tendré un ataque al corazón durante al menos diez años, y me preocuparé por eso entonces". Pero luego ese primer ataque al corazón los mata. O si sobreviven, arrastran un tanque de oxígeno por el resto de sus vidas.

Terminan colapsando en la oficina, con el corazón lleno de arrepentimiento.

Seguimos buscando el atajo. El camino más fácil. Queremos hacer ejercicio durante sólo veinte minutos, una vez a la semana. El problema con eso es que todavía vas a morir joven. Es horrible, aterrador y abrumador.

Por eso ignoramos el problema.

Esta es la razón por la cual la mayoría de los estadounidenses tienen sobrepeso y el resto del mundo no se queda atrás. No nos gusta hablar de cosas aterradoras. Cuando un problema es demasiado grande y nos parece abrumador, no queremos enfrentarlo. No queremos mirar al horrible monstruo a los ojos. Y odiamos tener que tomar medidas.

Puedes vivir una vida larga, asombrosa y saludable. Solo haz ejercicio al menos cinco días a la semana. Seis es mejor. Siete es ideal. Sé que suena terrible. Se siente como una sentencia de prisión.

"Prefiero disfrutar de la vida y morir a los cincuenta, que tener que hacer ejercicio todos los días para llegar a los noventa".

Sentí exactamente lo mismo. La cosa es. No tienes que ir al gimnasio todos los días. Podemos encontrar actividades que realmente nos gustan. Personalmente, odio el gimnasio. Por alguna razón, nunca puedo obtener suficiente motivación para ir.

He probado cientos de deportes. Y en este momento. Me encanta el kayak. Ponme en un bote tirando de este remo y puedo girar fácilmente durante dos horas, siete días a la semana.

Yo la adoro. Tengo un par especial de increíbles auriculares a prueba de agua. Escucho musica. podcasts libros sobre

casete. Puedo ejercitarme y aumentar mis conocimientos al mismo tiempo. Ejercitar cuerpo y mente al mismo tiempo es un uso muy eficiente del tiempo.

Es la pieza central de mi régimen de ejercicios. Encontré algo que realmente me gusta y que me gustaría mejorar. Me hace sentir poderosa y en armonía con la naturaleza. Incluso tengo un kayak biplaza en el que puedo meter a toda mi familia.

Doy vueltas desde atrás mientras todos se relajan en el... frente. Es más trabajo para mí. Y es algo bueno.

Verá, nuestro cuerpo está diseñado para un estilo de vida físico. Fueron contruidos para ser usados. En estos días, la mayoría de nuestros trabajos son esencialmente mentales. ¿Cuántos trabajos requieren estar de pie?

Creo que solo está el peluquero y el cirujano. Todo lo demás, nos sentamos sobre nuestros traseros todo el día. No nos movemos. Nos sentamos en sillas ergonómicas con escritorios ergonómicos y teclados ergonómicos. Apenas usamos nuestro cuerpo. Créeme, sé lo que es.

Escribo para vivir. Me siento con mi computadora portátil y presiono esas teclas para pagar las cuentas. Me encanta escribir libros. Es mi pasión. Pero podría hacerlo sin mover mi cuerpo en absoluto.

El trabajo moderno ya no requiere el uso de nuestro

cuerpo. Y eso es lo que nos está matando. Solo usamos nuestro cerebro y es por eso que nuestros cuerpos comienzan a atrofiarse.

Entonces sucede algo aún peor. Nuestro cuerpo envía señales a nuestro cerebro. Diciéndole que es hora de romper. No usar nuestro cuerpo es una de las razones por las que nuestra mente comienza a debilitarse a medida que envejecemos.

Podemos romper este ciclo volviendo a estar activos como nuestro cuerpo quiere.

O.

Podemos poner excusas hasta que suframos enfermedades paralizantes y muramos antes.

Las decisiones que tomamos tienen graves consecuencias. Incluso cuando tratamos de fingir que no hemos tomado una decisión en absoluto. No vayas al gimnasio. No seas físico. Estas son siempre decisiones. Una vida saludable es una decisión seria y la mayoría de las personas optan por permitirse una muerte prematura.

Da un poco de miedo pensar en eso. La mayor parte de nuestra población tiene sobrepeso. Nuestra exportación número uno es un estilo de vida poco saludable y una comida horrible. Una vez fuimos una nación de gente sana y fuerte. Pero esa era ha terminado. Cada vez nos parecemos más a los grandes de Wall-E.

En esta película, cada persona se pasa la vida tumbada en la cama. Al hacerse más y más grande. Puede parecer

maravilloso al principio. Pero eso significa una vida útil mucho más corta.

¿Alguna vez has notado que todas las grandes celebridades mueren jóvenes? No es una coincidencia. Las malas elecciones de estilo de vida hacen que nos quememos demasiado rápido. Tienes que tomar una decisión seria para cambiar tu vida por completo. Olvida la idea de una transición lenta. Es solo una pérdida de tiempo.

Imagina que estás comenzando un nuevo trabajo mañana. ¿Cómo actuarías? ¿Cómo cambiaría tu vida? No hacemos transiciones lentas en otras áreas de nuestras vidas. ¿Estamos haciendo una transición lenta a la universidad? No. Nos presentamos el primer día y comenzamos la universidad. No existe un estado intermedio entre la transición lenta, fácil y amigable.

Entonces, ¿cómo cambiaría tu vida si tuvieras un nuevo trabajo? ¿Qué pasaría si este trabajo comenzara más temprano en la mañana? Inmediatamente te irías a la cama más temprano. No inventarías excusas, no presionarías el botón de repetición diciendo que estás demasiado cansado. Porque tratamos nuestras carreras como una prioridad.

Este sentido de prioridades es cómo debe lidiar con su nuevo estilo de vida saludable. ¿Cómo prioriza el trabajo sobre la familia y la enfermedad? ¿Cuántas veces has ido a la oficina con un resfriado o dolor de cabeza? Este es el nivel de dedicación que tu cuerpo necesita.

Tu cuerpo fue diseñado para una sociedad de escasez. Si querías comida, tenías que cazarla. Está diseñado para seguir funcionando aunque estés un poco enfermo. No es necesario renunciar a muchas cosas para convertirse en una persona sana. Puedes dejar la televisión. Acaso

es realmente tan importante? Esto es lo mejor de cambiar la televisión por un estilo de vida saludable. Vivirás tanto tiempo que podrás ver todos esos programas en Netflix en el ocaso de tu vida.

Piénsalo. Tienes algunas décadas más de vida por delante. También podrías guardar Game of Thrones para cuando tengas 90 años y finalmente tengas que reducir la velocidad. ¿Por qué desperdiciar tus años de salud sentándote en casa?

El secreto es hacer del ejercicio una prioridad seria en su vida. Tengo muchas aficiones, como todo el mundo.

Desafortunadamente, la mayoría de las cosas que me gusta hacer involucran sentarme en mi estúpido trasero. Así que los dejo a un lado. Siempre me aseguro de obtener mi tiempo de kayak primero. Esto está en la parte superior de mi lista de prioridades.

Es tan fácil decir que estoy muy ocupado hoy o que tengo que terminar de escribir un libro a tiempo. No puedo llegar tarde porque tengo que mantener a mi familia, etc. ¿Pero es realmente cierto? ¿Estamos tan ocupados que no tenemos treinta minutos para sudar?

Si ves televisión durante dos horas por noche. ¡Ves más de treinta minutos de publicidad! Cada. Soltero. día. Deshazte de los anuncios y podrás comenzar el camino hacia la salud. Esto te da treinta minutos que puedes dedicar al ejercicio diario. Es un gran paso en la dirección correcta.

¿Cómo comienza el fracaso? Todos nos hemos apuntado a un gimnasio o hemos iniciado una dieta fallida. Nos permitimos fallar, un pequeño paso a la vez. Comienza con una "recompensa" por trabajar tan duro. O nos tomamos un día libre del gimnasio. ¿Qué sucede cuando dejamos pasar un día?

Terminamos perdiendo una segunda sesión de entrenamiento. Y entonces nuestro ritmo se rompe.

Es tan crucial. Es por eso que necesitamos cambiar su identidad. Si el ejercicio es solo una parte de su vida personal pero no es realmente una parte de su identidad, estos errores comenzarán a aparecer.

Piénsalo de esta manera:

**Cada vez que te saltas un entrenamiento, acortas tu vida.**

Así es como puedes poner las cosas en perspectiva y mantenerte enfocado en la meta a alcanzar. El primer paso es inscribirse en un gimnasio. Encuentra un gimnasio que realmente te guste. Hay una nueva tendencia de gimnasios que se parecen a las clases de educación física de la escuela secundaria.

Realmente me gustan estas salas porque tienes un grupo de personas con las que entrenas y hay un gran sentido de camaradería.

No es necesario inscribirse en un gimnasio caro. Solo un lugar donde puedes sudar. Aquí es donde harás sacrificios para que puedas vivir una vida larga.

Valdrá la pena.

El ejercicio al aire libre es muy divertido. Pero aún necesita empujar y tirar de esos pesos al menos dos veces por semana. Me encanta el kayak. Podría hablar de ello todo el día. Es un buen entrenamiento porque es un ejercicio cardiovascular y realmente fortalece la parte superior de mi cuerpo.

Pero sigo haciendo ejercicio.

Necesitas asegurarte de que estás trabajando todo tu cuerpo. Un gimnasio ofrece cosas realmente importantes. Necesitas la estructura, los pesos y los recorridos. Estos elementos realmente te ayudarán a lograr el éxito que estás buscando.

Construye un gimnasio en casa. Está bien. Pero luego entrenas en aislamiento. Es difícil. Necesitas gente a tu alrededor. Ese sentimiento de comunicación es realmente importante. El aislamiento y la soledad pueden causar muchos problemas a medida que envejeces. Quieres ser más social. Entonces, hay dos beneficios muy importantes de unirse a un buen gimnasio.

Desea hacer del ejercicio una prioridad y establecer un tiempo fijo para hacer ejercicio. La estructura es la clave del éxito en esta área. Si entrenas todos los días en horarios aleatorios, comenzarás a perder días muy rápidamente. Seguirá diciéndose a sí mismo que hará ejercicio más tarde ese día. Sólo un poco más tarde.

Y luego te dirás a ti mismo que ya es demasiado tarde, que mañana por la mañana harás entrenamiento de fuerza. No caigas en esta trampa. Al tener un momento específico en tu agenda, se vuelve real. Sabes cuándo te perdiste tu entrenamiento. Es

importante. Te hace responsable de tus acciones. Y tus inacciones. Todos los días.

### ***La pasión puede contribuir a tu salud***

Ir al gimnasio no es tan divertido. Lo sé, pero todavía tienes que hacerlo. Es solo un paso necesario en el camino hacia una vida larga y saludable. Es como pagar impuestos.

¡No querrás hacerlo, pero es mejor que ir a la cárcel por evasión de impuestos! Vas al gimnasio y pagas tus impuestos de sudor para poder sobrevivir a todos tus amigos.

Pero puedes ir más allá.

La forma de encontrar un éxito verdaderamente masivo es encontrar un deporte que te apasione. Algo que puedes practicar todas las semanas. Combinar la pasión con la actividad física es la clave para mantener tu salud a largo plazo. Te abrirá muchas puertas. Solo encuentra algo que te veas practicando durante décadas.

A mi padre le encanta la esgrima. Comenzó a los 50 años, pero realmente agregó mucho tiempo a su vida. Este lado físico. El sudor. Hay algo realmente maravilloso en eso.

Para ti, puede ser el tenis, la natación o el ciclismo. Puede ser senderismo, montañismo o correr. Para mí, es kayak.

