Capitulo Uno

MegaLiving!!! Logrando Dominio de La Mente, Cuerpo y Carácter.

Algunos hombres ven las cosas como son y dicen "Por Qué?";
Yo sueño con cosas que nunca fueron y digo "Por Que No?"
George Bernard Shaw

EL MÁXIMO DESAFÍO

Hay gente que hacen que las cosas pasen. Hay gente que observan como las cosas pasan. Y hay gente que pregunta "Que Pasó?". El programa de MegaLiving! Hará que rapidamente sucedan cosas en todos los aspectos de tu vida. Aprenderás las mejores estrategias y técnicas disponibles para mejorar profundamente tu mente, cuerpo y carácter. Este es un libro que te muestra de una manera excitante y práctica como poner mucha más vida en tu vida. No hay dudas que tú tienes dentro de ti el poder para alcanzar todo lo que has soñado. No importa si lo que buscas es mental, físico, emocional, o dominio financiero, este libro te enseñara precisamente como conseguirlo. MegaLiving!, contiene los resultados revolucionarios de más de diez años de estudios de los secretos de vivir con éxito, ofreciendo una colección altamente efectiva de poderosas y al mismo tiempo fáciles herramientas que puedes usar hoy para vivir con más satisfacción, paz mental y vitalidad.

Este libro contiene las llaves maestras para un vivir dinámico. Tu tienes el potencial para una vida perfecta, esto es seguro. Y si te comprometes totalmente a este programa por 30 días, recibirás los siguientes beneficios:

i. Un sentido profundo de bienestar y felicidad
ii. Estrategias para borrar el hábito de preocupación y tener mucha más confianza
iii. Relaciones más ricas y duraderas
iv. Habilidades poco conocidas para el autodominio y el alto desempeño
v. Entendimiento de los poderosos secretos orientales de la longevidad
vi. Energía sin límites, entusiasmo y salud radiante
vii. Más serenidad, tranquilidad y personalidad carismática
viii. Herramientas para lograr prosperidad duradera y independencia financiera
ix. Técnicas comprobadas para tomar control de tu destino.

Hoy es el primer día de tu vida perfecta, una vida que es tuya para transformarla en algo realmente maravilloso y duradero. El pasado no determina tu futuro y un cambio hacia la excelencia personal puede pasar en un abrir y cerrar de ojos, si tu haces el firme compromiso de elevar tu vida al máximo nivel. Este programa es para ganadores, gente quien reconoce que sus vidas son mucho más que sus circunstancias actuales, sin importar cuan exitosos sean en este

momento. El hecho de que hayas invertido en este programa te diferencia de la mayoría de la gente y demostruestra que estás determinado a ser una persona de alto desempeño y para condicionar tu mente, cuerpo y carácter para toda una vida de excelencia. ¡Acepta el reto de conectarte a la riqueza de su potencial personal y atrévete a ser grandioso!

El Primer Paso

Ahora, cierra los ojos, toma cinco (5) respiraciones profunda y imagina este escenario muchos años en el futuro: tú estás en una cena elegante, rodeado de tus personas más queridas (quienes están formal y hermosamente vestidos). Las velas alumbran cada mesa y la importancia de la noche se percibe a través del aire como aroma de la cocina. Esta es tu cena testimonial, una oportunidad para que la gente que te conoce hable de ti, tus logros y contribuciones a tu seres queridos y la sociedad en general. Reflexiona sobre lo que te gustaría que ellos dijeran. En esta cena en el ocaso de tu vida, te gustaría escuchar que has vivido de una manera poco inspiradora, sin pasión y sin logros concretos? ¿Cómo te sentirás al oír que tu ni si quiera llegaste cerca de lograr tu potencial mental, físico, financiero y espiritual? ¿Cómo te sientes al oír que tus sueños, no importa que tan inspiradores eran, nunca se cumplieron y que nunca supercargaste tu vida por que estaba demásiado ocupado pagando las facturas y siempre cansado al final del día?

Con MegaLiving!, tienes una segunda oportunidad de cambiar poderosamente lo que vas oír en tu cena testimonial. ¡Este libro es tu más importante reloj despertador! Si tu sigues este programa en forma diaria, piensas en él seriamente y aplicas los conceptos regularmente, tomado la decisión desde el fondo de tu corazón de vivir tu vida en una forma mágica y especial, vas escuchar sonidos muy dulces en tu cena testimonial. Los invitados, alegremente testificarán sobre tu excepcional efectividad personal, tu personalidad dinámica y compasión por otros, tu deseo de vivir y tus más sobresalientes logros. El convertirte en la mejor persona que puedas ser es la búsqueda más noble de la vida. El auto-dominio es el DNA del dominio de la vida. Si quieres manejar una corporación, primero aprende a manejarte tu mismo. Si quieres manejar a un equipo o una familia, aprende a manejarte primero a ti mismo. El éxito externo empieza con éxito interno y si realmente quiere mejorar profundamente la calidad de su mundo externo, tiene que primero mejorar su mundo interno. No hay nada más noble que aprender a explorar el potencial sin límite de su mente y ser lo mejor que puede ser. Esto es el reto máximo del Programa MegaLiving!. Acepta esto con gran energía y da la bienvenida a tu nueva realidad de vida perfecta.