Tengo una pasión por todos los deportes del océano. me gusta el

surf y snorkel, pero también stand up paddle. Todos estos deportes son geniales, pero el kayak es el corazón de mi pasión. Puedo saltar en mi kayak y realmente llegar a cualquier parte.

Puedo llevar a mi familia conmigo en estas pequeñas aventuras. Puedo escuchar un libro en cinta o un podcast que realmente me gusta. Incluso puedo ver una película en mi iPad si lo necesito. No hace falta ir tan lejos porque me encanta el kayak, pero todo es posible.

A veces incluso uso una GoPro y grabo mis viajes. Estos son videos que probablemente nadie quiera ver. Pero me encanta hacerlos.

Cuando era más joven, me encantaba la película Endless Summer. Así que puedo imaginarme recreando algo similar.

Pero hago todas estas cosas para mantener encendido el fuego de mi pasión.

La razón por la que no practicamos deportes es que no nos gusta. Esta barrera es un asesino. Sé que ella está allí. Por eso tenemos que centrarnos en la pasión. Porque nos puede ayudar.

Más allá de la barrera del dolor y de todas las excusas.

Él puede guiarnos por el camino de la victoria.

Hay muy buenas oportunidades. Hay una serie de ligas y clubes deportivos para adultos a los que puedes unirte. Si te encantaba el fútbol cuando eras niño, puedes unirte a una liga de fútbol para adultos. Puedes empezar en un equipo de nivel

inferior que coincida con su nivel de condición física. A medida que mejore tu condición física, podrás cambiar de equipo o de liga.

Hay ligas definitivas de fisbee y kickball. Solo asegúrate de que sea un deporte en el que tu corazón se acelere y sudas. No se deje llevar por el golf, porque en realidad no se ejercita al hacerlo. Lo bueno de encontrar tu pasión es que el gimnasio empieza a tener sentido.

Al principio, vas al gimnasio para vivir más tiempo. Pero ese es un objetivo a largo plazo. es tedioso Lo sé. Necesitas algo justo en frente de ti. Un objetivo a corto plazo en el camino hacia el largo plazo.

No voy a pretender que ir al gimnasio todos los días es mi sueño hecho realidad. Pero ahora voy al gimnasio para apoyar mi pasión. Quiero hacer mis brazos más fuertes.

Mis piernas más fuertes. Mi corazón más fuerte. Quiero poder remar más fuerte, remar más lejos y durar más. Es una cuestión de fuerza y resistencia.

Me dan las herramientas para mover mi kayak más rápido y más lejos. Lo adoro.

Tu tiempo en el gimnasio debe ser un ejercicio para tu pasión. Si tu pasión es el fútbol, ir al gimnasio te dará fuerzas para pegarle más fuerte al balón y marcar más goles. Hay este increíble beneficio justo frente a ti. Es una gran sensación. Elimina el aburrimiento de esos viajes al gimnasio porque ahora tienes un objetivo más inmediato frente a ti.

Deberías estar entrando en una fase exploratoria ahora. Para ver lo que realmente te gusta hacer con tu cuerpo. le dedicaría un

día a la semana en su búsqueda de la pasión. Haz una lista de 52 posibilidades. Ese es el número que puedes probar este año si pasas los martes probando nuevos deportes. Es posible que disfrute de la escalada en roca, el senderismo, la espeleología o algo menos que suceda en la naturaleza.

Cuando estamos en la escuela secundaria, tenemos una selección limitada de posibilidades. Si no te gustan los deportes que ofrece tu escuela, estás atrapado en la escuela secundaria. Pero quizás te gusten las artes marciales, el yoga o el boxeo. Nunca es demasiado tarde para encontrar esa pasión. Sabrás que lo has encontrado porque querrás empezar de nuevo inmediatamente.

Desearía estar en mi kayak en este momento en lugar de solo escribir sobre eso. Por eso sé que es el deporte de mi gran pasión. Hay muchos deportes que me gustan mucho. Me encanta el senderismo. Pero no soy lo suficientemente rápido, por lo que otras personas odian ir de excursión conmigo.

Amar algo no lo convierte en una pasión. Si es algo que te gustaría hacer más a menudo, es un poco como un pasatiempo. Encontrarás un deporte que te complacerá. Eso que realmente aprecias y en el que te encierras.

Para mi padre, es la esgrima. Se dedicó a la esgrima a finales de los 50. Fue una cosa muy extraña. él estaba hablando

alguien para jugar al tenis y ella casualmente le dijo que debería probar la esgrima. Él la tomó tan en serio. Al día siguiente era miembro de un club de esgrima.

Tiene una docena de espadas. Él pelea todo el tiempo. El lo ama. Y nunca pensó en ello hasta tan tarde en su vida. No es demasiado tarde para encontrar este deporte de pasión.

## ***La importancia del sueño***

Nuestros cuerpos fueron diseñados para un mundo sin electricidad.

Thomas Edison patentó la bombilla en 1879. ¡No es tan antigua! Nuestro cuerpo y nuestros ciclos de sueño se remontan mucho antes de esta invención.

Cuando vivíamos en el mundo como cazadores-recolectores. El sol determinaba nuestros hábitos de vigilia y de sueño. Esto se llama ritmo circadiano. El sol nos dice cuándo dormir por la noche.

Y cuándo levantarse por la mañana.

Pero ahora nuestro mundo ha cambiado. Es tan fuerte y brillante.

¿Alguna vez te has sumergido en la naturaleza? Lo suficientemente lejos de un pueblo como para no escuchar autos en las carreteras. O incluso en un crucero. Miras hacia arriba y de repente todas esas estrellas que normalmente no puedes ver están ahí. ¡Producimos tanta luz en la noche que bloqueamos las estrellas!

En realidad, mi casa es más brillante por la noche cuando las luces están encendidas que durante el día. La tecnología nos ha dado

la posibilidad de trabajar más tiempo. Pero eso no es necesariamente algo bueno. Dejamos que todas estas nuevas y confusas señales ensucien nuestros cerebros. Nunca es

oscuro por lo que ahora el cerebro no sabe cuándo enviar la señal de sueño.

Harvard realizó recientemente un estudio del sueño y descubrió que casi la mitad de los estadounidenses solo duermen cinco horas por noche. Y que la mayoría de nosotros tenemos problemas para dormir.

¿Cuántas personas conoces que toman pastillas para dormir? Esta es una gran señal de advertencia de que algo anda mal.

Investigaciones recientes muestran que necesitamos alrededor de nueve horas y media de sueño por noche. ¡Apuesto a que estás gimiendo ahora mismo! ¡Si duermes tanto tiempo, nunca podrás hacer nada! Apuesto a que estás calculando cuánto tiempo te quedará en el día si duermes tanto.

Nueve horas y media de sueño. Luego ocho horas de trabajo. Luego está esa hora de ir al trabajo....

Deja de pensar de esa manera. Aquí se trata de la calidad de vida. Dormir no es lo mismo que cuando apagas tu computadora. No eres un robot que se apaga por la noche durante unas horas.

No se trata solo de enchufarlo a la pared para recargar tus... baterías.

El sueño es un estado activo. Hay diferentes tipos de sueño. Sueño REM, sueño profundo y ciclos de sueño. No quiero repetir todo esto. Me gusta mantener las cosas simples. Cuando duermes, tu cerebro realiza funciones importantes. Su sueño se divide en ciclos de 90 minutos.

Es por eso que quieres dormir en múltiplos de 90 minutos. Seis ciclos son nueve horas. Tenemos que poner el reloj a las nueve y media porque, seamos honestos. ¿Quién realmente se queda dormido dentro de los diez segundos después de que se apagan las luces? Así que tenemos esa reserva de treinta minutos para asegurarnos de obtener los seis ciclos de sueño que nuestro cuerpo necesita.

Todos hemos relegado el sueño al final de la escala de prioridades. En lugar de acostarnos y dormir lo suficiente, nos quedamos despiertos para ver la televisión hasta altas horas de la noche. ¿Cuál es la importancia de ver a los actores de cine contar pequeñas historias de sus vidas? ¿Estás dispuesto a cambiar tu sueño esencial por esto?

Y, sin embargo, cada noche, millones de estadounidenses lo hacen. Elegimos el entretenimiento sobre el sueño. Sentado en el sofá frente a la luz parpadeante de la televisión. Una luz que solo confunde nuestros cerebros. Verás, cuando oscurece, nuestro cerebro libera una sustancia química que nos dice que nos vayamos a dormir.

Sin oscuridad Sin productos químicos. Sin sueño.

¿Deberíamos tomar una pastilla que nos haga dormir o deberíamos tratar de abordar la causa raíz de la falta de sueño? ¿Has visto los efectos secundarios de las pastillas para dormir?

Somnambulismo. Di cosas que no recuerdas. Diarrea.

Este último punto solo me hace pensar. ¿Ahora tengo problemas para dormir Y para ir al baño? Es como si las cosas estuvieran empeorando en lugar de mejorar.

Hagamos algunos pequeños ajustes en la vida para que su sueño vuelva a la normalidad.

Debes asegurarte de que tu cama sea solo para dormir. Tu habitación debería ser realmente un dormitorio. Considere cambiar el nombre de la habitación. Simplemente llamarlo tu dormitorio cambiará la forma en que lo percibes.

No debería haber un televisor allí. No debería haber oficina en casa. No tengo una silla en mi habitación. Quiero que mi cuerpo sepa que si estoy en esta habitación, es hora de dormir.

Mi cuerpo agradecerá la regularidad.

No coma justo antes de acostarse. Su última comida debe ser unas horas antes de acostarse. Tienes que seguir un horario establecido. Acuéstese y levántese a la misma hora todos los días.

Es posible que tenga una agenda ocupada que requiera que duerma a horas impares. Está bien, siempre y cuando seas constante.

Si trabaja en turnos de noche y necesita dormir durante el día, considere instalar cortinas opacas en su dormitorio. Dormir en la oscuridad absoluta puede ser muy refrescante. Si tienes hijos y un

Si tiene una agenda ocupada, dormir bien todas las noches podría

no ser posible No es grave.

Sé que a veces la vida se interpone en el camino. Por eso tenemos la siesta de veinte minutos. Esta siesta es lo suficientemente corta como para restablecer el ritmo de sueño de tu cerebro, pero no lo suficientemente larga como para causar problemas. Si toma una siesta más larga, le será difícil despertarse. Te sentirás cansado y letárgico.

¿Pero una siesta de 20 minutos?

Te despertarás sintiéndote energizado y renovado. Cuida tu sueño y tu cuerpo cuidará de ti.

***Medida a tomar por la mañana Mejora tu salud***

Hay pasos prácticos que puede tomar ahora mismo para comenzar a cambiar su salud. Cada una de estas pequeñas mariposas puede cambiar el curso de tu destino para mejor. Debe completar estos pasos en orden. No intentes abordarlos todos a la vez. Corre el riesgo de ser superado por los acontecimientos y, en última instancia, fracasar.

Da un paso a la vez para construir una montaña de éxito.

## **DEJAR DE FUMAR**

Ya no hay nadie en nuestro país que piense que fumar es bueno para la salud. Nadie piensa que sea bueno para tu piel o que te haga lucir más joven. Historias anecdóticas sobre

Los abuelos fumadores que viven hasta los 80 años se han ido. Todos sabemos que fumar acorta la vida.

¿Por qué quieres tener más éxito si vas a morir antes? Estos dos objetivos son opuestos, así que tienes que elegir. Si continúa fumando, tendrá cada vez más problemas de salud. Sé que esto puede ser un verdadero monstruo para derribar. Pero vale la pena.

Este es un proceso mediante el cual elimina la mayor cantidad posible de desechos de su cuerpo. El primer paso es dejar de introducir desechos en su cuerpo. Sabes qué alimentos son buenos para ti y qué alimentos son malos para ti. Si pongo una zanahoria frente a ti junto a una rebanada de pastel de queso, no tienes que abrir un libro de dietas para saber cuál es la opción saludable.

Deja de comer comida rápida. No bebas nada más que agua. Estos pocos pasos son suficientes para ponerte en el camino de la limpieza de tu cuerpo. Hay un montón de programas de limpieza y desintoxicación por ahí si quieres llevarlo al siguiente nivel. Pero usted sabe exactamente lo que está mal con su dieta actual. Este conocimiento está dentro de ti.

Hay un montón de desintoxicaciones específicas que uno puede tomar para pasar al siguiente nivel. Para mantenerlo simple,

solo concéntrate en llevar una dieta muy saludable, mucha fibra y tomar vitamina C.

Estos tres pasos, combinados con beber solo agua, cambiarán drásticamente su salud.

## **EJERCICIO**

No puedo decir lo suficiente lo importante que es hacer ejercicio todos los días. Encuentra un deporte emocionante que puedas hacer todos los días y realmente disfrutar. Tal vez sea la caminata. Es una excelente manera de salir y hacer ejercicio mientras disfruta de la naturaleza. No tienes que ser una rata de gimnasio para estar saludable.

Practicar un deporte que amas tendrá mejores resultados mentales y emocionales que ir a un gimnasio que odias. Me encanta ir al agua, es muy tranquilo para mí. Encuentra algo similar para ti.

## **PARA TENER UNA BUENA NOCHE DE SUEÑO**

La mayoría de nosotros no dormimos bien. No dormimos lo suficiente sin interrupciones para recargar nuestras baterías emocionales y mentales. Debes acostarte y levantarte a la misma hora todas las noches. Esto permite que su cuerpo desarrolle un ritmo saludable. En lugar de un despertador ruidoso, compre uno que lo despierte suavemente con el sol de la mañana. Fuiste diseñado para ser despertado suavemente por el sol naciente, no para ser despertado por un despertador estridente.

Debes dormir en una habitación que esté completamente a oscuras. Esto significa que no hay luces intermitentes en las videograbadoras ni el sonido de un motor en marcha.

computadora. Coloque un trozo de cinta adhesiva negra sobre cualquier cosa que envíe luz a su dormitorio por la noche. Trate de quitar cualquier cosa de su dormitorio que haga ruido por la noche.

Puede obtener cortinas opacas para sus ventanas que bloqueen el 100 % de la luz. Dormir en total oscuridad mejorará la calidad de tu descanso.

Para prepararse para acostarse, debe apagar todas las redes sociales, dispositivos, televisión y proyectos relacionados con el trabajo. Necesita un período de relajación antes de acostarse. Este es el momento perfecto para leer un libro.

## **ALIMENTA TU MENTE**

Aprende a leer más. Si nunca lees, comienza leyendo un libro al mes. Tu espíritu necesita ser alimentado y lo has estado matando de hambre durante demasiado tiempo. Trate de aumentar a dos libras por mes si puede. Su objetivo final es leer un libro a la semana.

Sé que suena como mucho ahora, pero es posible.

Ver televisión disminuye la inteligencia y atrofia el cerebro, mientras que leer libros invierte esta tendencia.

Comienza leyendo libros que te den puro placer. Esto le ayudará a fortalecer su capacidad de lectura. Luego comience a agregar libros de no ficción y biografías. Puedes convertirte en tu propia universidad. Todo lo que enseñas en la universidad lo puedes aprender de los libros. Únase a la biblioteca local. Descubrirá un increíble recurso sin explotar. No necesitas gastar dinero para liberar tu mente.

## **DE ESTRÉS**

El estrés es un verdadero asesino. Comienza en tu mente y termina en tu torrente sanguíneo. Tu circulación sanguínea es muy importante. Al eliminar el estrés de su vida, instantáneamente mejorará la calidad de su vida y la prolongará. Tomarse el tiempo para reducir sus niveles de estrés también disminuirá su presión arterial. Es bueno para todos los sistemas de su cuerpo.

La mejor manera de reducir el estrés en tu vida es practicar la meditación. Veinte minutos de meditación al día son suficientes para reducir significativamente tu nivel de estrés. Puedes sentir cómo se desvanece la presión del día. En la siguiente sección, le mostraré un ejercicio de meditación que puede usar todos los días para reducir su estrés.

### ***METROMi Dilatación de respiración guiada mimi***

Acuéstese boca arriba y cierre los ojos.

Debes comenzar centrándote en las plantas de los pies.

Concéntrate realmente solo en esa parte de tu cuerpo. Cómo

¿Sientes tus pies ahora mismo?

Siente cómo se activan los vasos sanguíneos de las plantas de los pies y presta atención a todas las señales que te envía tu cuerpo.

Se despiertan para comenzar el día y puedes sentir que tus pies están listos para comenzar a caminar a donde debes ir hoy.

Tus pies son los que más sufren la gravedad.

La gravedad trata de jalar todo tu cuerpo hacia abajo a través de tus pies.

Así que concéntrate en tus pies e imagina que toda esa presión se desvanece lentamente en la nada.

Como una nube de vapor que se desvanece en el viento. Tus pies deberían sentirse tan relajados ahora.

El estrés se ha ido y ahora están llenos de energía.

Ahora podemos comenzar a enfocarnos en la parte superior de su pie y sus tobillos.

Piensa en todo el trabajo que hacen por tu cuerpo.

Conectan tus pies con el resto de tu cuerpo y son muy importantes.

Puedes sentir la sangre circulando debajo de tu piel.

¡Tus tobillos no se han sentido tan vivos en años!

Realmente preste atención a lo que le dicen sus tobillos. ¿Son dolorosos por caminar todo el día con zapatos incómodos?

Ahora imagina los ganglios linfáticos limpiando todo. Lleva tu atención a tus pantorrillas mientras continúas respirando profundamente.

¿Cómo están tus pantorrillas?

¿Puedes sentir el poder latente almacenado en estos músculos? ¿Puedes sentir el tono muscular de tu pantorrilla?

Estos músculos son la clave de todos los grandes jugadores de fútbol del mundo.

Tus pantorrillas ya comienzan a brillar y puedes sentir el aumento del flujo sanguíneo.

¿Puedes sentir el estrés abandonando tus pantorrillas y ahora se están relajando tanto?

Si siente tensión residual en las pantorrillas, suéltela.

Afloja los músculos y libera toda esa energía negativa de tus piernas.

Ve más allá de tus rodillas y comienza a concentrarte en tus muslos.

¿Sientes que tus muslos cobran vida?

Hay tanto poder aquí y cuando estamos estresados podemos exprimírnos aquí.

El estrés en los muslos puede afectar a todas nuestras piernas.

Solo date cuenta de que están completamente despiertos en este momento y que la sangre realmente está fluyendo allí abajo.

Imagina los músculos de tus muslos como fábricas de energía que te mantienen fuerte.

Te dan la fuerza para caminar y correr. ¿Cómo se siente observar este proceso en su mente? Es increíble, ¿verdad?

Como si estuvieras en el camino hacia algo realmente maravilloso.

Tomaste acción.

Ha hecho más que leer otro libro sobre desestresarse.

Has actuado ahora y eso te pone en una categoría especial.

Eres una persona que toma acción.

Deberías sentirte muy orgulloso en este momento y realmente deberías estar orgulloso de tus muslos. Ellos están de tu lado. Ellos no son tus enemigos.

Mantenga los ojos cerrados mientras realiza esta visualización y ejercicio de respiración guiada.

Solo imagina todo el estrés abandonando tu cuerpo, que se vuelve más fuerte y saludable.

Este es un ejercicio de aplicación de la ley de la atracción.

Hemos comenzado a dar pasos hacia nuestro objetivo y ahora queremos reafirmar nuestro deseo de eliminar el estrés de nuestro organismo.

Podemos sentir que el estrés se va volando cuando nos enfocamos en nuestras nalgas.

Aquí es donde mi cuerpo es más propenso a llevar mucha tensión. Así que le doy la misma atención que a mis muslos.

Concéntrate en dejar ir tu estrés.

Se está derritiendo como un iceberg en un caluroso día de verano.

Dile a tu trasero cuánto amas a las personas que lo miran con aprecio.

Quieres volver a tu antigua forma sexy.

Te gusta tener un trasero del que puedas estar orgulloso.

Sois un equipo y juntos podéis volver a ser sexys.

Dele a su trasero palabras de afirmación mientras visualiza el estrés desapareciendo.

A continuación queremos visualizar el abdomen y el torso.

Puedes verlos juntos o por separado si tienes tiempo.

Simplemente sienta el aumento del flujo de sangre en su vientre.

Imagina que todo ese estrés y aspereza que llevas en tu campana desaparece.

No querrás que tus órganos se sientan aplastados entre tus dos piernas.  
respiración y un estómago duro.

Simplemente libere cualquier tensión residual en su vientre y observe cómo desaparece en el éter del universo.

Ahora esa tensión es solo un recuerdo desvanecido. Siente la libertad y la relajación en tus órganos. Su tracto digestivo finalmente está libre de estrés y muy tranquilo. Por primera vez en mucho tiempo, todos estos órganos se sienten completamente relajados.

No necesitan prestar atención al mundo exterior. Pueden concentrarse en su trabajo individual.

Siente el aumento del flujo de sangre a tus órganos, brindándoles a cada uno de ellos la energía y los nutrientes que necesitan para funcionar de manera óptima.

Visualiza tus intestinos y todo tu sistema digestivo funcionando sin problemas y sin dolor.

Ahora todo puede funcionar sin problemas, ya que esta parte de su cuerpo ayuda a eliminar más desechos y toxinas.

Solo imagine que todo el dolor, el estrés y las cosas malas se eliminan de su cuerpo.

Ahora queremos centrarnos en la parte superior del pecho.

Imagina toda la tensión desapareciendo de tu cuerpo.

Algunos de nosotros llevamos nuestro estrés y tensión al frente del cuerpo, en esta región.

Es casi como llevar una mochila antiestrés delante del cuerpo.

Imagina que esta mochila se desvanece. Él desaparece.

Siente la energía y la vida en tu pecho. ¿No es más fácil respirar ahora?

Hemos relajado tanto nuestros cuerpos ahora.

Tu mitad inferior debería sentirse increíble en este momento.

Es hora de que tu pecho sienta lo mismo.

Si sufre de acidez estomacal o reflujo ácido, concéntrese en el estómago y el esófago.

Siente que tu estómago recibe suficiente sangre y funciona perfectamente con tu esófago.

Forman un equipo.

Deje que todo ese estrés interno se derrita. Es una nube arrastrada por el viento. Ahora no hay nada.

Sin presión ni estrés en el sistema.

Simplemente sienta ese nivel de libertad y visualice cómo será la vida sin volver a tener acidez estomacal.

Cuanto más fuertes sean nuestras creencias y visualizaciones, más rápido esos pensamientos y visiones pueden convertirse en realidad.

Mientras nos enfocamos en el cofre, profundicemos un poco más.

Nos enfocamos en nuestra respiración profunda, pero ¿qué es lo que realmente hace?

¿Cómo se sienten tus pulmones?

¿Funcionan perfectamente?

¿Hay estrés que necesita ser liberado? ¿Está recibiendo la mezcla correcta de oxígeno? ¿Estás respirando por la boca o por la nariz en este momento? Siente cada respiración como algo vivo.

Siente cómo se expanden tus pulmones mientras inhalas y aceptas el oxígeno vital.

Ahora siente cómo tu cuerpo libera dióxido de carbono en el universo.

No necesitas eso en tu cuerpo.

Lo liberas para dar vida a las plantas de nuestro mundo. Respiras vida. Y luego exhalas vida.

Siente cómo tus pulmones se conectan con el universo.

Ahora podemos empezar a volver a subir y sentir los hombros.

Escuche realmente cómo se sienten y preste atención a cualquier estrés residual.

Muchos de nosotros llevamos nuestro estrés sobre nuestros hombros. Es por eso que no podemos mantenernos erguidos.

Podemos sentir el estrés tirando de nosotros hacia abajo y telescopando nuestra columna vertebral.

A veces, un poco de estrés aún puede acechar en los rincones y grietas. Déjalo ir. Deja que se desvanezca.

Libera esa tensión en tus hombros.

Tus músculos obtienen toda la sangre que necesitan y se sienten eléctricos.

Vuelve a subir y concéntrate en tu cuello.

Esta es otra área que puede volverse muy estresante.

Después de un largo día de trabajo, nuestros cuellos pueden doler, cansarse y simplemente desgastarse.

Dale a tu cuello la oportunidad de relajarse y te dirá cómo se siente.

Contrae los músculos del cuello y luego relájalos. Libera toda esa tensión y estrés a la vez.

¿Cómo se siente tu cuello después de un duro día en la oficina?

Deja que tu cuerpo te diga exactamente lo que necesita y escucha ese mensaje. Concéntrate realmente en tu cuello. Estar en este momento.

Libere cualquier tensión restante y prepárese para pasar a la cara.

Tu rostro es la parte de tu cuerpo que el mundo más ve.

Cada expresión es juzgada, evaluada y observada. Es mucha presión. Tu cara funciona todo el tiempo.

Imagina cada pequeña parte de tu rostro relajándose. Libera la tensión en tu barbilla. De tus mejillas. Desde el contorno de tus ojos hasta tu frente.

Dedique unos segundos a pensar en cada parte de su rostro y en lo mucho que trabaja para usted.

Agradece a tus músculos faciales por trabajar tan duro y dales unos minutos para relajarse.

Para alejarse de todo su trabajo y descansar.

Nadie está mirando en este momento, por lo que es normal que se estén tomando un pequeño... descanso.

Visualiza todo el estrés abandonando tu rostro.

Se va volando dejando atrás la sensación más relajada.

Eres tan pacífico.

Flotas en un arroyo y todo es perfecto. Has despertado todo tu cuerpo con tu cepillado.

Cada sistema está despierto y listo para el día. Puedes lograr cualquier cosa hoy.

Eres ilimitado en este momento.

Ha iniciado el proceso de eliminar el estrés de su cuerpo.

El proceso ya ha comenzado y te sientes bien.

Imagina cómo te sentirás ahora que el estrés se ha ido para siempre.

Tómese unos momentos para apreciar lo bien que se sentirá cuando se complete este proceso.

Ahora que hemos terminado con la visualización, puede abrir lentamente los ojos y sentarse.

Su ritual matutino está completo y puede comenzar su día.

¡Deberías sentirte bien!

### **Parte 3: Relaciones**

#### ***la soledad demidestruye la riqueza***

Las relaciones son tan importantes. Cuando estaba acostado en esa cama de hospital solitaria, habría dado cualquier cosa por estar cerca de personas que se preocupaban por mí.

Cuando hablamos de relaciones, abarca todas las formas de conexión entre usted y otros humanos, desde el amor hasta las amistades y las relaciones profesionales.

Muchas personas tratan de salir adelante pisando la cabeza de todo aquel que se interpone en su camino. Ven la escala corporativa como una escalera de víctimas y competidores pisoteados. Pero cuando llegan a la cima, descubren que se sienten muy solos allá arriba.

Las personas que tratan mal a los demás en el trabajo tienden a reflejar esa mala energía en todas sus relaciones. Esa mala energía que ponen en sus relaciones en el trabajo puede volver a casa en forma de divorcio o amistades perdidas.

El viaje es tan importante como el destino.

No lo olvide. Es el proceso lo que es importante, no el evento final. Y el proceso se trata de relaciones.

### ***Las buenas personas se vuelven genialesmicompensaciones***

La mentalidad de la relación es muy importante. Si abor das tus relaciones como un mercenario, eso es lo que recibirás a cambio del universo.

Algunas personas solo construyen relaciones basadas en el valor que estas otras personas les ofrecen. No invierten tiempo ni amabilidad en las personas que están debajo de ellos. Tratan a los camareros y aparcacoches como basura y, sin embargo, son totalmente sordos a las personas que pueden conseguirles promociones.

La gente nota la totalidad de tu personalidad y el universo ciertamente ve tu comportamiento. La mayoría de las personas ven las relaciones como un juego de suma cero. Solo tienen una cantidad limitada de tiempo para invertir en sus relaciones y, por lo tanto, son extremadamente tácticos. No hay nada de malo en rodearse de personas que están delante de usted en el viaje. Personas que pueden ayudarte a crecer.

Nunca querrás tratar mal a las personas que están detrás de ti. ¿Quieres que la gente que tienes delante sea horrible contigo? Claro que no.

Existe la idea de que es difícil hacer amigos o que tienes que tener cuidado a quién sirves porque te puedes quedar sin favores, pero eso no es cierto. Los favores son un músculo. Cuanto más lo ejercitas, más fuerte se vuelve. Puedes usar los favores para hacer nuevas amistades increíbles, sin importar la edad que tengas.

### ***Cómo hacer nuevos amigos***

Hay una fórmula simple para la amistad.

Si valoras a las personas, querrán ser tus amigos.

Se podría pensar que esto es un acto mercantil. Pero nadie se quejará si les dices que eres bueno con ellos porque quieres ser su amigo.

Comencemos con el concepto de valor. Valor simplemente significa que algo tiene valor. Hay millones de formas de agregar valor. Lo más importante es la idea de pasar un buen rato. Si conoces a alguien y te aseguras de que lo pase bien, te amará.

Imagina que te acercas a alguien y su primer pensamiento es: "Es Sarah. Cada vez que estoy con ella, me lo paso muy bien". Es genial.

También puede agregar valor compartiendo conocimientos o recursos.

Digamos que te unes a un grupo de cata de vinos para salir al mundo. Quieres tomar a esos extraños y convertirlos en nuevos amigos, conexiones y aliados. Esto funciona para cualquier grupo nuevo al que te unas.

Si sabe mucho sobre vino, puede compartir conocimientos interesantes con los miembros de su grupo de cata. Si lo haces con miras a

comparte tus conocimientos, te amarán.

Sabes que puedes conocer a casi cualquier persona en estos días.

Hace unos diez años escribí un breve artículo sobre la canción "thriller" de Michael Jackson. Y pensé para mis adentros. La canción no es tan antigua. Apuesto a que los chicos que trabajaron en esa canción todavía están por aquí. Encontré una dirección de correo electrónico del baterista que ahora enseña música en Los Ángeles. Le envié un correo electrónico. Me respondió de una manera realmente brillante.

Puedes hacer algo similar. Puede enviar un correo electrónico al propietario de su viñedo local y hacer una pequeña conexión. Luego invitas a todo tu grupo de cata de vinos a una excursión. ¡Qué divertido sería!

O digamos que estás económicamente bien. El grupo de degustación de vinos está bien, pero la mayoría de los vinos son más baratos que su colección. Trae una botella de tu nivel. Algo que otros estudiantes normalmente no podrían permitirse.

Solo tráigalo como un regalo especial y deje que todos lo prueben y hablen.

¿Sabes qué gran experiencia es para las personas que no pueden pagar cosas lujosas? Realmente lo apreciarán. He aquí un secreto de la vida:

**Los favores son un músculo.**

No se sientan en un frasco en su escritorio. Cuantos más favores hagas a las personas, más querrán hacértelas a ti. Vos también

Ahora estás conociendo gente nueva que tiene un interés común contigo. Siempre que preste servicio, asegúrese de hacerlo sin expectativas. No tengas intenciones ocultas. Así es como la mayoría de la gente arruina este proceso.

En nuestro primer día de clases, hicimos amigos porque nos gustaba la gente. No porque queríamos algo de ellos. Haz favores porque quieres ser bueno haciendo favores.

Cuando tenía veinte años, tenía un gran amigo. Era tan pobre que estaba loco. Vivía con su madre en una vivienda social y ella tenía grandes problemas psiquiátricos. Estaba en una situación de la que realmente no podía escapar. Ella lo necesitaba. Estaba atascado.  
Era uno de los mejores amigos que he conocido.

Me iba bien en el trabajo en ese momento. Siempre íbamos al cine juntos. Pagué la película y hasta los bocadillos. (¡Por supuesto, ahora nunca comería un bocadillo en el cine!) Nunca esperé que me devolviera el dinero o me debiera nada.

Este es el por qué.

Quería a alguien con quien ir al cine. Quería ir al cine. Ambos conseguimos lo que queríamos y lo pasamos genial.

Aunque he pagado todos nuestros viajes, este es uno de los más caros

recuerdos de toda mi vida. Si tratas a las personas como tú

Quiere ser tratado, puede construir una fuerte red social. Quieres estar cerca de personas que quieran pasar tiempo contigo.

Puedes hacer otro tipo de favores fáciles. Es posible que conozca un café de jazz increíble que tiene vinos excepcionales. Solo hablar de este lugar increíble hará que tus nuevos amigos te amen. O tal vez conoces al dueño del bar y deja entrar a tu grupo una vez sin pagar la entrada.

Estas pequeñas cosas. Son realmente pequeños pero significan mucho para la gente. Se sienten valorados. Todo lo que traes a la mesa es un poco de investigación, conocimiento y esfuerzo.

Profundicemos un poco más.

Estás a punto de probar un nuevo vino de un viñedo en particular la próxima semana en tu clase. Así que envías un correo electrónico al dueño de la viña para contárselo. Simplemente diga que su grupo de vinicultores va a tener una gran sesión sobre este vino y pregúnteles si tienen algún consejo para usted sobre

acordes, decantación, etc. Es un correo electrónico muy simple y probablemente responderán porque quieren animar a los clientes. Además, trabajan duro.

Triturando en un viñedo, hay mucho sudor que entra en esas uvas. Imagina que alguien te envía un correo electrónico.

decirte que la semana que viene se junta un grupo de amigos. Iban a tener una reunión. ¡Solo para hablar sobre su aprecio por su trabajo! Te sentirías muy bien por dentro, ¿no?

Así que ahora estás haciendo algo bueno por el dueño del viñedo. Lo haces sentir bien. Y tal vez te responda y comparta su conocimiento interno contigo. O invita a su grupo a visitar la finca vinícola.

Ahora se convierte en un favor tuyo a tu grupo. ¿Ves cómo tu músculo favorito sigue fortaleciéndose? Con un pequeño grupo de cata de vinos, algunas botellas de vino y algunos correos electrónicos, ¡podrías tener una docena de nuevos amigos!

Y es divertido lo fácil que es hacer pasar un buen rato a la gente que te rodea. No es malicioso ni táctico. Todo el mundo a tu alrededor está pasando un buen rato. Así que quieren pasar más tiempo contigo. Nacieron las amistades.

Todo el mundo gana.

#### ***Medida que tomar por la mañana para mejorar las relaciones***

Hay algunos pasos clave que puede tomar ahora mismo para mejorar la calidad de su vida y sus relaciones.

- Elimina a las personas negativas y a los “vampiros energéticos” de tu vida. Si tienes un amigo que está totalmente deprimido, piensa en cómo está dañando tu vida.

emocional. Tenía un amigo que me deprimía cada vez que salíamos juntos. Cuando dejé de verlo, mi depresión desapareció.

- Rodéate de ganadores y positivismo. Formar un grupo de expertos. Incluso si aún no tienes una idea clara de cómo quieres generar más dinero, puedes formar un grupo de personas que quieran ganar más y partir de ahí.

- Cuidado con Facebook. Desconecte las redes sociales (o utilícelas con moderación) y ESTÉ PRESENTE en sus interacciones con las personas. no seas un

otra persona sentada en la mesa de la cena mirando su teléfono. Las interacciones cara a cara le aportan mucho más valor que las interacciones en línea.

- Respete el valor de su tiempo y haga que los demás lo respeten. El hecho de que las personas puedan comunicarse con usted las 24 horas del día, los 7 días de la semana en línea y en su teléfono, no significa que tenga que darles su tiempo cada vez que lo soliciten. Volveremos sobre este punto en la siguiente sección. La tercera ley trata sobre la importancia de su tiempo y el hecho de que nunca debe permitir que otros lo desperdicien.

- Estar presente en cada interacción. Elige sabiamente a quién le das tu tiempo, pero cuando lo hagas, bríndale el 100% de tu atención y enfoque.

- Devolver. En formas pequeñas y en formas más grandes cuando tiene los recursos financieros para hacerlo.

## **Parte 4: Riqueza**

### ***La clave para lograr la riqueza***

Esta es probablemente la sección que estabas esperando. Tal vez incluso saltaste a esta sección. Si es así, asegúrese de volver atrás y leer las otras secciones después de haberlo absorbido todo.

Hay dos elementos clave para lograr la riqueza: 1 - Reformule la forma en que piensa sobre el dinero.

2 - ¿Cómo estás? tomar acción para generar riqueza.

Acepte el hecho de que el "camino seguro hacia la seguridad financiera" que existió hace 30 años... o incluso hace 15 años... ya no existe. Ya no es posible aceptar un trabajo de escritorio, ascender en la escala corporativa durante los próximos 30 años y jubilarse con relativa comodidad. El mundo ha cambiado dramáticamente y ha sucedido RÁPIDO.

Recuerde que este tipo de carrera realmente solo duró menos de 100 años... y ¿cuánto tiempo ha existido la humanidad? Así que fue una aberración, de verdad.

Acéptalo. Acéptalo. Internet te ha brindado un conjunto completamente nuevo de posibilidades... no solo para iniciar un negocio, sino también para encontrar trabajo, encontrar un nuevo estilo de vida o carrera en el extranjero, o incluso encontrar la libertad que deseas en tu hogar.

Cambiar la forma en que piensas sobre el dinero y las oportunidades modernas te abrirá muchas puertas. Hay miles de formas de construir negocios en línea desde nuestro

días. La mayoría de las personas nunca fallan porque nunca tratan o tratan sus negocios

como un pasatiempo Si respeta el dinero y se enfoca en un sistema, puede tener mucho éxito.

### *evitar el estado mental de pobreza*

Los ricos y los pobres son realmente diferentes. He pasado mi vida dando vueltas entre multimillonarios y personas que apenas logran ganarse la vida. A través de mis experiencias, descubrí que la pobreza es un estado de ánimo. La gente decide que vive en un mundo de escasez y su comportamiento lo refleja.

Recuerdo una vez cuando estaba con un amigo mío que era terriblemente rico y estaba tratando de coquetear con una chica de origen pobre. No le importaba su pasado en absoluto. Pero ella fue increíblemente grosera con él. Si la mayoría de los hombres terminan con mujeres del mismo nivel social, no es por culpa de los hombres. Esto se debe a que las personas que tienen una mentalidad pobre no tienen idea de cómo tratar con personas ricas.

¿Cómo se desarrolla esta mentalidad de escasez? De donde viene ella? Y sobre todo, ¿cómo cambiarlo?

Si rastrea las huellas de la pobreza, encontrará que la pobreza comienza exactamente en el mismo

lugar: la elección. Las malas decisiones son la principal causa de la pobreza. Apuesto a que conoces a una mujer que rechazó a los nerds de la secundaria solo para encontrarse atrapada en un...

un mal trabajo y divorciada con hijos antes de cumplir los treinta años? Cada vez que rechazaba a uno de esos chicos, era una pequeña mariposa en su vida. Suelta lo suficiente y pueden desviarte por completo del rumbo.

Cuando mencioné lo fácil que es ganar dinero en línea, ¿fue lo primero que pensó que esto no se aplica a usted? ¿Que solo otras personas pueden iniciar un negocio en línea? Es una señal de que tienes una mala mentalidad. Es una creencia limitante que tú has creado.

Si aborda la riqueza como las grandes farmacéuticas y aborda los síntomas mientras descuida los problemas, no tendrá éxito. ¿Te sientes cansado? Toma esta pastilla. ¿Quieres perder peso?

Otra pastilla. Los problemas se ignoran mientras que los síntomas se tratan en ciclos catatónicos. Luché para dejar de tomar medicamentos para el corazón porque abordaban el síntoma, no el problema. El problema era el estrés, la falta de ejercicio y la mala alimentación. Al abordar la causa real del problema, pude hacer que los síntomas desaparecieran.

Debe concentrarse en el verdadero problema de la mentalidad antes de comenzar a probar tácticas. Si inicia un negocio con una mentalidad de pobreza, ese negocio fracasará. Si tengo éxito hoy, es porque en el fondo sé que todo lo que intento va a

traer dinero. Tengo esta profunda convicción. Esta es la mentalidad de las personas exitosas.

¿Estás tratando los problemas o los síntomas?

Si no estás donde quieres estar, debes saber que llegaste allí debido a tus creencias. Tus creencias te han llevado por el camino de tu vida actual.

Tal vez sientas que el tú del pasado ha traicionado al tú del presente. Y podrías tener razón. En la escuela, ¿hiciste algo estúpido porque pensabas que la escuela era una pérdida de tiempo? es una creencia Esta pequeña creencia ha llevado a más personas a la pobreza que cualquier otra cosa.

Si cambias tus creencias, dará como resultado un cambio en las decisiones y terminarás haciendo cosas diferentes en circunstancias diferentes. Si comienzas a creer que puedes ganar más dinero, más dinero comenzará a aparecer en tu vida. Si cree que puede correr una milla en menos de cuatro minutos, entonces puede hacerlo.

-

A menudo es el pasado lo que nos detiene. Es fácil quedarse atrapado en la escuela secundaria para siempre. No podemos dejar atrás el pasado. Mantenemos nuestros apodos infantiles y creemos todo lo que dicen los otros niños. Si te llamaban nerd en la escuela secundaria, ¿realmente tienes que serlo ahora? Damos tanto poder a cosas que no son nada. Son como susurros en el viento.

Las personas no eligen conscientemente ser pobres, sino que toman una serie de malas decisiones basadas en creencias erróneas que resultan en pobreza. Todo comienza con creencias, y esas creencias se convierten en...

una serie de acciones. Hasta que te liberes de la prisión de tu mente, nunca podrás escapar verdaderamente de la pobreza.

**Las leyes universales que mmiNuevo Testamento tiene abundancia**

Hay seis leyes universales que conducen a la abundancia. Aprende y domina estas leyes y te volverás ilimitado. La mayoría de las personas están atrapadas en una mentalidad de escasez. Esta es la mentalidad de la pobreza. Siga estas leyes para reemplazar esa mentalidad con la mentalidad de aquellos que tienen éxito y riqueza. La mentalidad de abundancia.

***Ley 1: El poder demicontrolar***

El fracaso es algo bueno. Cuando puedas entender y aceptar esto, habrás dominado la primera ley.

Cuando alguien falla, la persona con espíritu de pobreza se ríe de él. Se burla de esta persona porque lo intentó. La mentalidad de pobreza se trata de menospreciar a los demás para que tus propios fracasos no se vean tan mal. Se trata de vivir en un mundo de comparación.

Una persona de mente rica les preguntará qué aprendieron de su fracaso. Se centrará en lo positivo. Se enfocan en el proceso más que en el evento.

El fracaso es un evento único en la vida en el camino hacia el éxito.

Para obtener sabiduría infinita, debes entender cómo aprovechar el fracaso. Puedes convertir el fracaso en éxito si tienes la mentalidad correcta.

Si no fallas, nunca tendrás éxito. Nadie lo hace todo bien la primera vez. Cuando esto sucede, el éxito a menudo se basa en la suerte. Y eventualmente, todo el negocio se derrumba.

Pero hay una diferencia con la percepción.

La gente a menudo confunde un contratiempo temporal con una falla permanente. Perder su trabajo o su negocio no es un fracaso total. Son solo eventos en el curso de tu vida. Me despidieron de varios trabajos. Ahora gano más dinero y tengo más libertad que todas las personas que me despidieron. Me horrorizaría si tuviera que cambiar mi vida con alguien que me despidió en mi juventud.

¿Eso me convierte en un fracaso? ¿Estoy definido por un solo momento de mi pasado? Claro que no. Es completamente ridículo.

El fracaso en este momento es simplemente doloroso porque aún no has alcanzado el próximo éxito. No puedes fallar si no te rindes. Cuando tienes suficientes fracasos, terminas teniendo éxito siempre y cuando aprendas de esos fracasos.

Es cuando todo se desmorona cuando aprendes más. Porque debemos

No dejes que el pasado se apodere de ti. Ser despedido no debería tener ningún poder sobre ti, ya sea hace quince minutos o hace quince años. El pasado no puede afectar tu futuro a menos que tú lo permitas. No dejes que el pasado controle tu futuro. El pasado no es un buen predictor del futuro. El hecho de que lances una moneda 10 veces seguidas y obtengas cara no garantiza que será cara la próxima vez.

Los sabios aprenden de los demás. Vivía en el sofá de mi amigo porque él era millonario y yo quería serlo también. Quería aprender a ganar dinero, administrarlo y entenderlo. Aprendí de sus éxitos y fracasos. Mi vida ha estado llena de una serie de mentores que me enseñaron cómo construir un negocio exitoso y diseñar la vida que siempre soñé.

No permita que un fracaso en el pasado sea una excusa para no tomar medidas. Si lo intenta y falla, obtendrá EXACTAMENTE el mismo resultado que si no lo hubiera intentado en primer lugar. Lo único que podría lastimarse son tus emociones. Los jonrones no se pueden conectar desde el vestuario.

Los riesgos tontos tienen una desventaja ilimitada a largo plazo y una ventaja limitada a corto plazo.

Los riesgos inteligentes tienen un potencial alcista ilimitado a largo plazo y un potencial bajista limitado a corto plazo.

Nunca hay un momento perfecto y esperar "un día" solo es una pérdida de tiempo. Conozco a muchas personas que quieren tomar medidas pero solo están esperando el momento adecuado. Todos me hablan de la novela que aún no han escrito. Y cuando les pregunto por qué, se ponen a la defensiva y me lanzan una docena de excusas de por qué no es el momento adecuado.

No tengas miedo al fracaso.

No dejes que el miedo al fracaso te lleve a la inacción.

## ***Ley 2: Tamizar la Sabiduría***

Para obtener sabiduría infinita, debe comprender cómo aprovechar la sabiduría mediante la difusión adecuada de la información. Algunas personas no tienen idea de qué hacer con el conocimiento. Simplemente lo toman y lo ponen en un estante en alguna parte. Terminan olvidándolo. Este conocimiento se desvanece.

Hay una diferencia muy grande entre los hechos y la evidencia anecdótica. Conozco a muchas personas que creen cosas que están completamente equivocadas. Podrían haber descubierto la realidad en menos de quince minutos de verificación de hechos en línea.

Recientemente, una mujer vio una foto de Steven Spielberg frente a un triceratops muerto. El famoso autor estaba muy molesto y publicó un mensaje en línea explicando que este tipo de caza debería prohibirse. Estaba molesta y no podía creer que todavía se permitiera este tipo de caza.

Espero que ahora se dé cuenta de lo que voy a decir. Primero, no hay triceratops vivos en el planeta en este momento. Segundo, era una foto del set de Jurassic Park. En tercer lugar, era una foto de un cineasta frente a un robot. No puedo creer que tenga que decir esto, pero resulta que MUCHAS personas se molestaron cuando vieron esta foto. En la película, el animal ni siquiera es asesinado con un arma, está enfermo porque se comió la planta equivocada. Incluso en la ficción, el animal no es cazado ni asesinado.

Es un poco increíble para mí. Pero veo gente citando a Twitter como un hecho todo el tiempo. Es bastante vergonzoso cuando un periodista cita un blog o Twitter como fuente. También podría comenzar citando el graffiti que ve en los baños en las paradas de camiones.

Es igual de confiable.

Deténgase por un momento. Deténgase de inmediato. Esta historia de triceratops. ¿Le creíste de inmediato o buscaste en Internet para verificar los hechos? Te acabo de decir que empieces a hacerlo. No tomes las cosas al pie de la letra. Realmente es una historia real, pero no debes creerla hasta que la compruebes.

Es como dijo Ronald Reagan: "**Confiar pero verificar.**"

Estas son quizás las tres palabras más sabias jamás reunidas en el idioma inglés. Nunca tome una decisión seria basada en evidencia anecdótica. Veo gente haciéndolo todo el tiempo y eso destruye su carrera y su reputación.

Una sola fuente no es suficiente.

Las personas exitosas son conscientes de sí mismas y comprenden el sesgo personal y de confirmación y tratan de ajustar su mentalidad para tener esto en cuenta.

Mire la ráfaga reciente de historias en las que un reportero busca una historia específica y luego escribe sobre ella sin verificar dos veces. La historia que encuentran coincide con lo que esperaban encontrar, por lo que no verifican sus fuentes. Es por eso que Rolling Stone está siendo demandado por varias personas y ha realizado muchos despidos. El sesgo de confirmación le ha costado a muchas personas sus trabajos.

Cuando las personas solo entienden parte de una historia sin ver la imagen completa, surge la anarquía. Las personas toman decisiones que parecen lógicas, hasta que ven el panorama general. Entonces sus decisiones parecen terribles en un contexto más amplio. Tienes que ser una persona que espera a tener todos los hechos antes de tomar una decisión. es sabiduría. La mayoría de la gente parece pensar que toma decisiones lógicas, pero una vez que tienen TODOS los hechos, sus decisiones parecen tontas y estúpidas.

Mire cómo la gente suele reaccionar emocionalmente cuando solo ha escuchado la mitad de la historia. Reaccionan emocionalmente y salen a las calles a protestar antes de haber escuchado todas las pruebas.

Entonces, cuando hay evidencia que contradice su emoción, asumen que está mal. No quieren admitir que actuaron estúpidamente.

Al 1% superior no le gusta culpar a los demás, se educan a sí mismos y hacen las preguntas correctas, y si un plan falla, no culpan, sino que aprenden. Al 99% le gusta culpar y no aprender; no son responsables ni obligados. Al 99% le gusta usar el término "ellos" y tiene una mentalidad de "nosotros contra ellos".

Tómese el tiempo para separar la realidad de la ficción. Sé lento para actuar. Cuando tenga toda la información, podrá tomar medidas decisivas. Tómese el tiempo para asegurarse de conocer todos los hechos antes de encerrarse en una decisión.

Actúa desde un lugar de sabiduría, no de emoción.

### ***Ley 3: Tiempo***

El tiempo es el recurso más preciado del universo.

Cada persona solo tiene una cierta cantidad de tiempo en su vida. No se puede comprar más tiempo en esta vida con dinero. El tiempo debe ser tratado con reverencia y respeto. No pierdas tu tiempo ni el de los demás.

Para alinearse con la prosperidad, debe comprender el apalancamiento del tiempo. Debes ser sistemático y eficiente. El simple hecho de dedicar sesenta minutos al día a una actividad positiva puede brindarle resultados que durarán toda la vida. Si dedicas sesenta minutos al

día al ejercicio físico, puede prolongar su esperanza de vida en cuarenta años. Es un gran compromiso que la mayoría de la gente elige no hacer.

Sesenta minutos de no invertir en ti mismo simplemente te hacen sentir culpable para toda la vida.

La mayoría de los estadounidenses ven CUATRO horas de televisión al día. De esas cuatro horas, al menos el veinticinco por ciento son comerciales. La persona promedio pasa tanto tiempo viendo comerciales como debería pasar haciendo ejercicio. Este es el ejemplo perfecto de perder el tiempo.

El problema de ver la televisión es que no hay principio ni fin. Uno puede sentarse fácilmente y mirar seis horas seguidas sin pensar. Te come la vida y pierdes tanto tiempo para nada.

Al prepararse para una acción, tómese el tiempo para planificarla adecuadamente. Apresurarse en un proyecto sin un plan suele llevar mucho más tiempo que la preparación adecuada. No planificar es planificar para el fracaso. Esta regla se suma a la regla n.º 2. Espere hasta tener la información correcta antes de tomar una decisión. Esto le evitará perder aún más tiempo.

Aprende a delegar de manera efectiva. En estos días, puedes contratar personas para hacer cualquier trabajo que puedas imaginar. Crear una portada para un libro me llevaría horas y horas en Photoshop. Estoy bien, pero no muy bien. Puedes contratar a un estadounidense por alrededor de \$750. O puedes contratar a alguien internacional por \$5. El producto final será

exactamente lo mismo. Todas las tareas imaginables se pueden subcontratar ahora. No hay excusa para usar su tiempo de manera ineficiente.

Puede parecer difícil escribir un plan de entrenamiento para que alguien lo siga. Capacitar a alguien para que realice una tarea en su nombre puede parecer una propuesta arriesgada.

Simplemente puede grabar un video de usted mismo enseñando la tarea en su computadora. No necesita escribir una serie de pasos complicados. Digamos que una hora de su tiempo vale \$50. Eso es lo que te pagan por hora. Cada vez que gasta en tareas que valen menos dinero es tiempo perdido. Podría tener diez personas trabajando para usted a \$ 5 por hora fácilmente.

Esto significa que por una hora de trabajo obtienes diez horas de trabajo. Esta es la verdadera eficiencia. Piense en formas de multiplicar su tiempo para obtener un mejor rendimiento. Cíñete a lo que sabes hacer, lo que puedes lograr rápidamente y lo que te da la mayor cantidad de tiempo desde el punto de vista financiero.

No inviertas tiempo en las redes sociales para actividades sin sentido. ¿A quién le importa lo que almorzó hoy alguien con quien no has hablado en siete años? Las personas exitosas no pierden el tiempo en Facebook y Twitter. Crean el contenido que la gente pobre pierde su tiempo consumiendo. O hacen que la gente pobre, sin saberlo, cree este contenido de forma gratuita. Luego, los ricos toman este contenido gratuito y lo revenden al consumidor.

El ejemplo perfecto es Facebook. Todo el contenido es

creado por los usuarios. Todas las publicaciones, fotos y actualizaciones de estado son realizadas por usuarios y donadas a Facebook de forma gratuita. Facebook luego vende publicidad y la gente compra en Facebook. Ellos

ganar dinero vendiendo algo que las masas ofrecen gratis sin saberlo. Y no creas que son los únicos. Cualquier sitio con contenido generado por el usuario hace esto.

Echa un vistazo a Reddit. O Amazonas. ¿De dónde vienen todas estas reseñas de Amazon?

Concéntrese en la gestión exitosa del tiempo, los registros, los sistemas y las personas. La gente arruinada no tiene idea de cómo manejar nada. Están encerrados en una mentalidad de pobreza que les hace usar el tiempo de manera ineficiente.

¿Cuánto tiempo pierde todos los días revisando sus correos electrónicos una y otra vez? ¿O comprobar constantemente si te perdiste algo en Facebook? Para de hacer eso.

Revisa tu correo electrónico una vez al día como máximo. Le hará una gran parte de su tiempo.

Invierte este tiempo recién liberado en ti mismo. Podrías pasar el tiempo que solías pasar viendo televisión en clases nocturnas y convertirte en abogado o graduarte de la universidad en cuatro años. O podrías hacer algo aún más valioso. Pasa tu tiempo leyendo libros de calidad y aprendiendo cosas. Leer sitios de noticias no cuenta. Este contenido no te hará más inteligente ni te enseñará ninguna habilidad.

Esté siempre atento a nuevos conocimientos o formas de ser más eficaz. Tu siempre puedes

mejorar como ser humano. Los líderes son lectores.

Eres tu propia universidad y es así como aprendes más rápido. Las cosas que no sabes son porque nunca lo has intentado. Si odias leer, puedes cambiar a audiolibros. Puede convertir esos momentos desperdiciados en ganancias:

- - Hora de ir al baño
- - Tiempo de espera
- - Tiempo de paro laboral
- - Hacer ejercicio
- - Tiempo de conducción

Trata tu tiempo con el respeto que se merece. No permita que las creencias limitantes le impidan usar su tiempo sabiamente. No hay nada que le impida contratar personas para microtarefas en este momento.

#### ***Ley 4: El poder de la ley***

Todo el sistema fiscal fue diseñado por los ricos para mantener su dinero en sus bolsillos. ¿Alguna vez has mirado lo que las grandes corporaciones pagan en impuestos? La mayoría de las compañías petroleras y los candidatos presidenciales pagan menos que usted.

Son multimillonarios y solo pagan unos pocos cientos de dólares en impuestos al año. Puedes manipular el sistema o dejar que te manipule.

Para alinearse con la prosperidad, debe comprender el apalancamiento legal. Los ricos saben cómo proteger su

activos y reducir los riesgos financieros, fiscales y de litigios.

pasivo. Saben que la semántica y los detalles técnicos marcan una gran diferencia.

El ciudadano medio prácticamente no tiene conocimiento del código fiscal. Incluso si trabaja para una empresa, puede iniciar su propia LLC. De esta manera, puede convertir muchos de sus gastos personales en gastos comerciales.

¿Sabías que si vives en el extranjero, no tienes que pagar impuestos sobre los primeros ochenta mil dólares que ganes? O que tiene dos meses adicionales para completar su declaración de impuestos. Estados Unidos es uno de los únicos países del mundo que trata de cobrarle impuestos sobre el dinero que gana viviendo en otro país.

Esta es la razón por la que tantas personas ricas cambian de nacionalidad. Ellos entienden cómo proteger su riqueza.

Si desea ganar y mantener la riqueza, es necesario comprender los impuestos. Nada más afecta su patrimonio neto tanto como los impuestos, con la posible excepción de la muerte o el divorcio. ¿Conoce siquiera las tasas actuales del impuesto a la herencia?

Déjame hacerlo un poco más simple.

¿Qué otra organización puede tomar el 30% de sus ganancias netas cada año? ¿O incluso el 50%?

La falta de voluntad para aprender cómo funcionan los impuestos y cómo las leyes pueden funcionar a su favor siempre se interpondrá entre usted y la manifestación de la riqueza.

### ***Ley 5: Riqueza***

Déjame contarte la historia de dos personas con exactamente las mismas habilidades.

Tengo un amigo que es mucho mejor escritor que yo. Leí uno de sus libros y al instante me llené de rabia celosa. Aspiro a mejorar siempre y él tiene un talento natural. Pasa meses o años escribiendo cada libro. Publica un libro cada uno o dos años. Él mismo hace todo el trabajo y pasa muchas horas creando su producto terminado.

Acepto trabajos de redacción bien remunerados. Acepto proyectos de escritura fantasma y ayudo a la gente a escribir autobiografías todo el tiempo. No es glamoroso, pero es un trabajo bien pagado. Es demasiado bueno para este tipo de trabajo. Luego tomo el dinero de esos proyectos y contrato a un equipo de escritores para crear libros cortos que publico bajo diferentes seudónimos.

Trabaja muy duro y crea libros maravillosos. Él pone una increíble cantidad de esfuerzo. Sin embargo, yo genero entre cincuenta y cien veces más contenido que él, cada año. Con el tiempo, se acumula.

Todos sus ingresos se basan en su trabajo. Pasa un año en un libro y luego tiene la esperanza de que se venda, o resulta que todo el año fue una inversión desperdiciada.

En su lugar, puse esfuerzo en crear un sistema que genera riqueza y resultados para mí: los resultados iniciales fueron muy lentos, pero los resultados son exponenciales. Me tomó un tiempo desarrollar la serie de libros que quería desarrollar. Determinar qué espacios son los más rentables. Esta compilación inicial del sistema tomó algún tiempo, pero mi sistema es autosuficiente. Puedo tomar dinero obtenido de libros que le pagué a otra persona para que los escribiera. Puedo tomar ese dinero y contratar a otra persona para que escriba otro libro. El dinero que gano continúa trabajando para mí todo el tiempo. Es solo un pequeño microcosmos de cómo puedes hacerlo.

Puedes invertir tu riqueza y recursos en cosas que continúan...

para crecer y ganar más dinero.

Los verdaderos sabios invierten en tecnologías generadoras de riqueza. Su investigación se centra en encontrar nuevas formas de crear riqueza.

La mayoría de los "buenos" consejos financieros son en realidad muy malos consejos que le brindan las instituciones financieras.

empresas para que les dé dinero para hacer inversiones más riesgosas para un mayor retorno de la inversión (ROI). Estas instituciones toman su dinero diciéndole que invierta en carteras no riesgosas... para que puedan aprovechar su dinero y usarlo para cosas riesgosas.

La crisis financiera mundial es el ejemplo perfecto.

¿Quién terminó pagando todas esas inversiones arriesgadas? No son los ricos los que han sufrido. Los pobres pagaron estas deudas a través de los impuestos. Estos rescates gubernamentales salieron directamente de los bolsillos de los pobres. Las mismas personas que se han visto más perjudicadas por la crisis.

Las personas exitosas entienden que la diversificación solo es factible y utilizable cuando tienen suficientes fondos para la diversificación. De lo contrario, solo diluirán su camino hacia el éxito.

Este es uno de los mayores errores que cometen las personas cuando intentan ganar dinero en línea. Tienen un caso grave de "síndrome del objeto brillante". Ven un curso sobre cómo ganar dinero en Facebook. Compran el curso y pasan una o dos semanas probándolo. Luego ven un curso sobre cómo ganar dinero con LinkedIn, por lo que abandonan Facebook y dedican su tiempo a este nuevo y emocionante curso.

Continúan invirtiendo dinero en proyectos que luego tratan como pasatiempos. Las personas que ganan dinero lo tratan con respeto. Si tiene una hoja de cálculo para realizar un seguimiento de lo que está invirtiendo en capacitación, sitios web, hospedaje y todos esos costos en línea, entonces se está tomando el dinero en serio. Haga un seguimiento de lo que gasta y lo que trae de vuelta.

Las personas que tratan los negocios como un pasatiempo no

nunca tener éxito Piensan que se ramifican porque saben cómo hacer muchas cosas diferentes. Domina una forma de ganar dinero antes de pasar a la siguiente.

vienen a mí todo el tiempo con grandes ideas para ganar dinero de nuevas maneras. Pero les digo que solo conozco algunas formas de ganar dinero y me atengo a ellas. No hay ninguna razón para que yo aumente mi riesgo.

El 1% entiende que el interés compuesto solo es útil cuando tiene suficiente dinero para capitalizarlo. De lo contrario, solo estará recolectando centavos y

dinero de bolsillo. Solo les importa el "interés compuesto" cuando tienen un millón de dólares para capitalizar. De lo contrario, literalmente pasan 25 años de sus vidas ganando suficiente dinero para que valga la pena marcar.

Los ricos utilizan el interés compuesto para pagar las facturas, no para crear riqueza. Los ricos ganan su dinero a través de sus sistemas comerciales y luego ponen el dinero en lugares que acumulan interés compuesto para pagar los gastos de manutención. ¡La gente pobre trata de usar el interés compuesto para enriquecerse! El secreto es que el interés compuesto solo funciona cuando eres realmente rico.

Antes de saltar a cualquier negocio, debe comprender la escalabilidad. ¿Puede este negocio crecer exponencialmente? ¿O la única forma de ganar más dinero es dedicar más tiempo al negocio? Si tiene que gastar la misma cantidad de esfuerzo y tiempo en un solo resultado, asegúrese de hacerlo sabiamente; no te molestes con cosas que te llevarán 10

horas de trabajo para una tarea que le hará ganar \$100, o puede ser elegido para otra tarea y ganará \$100,000.

Es la diferencia entre abrir un puesto de perritos calientes y construir un negocio en línea. Puede hacer crecer un negocio en línea exponencialmente. No hay factores limitantes físicos. Muchos negocios en línea son infinitamente escalables. Siempre pueden ganar más dinero.

También puede aprovechar el dinero prestado. Es muy importante entender la diferencia entre deudas buenas y malas: la mayoría de la gente piensa en un préstamo de automóvil como un "activo". Es incluso un "activo" según la oficina de impuestos. Pero en realidad, un préstamo de automóvil es una deuda incobrable por un pasivo.

Los coches pierden dinero desde el primer día y mantenerlos te cuesta dinero. Solo si el automóvil se usa para fines comerciales y el dinero que genera supera con creces los costos, puede considerarse un "activo"; un coche personal es siempre una responsabilidad. Un coche siempre vale menos.

Cada día su valor disminuye. Nunca recuperará la inversión que hizo en un automóvil.

Hagámoslo aún más simple:

- Una buena deuda me ayuda a ganar dinero.
- Las deudas incobrables agotan mi dinero

Puede utilizar el dinero para generar riqueza. Este es el uso correcto de la riqueza. no gastes dinero

por cosas que no necesita o que le harán perder más dinero a largo plazo

## ***Ley 6: Relaciones***

Para alinearse con la prosperidad, debe comprender el apalancamiento de las relaciones.

Qing. Li. Fa. es una antigua táctica de negociación china. Trabaje primero en el ángulo Amistad/Relación (Qing). Si eso no funciona, use el ángulo lógico (Li) tratando de persuadirlos con hechos. Si eso falla, trabaja el ángulo legal (Fa) al final.

Muchas personas en nuestra sociedad utilizan la "solución legal" como la primera y única solución... lo que genera muchos problemas. Están dirigidos principalmente a abogados, mientras que un enfoque relacional habría permitido resolver el problema mucho más rápido y a un menor costo.

Las personas exitosas se ponen en condiciones de conocer a las personas adecuadas en el momento adecuado. Construyen una red y participan en eventos o se unen a foros. Se rodean de personas de ideas afines que están en el mismo camino que ellos. Personas que pueden ayudarlos y a quienes ellos pueden ayudar.

Las personas que tienen el espíritu de pobreza tratan de obtener lo más posible de la otra persona en un trato. Incluso si consiguen el mercado que quieren, se han creado un enemigo de por vida. Alguien que espera y espera el momento adecuado para vengarse.

Cuando las personas exitosas se relacionan y

negocian tratos, buscan una situación en la que todos ganen, de lo contrario no negocian tratos, punto.

Preferirían que los aprovecháramos un poco para mantener la

paz en lugar de pelear por cosas pequeñas. Esto puede generar resentimiento, pero saben que, en última instancia, los ayudará a alcanzar su objetivo más rápido.

Hacen mucho más trabajo del que sus socios comerciales saben que sería imposible reemplazarlos. No piensan en términos de cuánto trabajo debo hacer por mi salario. Piensan en términos de si hago un gran trabajo y termino trabajando gratis, eso me ayudará a alcanzar mi meta más rápido. Si es así, eso es genial. De lo contrario, han aprendido quién está ahí para aprovecharse de ellos y tendrán más experiencia la próxima vez.

Recuerda que los favores son un músculo, no una olla.

No cobra favores debidos a usted como deudas. Haz favores gratuitos a las personas que te rodean. Si puedes ayudar a alguien, hazlo. Nunca se sabe cómo ese favor puede volver a ti de manera positiva.

## ***medidas immmmidias para la riqueza***

Es hora de tomar medidas concretas y viables para manifestar la riqueza en su vida.

Al planificar sus próximos pasos en la creación de riqueza, comience centrándose en **actuación**,

es decir, en la cantidad de personas a las que llegas o impactas. Puede ser escala o magnitud.

Puede salvar la vida de una persona o ayudar a miles de personas a sentirse bien. En el primer caso, es una cuestión de magnitud, en el segundo, de escala. ¿A cuántas personas estás teniendo un efecto o impacto en este momento?  
¿Cómo puedes aumentar este número?

Allá **ley de efectivización** establece que cuantas más vidas afectes o toques, ya sea en términos de escala o magnitud, más rico serás.

Cuanto mayor sea su impacto en el universo, mayor será el retorno de la inversión. Cuantas más personas llegues, más riqueza podrás generar.

La escala se traduce en las "unidades vendidas" de nuestra variable de beneficio en nuestra ecuación de riqueza. La magnitud se traduce en el "beneficio unitario" de nuestra variable de beneficio en nuestra ecuación de creación de riqueza.

Sé que esto suena demasiado técnico, así que déjame intentar simplificarlo. Digamos que estás escribiendo un libro sobre cómo nadar. Puedes vender miles de libros de natación por una pequeña cantidad de dinero. Toma ese volumen alto y lo multiplica por el precio bajo del libro para ver cuánto dinero gana.

Ahora eres conocido en todo el mundo como un experto en natación. Para que la gente pueda contratarte para clases privadas de natación. Estas lecciones son muy costosas porque su tiempo es muy valioso. Entonces solo vendes unas pocas lecciones por mes, pero cada lección es muy cara.

Ahora tienes un bajo volumen multiplicado por el alto precio de una sola lección y eso determina cuánto dinero ganas.

La ley de la atracción no es una ley, sino una teoría. La ley del efecto es absoluta y opera independientemente de cualquier hoja de ruta. Todas las líneas de riqueza creada por uno mismo se remontan a la ley del efecto. No se puede crear una gran riqueza sin escala o magnitud.

Nadie se hace rico oliendo una pequeña cantidad de un artículo barato.

El carácter absoluto de la ley del efecto proviene del acceso y control directo (usted es un atleta profesional) frente al acceso indirecto (usted es el agente de ese atleta).

El atleta gana más dinero directamente (magnitud) pero el agente representa a muchos atletas (escala).

Para ganar millones tienes que servir escala millones o escala pocos.

Hay varios modelos de negocios diferentes de los que habla cada libro de creación de riqueza. Analicemos cada modelo de negocio en términos de escala, escala, apalancamiento en tiempo y personas, capital requerido para el inicio y tiempo para comenzar a ganar mucho dinero. Estos cinco factores le permiten determinar si un negocio vale su tiempo, energía y recursos financieros.

### **Bienes raíces**

La mayoría de las fórmulas de creación de riqueza que hablan de bienes raíces giran en torno a la idea de comprar y vender propiedades.

bienes inmobiliarios. Hay diferentes maneras de hacer esto, pero el principio básico es: comprar...

bajo, vender alto. El primer problema es la evolución. Es extremadamente difícil escalar este negocio porque solo puede controlar un número limitado de propiedades a la vez. Es un negocio basado en la magnitud. Tengo un amigo que es una gran máquina de pinball. Trabaja increíblemente duro y en su mejor año ha transformado veinticinco propiedades. Es magnitud, no escala.

¿Puede aprovechar el tiempo y otras personas para construir su negocio en su nombre? La mayoría de los modelos inmobiliarios se basan en la idea de mejorar el inmueble entre el momento en que lo compras y el momento en que lo vendes. Significa construcción. O lo haces tú mismo o le pagas a otras personas para que lo hagan. La naturaleza de la actividad significa que generalmente tienes que hacer ambas cosas. Tienes que pagar salarios altos a tus trabajadores y tienes que monitorear personalmente el proyecto diariamente. De lo contrario, recibirá un trabajo de mala calidad o se le cobrará de más.

Se necesita mucho capital para empezar en este negocio.

Debe tener suficiente dinero para comprar la primera propiedad. En este momento, puede estar pensando que hay formas de comprar una casa sin pago inicial. Déjame decirte esto. Si no puede permitirse comprar la casa y tiene que revenderla antes de que finalicen los noventa días del préstamo sin aporte personal, no inicie esta actividad. Esto significa que si hay un solo retraso en la construcción, un problema con un inspector o simplemente no puede encontrar un comprador, puede

será destruido.

Conozco a muchas personas que han trabajado en el negocio de la tierra e incluso si las cosas van bien por un tiempo, el mercado finalmente colapsa.

accidentes Cada diez años más o menos, el valor de las propiedades en los Estados Unidos se desploma. Todas estas máquinas de pinball que tienen diez propiedades que están tratando de vender terminan perdiendo sus hogares. Pasa todo el tiempo.

Ganar mucho dinero en bienes raíces lleva mucho tiempo. Sé que escuchas muchas promesas. Estos infomerciales han estado funcionando desde la década de 1980. Nunca he conocido a nadie que haya entrado en bienes raíces sin dinero y se haya convertido en millonario en un año. Y conozco MUCHOS millonarios.

### **Sistemas informáticos y software**

Antes de llegar a nuestras cinco grandes preguntas, déjame decirte que odio este trabajo. Cada vez que he trabajado con un programador o desarrollador, me he arrepentido. Siempre cobran de más, entregan sus productos tarde y te dejan colgado. He probado todos los formatos comerciales posibles para el software: pagar al desarrollador por adelantado, pagarle al final del proyecto, pagarle en cada etapa e incluso con participación en las ganancias. A menos que haga el software usted mismo, le sugiero que se mantenga lo más alejado posible de esta industria.

Incluso si tiene éxito en llevar el software al mercado, los dolores de cabeza no han hecho más que empezar. Necesita actualizar constantemente su software para que siga funcionando. Todavía tendrá grandes problemas de soporte técnico. Si vende software a un precio inicial

único que requiere algún tipo de mantenimiento, necesita seguir generando ingresos.

nuevas ventas para mantener el software que ya ha vendido. Es una pesadilla.

Hay aspectos positivos. Si crea una buena aplicación o software para teléfonos inteligentes que mucha gente usa, puede volverse muy escalable. Todos escuchamos sobre esas empresas de aplicaciones que se venden por cientos de millones de dólares. Es muy difícil entrar en el juego de la escala con el software a menos que crees algo extremadamente personalizado.

La principal forma de optimizar el tiempo y los recursos humanos es contratar a otras personas para crear su código. Pero como dije antes, esta es una actividad extremadamente aleatoria. La mayoría de estos desarrolladores solo intentarán hacer algo lo suficientemente bueno como para superarlo, pero no algo lo suficientemente sólido como para sobrevivir a un lanzamiento. A menos que tenga un equipo técnico asalariado a tiempo completo, espere muchos dolores de crecimiento.

El capital inicial depende de tus habilidades. Si puede crear el software usted mismo, no necesita mucho capital para comenzar. pero si llamas

otras personas para construir su software, espere gastar MUCHO capital. Toma tu estimación original y multiplícala por cinco. Eso es lo que le costará el software.

Ahora es posible ganar mucho dinero con

gran programa Encuentra una necesidad y llénala. Encuentre un lugar donde la automatización pueda ayudar a muchas personas y usted pueda tener mucho éxito. Pero la mayoría de las empresas de software luchan. no es porque

Si tiene una gran idea de software, eso no significa que podrá pensar en una segunda. El desembolso inicial es enorme y las posibilidades de éxito son extremadamente bajas.

#### INVENTARIO

¿Conoces a alguien que haya perdido su camisa en la bolsa de valores?  
? Este es el caso de la mayoría de las personas. Hay dos tipos de personas que generalmente ganan dinero en el mercado de valores: los muy ricos y los maníacos. Si ya eres muy rico, está bien, pero si no lo eres, veamos cómo un maníaco puede ganar dinero.

Esta actividad tiene escala y magnitud. Puede comprar algunas acciones extremadamente caras o una multitud de acciones de centavo. Esta es una actividad de alto riesgo en la que perderse incluso un día puede destruirlo financieramente. El día que vas al lago con tu familia es el día en que le sucede algo terrible a la empresa en la que has invertido. Mientras todos se retiran de esta acción, estás en el lago. Cuando regresa, el 99% de sus activos se han ido.

Para tener éxito en el negocio de las acciones, debe hacer todo el trabajo usted mismo. No puede usar un corredor ni contratar a nadie más. Tenías que ser tú. Tienes que sentarte frente a una computadora durante al menos diez horas al día para moler. Tienes que estudiar perpetuamente los gráficos de líneas. se necesita mucho

capital para entrar en este negocio y todo el capital está en riesgo desde el primer día. Se necesitan años para crecer una niña

para invertir en algo serio. Este es un negocio de muy alto riesgo y baja recompensa.

#### Comercialización de niveles múltiples

Es un negocio brutal. La única forma de ganar dinero es aprovechar todas sus conexiones. Nadie gana dinero en la parte inferior de la escalera. Tienes que estar en la cima de la torre con un grupo de personas debajo de ti o no ganas nada. Esta actividad no tiene escala. No hay MLM de alto precio.

Se trata de vender grandes volúmenes de productos baratos.

No conozco a nadie que comenzó pobre y se hizo rico al unirse a un MLM. Todos los que he conocido no ganaron dinero y terminaron renunciando. Pero esto es sólo evidencia anecdótica. Puedes salir y hacer tu propia investigación. Pero, ¿cuántos MLM todavía existen después de cinco años? La mayoría de ellos aparecen, permanecen activos durante dos o tres años y luego desaparecen por una razón u otra.

Necesita pasar mucho tiempo construyendo su negocio y aprovechando sus amistades. Tienes que convencerlos para que salgan y vendan productos tal como lo estás tratando de hacer. Entonces, no solo está tratando de crear clientes, sino que realmente está tratando de replicarse a sí mismo. Crea personas que quieran salir y vender exactamente lo mismo que tú. Por lo general, cuando alguien que conozco se une a un MLM, todos sus amigos desaparecen hasta que se dan por vencidos.

El capital necesario para comenzar suele ser lo que apenas puede pagar. He visto estos negocios en los barrios pobres

donde solo cuesta veinte dólares registrarse y he visto algunos donde tienes que pagar miles para registrarte. Suele pasar así.

¿Cuánto cuesta registrarse?

MLM MONSTER: ¿Cuánto dinero queda en tu tarjeta de crédito?

¡Porque resulta ser exactamente lo que cuesta!

Tener éxito en MLM lleva años. Si tiene mucha suerte, puede comenzar a ganar dinero decente dentro de una década. Las probabilidades son extremadamente bajas y es probable que pierdas a todos tus amigos. Pero la posibilidad, por pequeña que sea, existe.

## **ACTIVIDAD FÍSICA**

La idea de tener una tienda y que la gente se te acerque y te compre cosas todo el tiempo suena muy divertida. Soñé con esto. Hasta que haga una investigación real. El negocio de ladrillo y mortero promedio busca obtener un rendimiento de 3-5% por año. Entonces, si invierte \$ 100,000, espere recuperar \$ 5,000 al final del año. Eso por sí solo probablemente te haga querer pasar a la siguiente sección.

No hay escalabilidad en una empresa física en el corto plazo. La única manera de evolucionar es abrir nuevos sitios. Y si lo hace demasiado rápido, el segundo sitio puede hacer que el primero quede fuera del negocio. Tampoco es una gran actividad.

escala en general. Vendes muchos artículos que no son extremadamente caros. Pero su escalabilidad está limitada por el tamaño físico de su tienda. La única manera de

tener un negocio de magnitud es si vendes artículos de lujo, como súper autos o vestidos de alta costura.

Administrar una tienda requiere que alguien esté presente cada minuto que la tienda esté abierta. Esto significa que tienes que estar presente todo el tiempo o tienes que contratar gente para estar presente todo el tiempo. Si comienza solo con personal permanente, espere ir a la bancarrota. Se necesita mucho tiempo para hacer crecer un negocio hasta que un gerente pueda administrarlo mientras usted está fuera de forma permanente.

Se necesitan muchas horas-hombre para administrar un negocio físico. Por lo general, se necesitan varios empleados en el sitio al mismo tiempo.

El capital requerido para comenzar es muy alto. Debe firmar un contrato de arrendamiento de una ubicación. Debe organizar el lugar para que se vea como la tienda de sus sueños. Debe llenar la ranura con acciones. Tienes que contratar personal y pagarles antes de vender nada. Se necesita mucho tiempo para ganar mucho dinero con una tienda.

También hay muchos riesgos. Si alguien entra en tu tienda y te demanda, serás destruido. Si no anuncia correctamente, no obtendrá ningún cliente. Si no puede vender su mercancía,

te encuentras en una habitación llena de basura por la que has pagado mucho dinero.

Un negocio físico es el modelo de negocio más arriesgado y menos gratificante de todos.

## **NEGOCIOS EN LÍNEA**

Probablemente ya puedas decir que este es el mejor modelo de negocio. Presenta el menor riesgo y la mayor posibilidad de recompensa. Siempre y cuando seas un inversor responsable y disciplinado. Los negocios en línea son infinitamente escalables. Puedes vender una cantidad ilimitada de tu producto digital. Puedes vender el mismo libro descargable millones de veces.

¿Y la magnitud? Puede construir un negocio en línea que tenga forma de pirámide. En la base de la pirámide, tiene libros y videos que vende a bajo precio pero en grandes cantidades. En lo más alto, vendes plazas en un mastermind o coaching individual a un precio muy elevado. El coaching privado da escala.

Esta es la actividad más simple en la que puede aprovechar el tiempo y las personas. Puede contratar personas en el extranjero para hacer todo el trabajo por una fracción del precio de reventa de ese trabajo. Puede pedirle a la gente que haga micro tareas por unos pocos dólares. Estas tareas se convierten en un verdadero negocio. Cuando la máquina está correctamente ensamblada, puede administrar su negocio con una hora de su tiempo por día.

Solo revisas los números todos los días. Asegúrate de que sale más dinero de la máquina del que ingresas. Asegúrese de que todos estén haciendo su trabajo y a tiempo. Luego vuelve a vivir tu vida. De verdad crees que paso

ocho horas al día frente a una computadora portátil?

Puede construir un negocio en línea exitoso por menos de cien dólares. Ningún otro modelo de negocio puede lanzarse a un precio tan bajo. La inversión de capital inicial requerida es muy baja. Si es ahorrativo, puede comenzar poco a poco y construir lentamente usando sus propias ganancias mes tras mes.

Mi primera empresa ganó casi tres cuartos de millón de dólares en su segundo año. Comenzar este negocio me costó \$500. Así que estoy seguro de que puedes ganar mucho dinero rápidamente.

No hay mejor modelo de negocio en el mundo en este momento que ganar dinero en línea. Le permite generar una gran riqueza, ofrece más libertad que cualquier otro modelo de negocio y le permite dedicar su valioso tiempo a las relaciones en lugar del trabajo.