El Poder de la Vida sin Límites

Profundamente dentro del hombre viven eso poderes dormidos; poderes que lo asombrarían, que nunca soñó en tener; fuerzas que revolucionarían su vida si se levantaran y se pusieran en uso.

Orison Sweet Marden

Una de las verdades más esenciales es reconocer el hecho de que los únicos límites que tenemos en la vida son los que nosotros mismo nos creamos y nos ponemos. Las circunstancias son nuestra creación y no al revés. Los ganadores, al contrario de los perdedores, se han adiestrado a si mismo a dar forma a los eventos en sus vida, en vez de que esos eventos les den forma a ellos. Piensa en los límites actuales en tu vida, los obstáculos que evitan que tú logres tus sueños y el estado de Iluminación que tú tanto deseas. Tu has interpretado que cada una de estás circunstancias es un estorbo o un elemento negativo en tu vida cuando no es así.

Uno de las estrategias fundamentales para el éxito es también muy sencilla: no hay tal cosa como un circunstancia negativa, solo una circunstancia de la que puedes aprender. No hay equivocaciones en la vida, solo hay lecciones que nos permiten crecer y avanzar a niveles más altos en el camino del auto-dominio. Si tu te impones límites tal como: "Soy muy joven para ser un multi-millonario," "No soy lo suficiente inteligente para ser un líder mundial," "Soy demasiado vago para empezar mi negocio" o, "No tengo suficiente dinero para hacer esto," tu espíritu pronto se secará y habrás cumplido tu propia profecía negativa. Deja de ser un prisionero de tu pasado – hazte el arquitecto de tu futuro. Cada evento ocurre con un propósito. Cada problema es un reto especial del cual podemos aprender y prosperar a alturas más elevadas de logros. Cada momento es perfecto por naturaleza, aunque usted lo crea o no. Si reconoces esta antiquísima verdad, aceptaras cada experiencia con gratitud y verás la oportunidad en cada evento, no importa cuan difícil parece al comienzo. Si no entiendes esto principio, nunca vas has a darte cuenta de lo maravilloso que es el destino que es tuyo para cultivar.

La mente tiene inmensurable y vasto potencial que queda sin usar en la mayoría de la gente. Se ha dicho que los mejores pensadores usan sólo un 25% de sus mentes. ¿Qué pasa con el restante 75%? Los Yogis Indúes que viven arriba en las montañas de los Himalayas, han disciplinado sus mentes al punto que pueden controlar los llamados procesos involuntarios como lo son los latidos del corazón, digestión, y funcionamiento nervioso. Estos sabios del Este han mojado sus dedos en el dominio refinado del potencial mental por más de 5,000 años y han refinado la ciencia del dominio de la mente. A través de la combinación de

técnicas de meditación y control de la respiración estos yogis son capaces de tolerar enorme cantidad de dolor físico y pasar extensos períodos sin comida o dormir. Tal es el poder que cada uno tenemos dentro de nosotros. Madres cuyos hijos han caído debajo de un auto, en el calor del momento, lo han levantado para salvarlos. Hombres de setenta años corren maratones y escalan montañas. Sencillamente no hay límites para la persona que no acepta límites.

La mente y espíritu humanos pueden ejecutar milagros si se utilizan apropiadamente y se entrenan para la excelencia. Y sin embargo la mayoría de mentes humanas están sin cultivar, sin explorar y sin desafíos. En un día promedio, una persona promedio piensa alrededor de 60,000 pensamientos. Aún más asombroso es el hecho que 95% de eso pensamientos son los mismos del día anterior. Patrones de pensamiento limitado tienen que ser eliminados y tienes que ejercer la tremenda fortaleza de tu mente para formar el hábito de Pensar Sin Límites. Bota el viejo patrón de pensar. Todo triunfador ha llegado a realizar que sus pensamientos forman su mundo y que en verdad no puedes darte el lujo de ni un sólo pensamiento negativo. El primer paso para un vida llena de maravillas es saber que tu mundo externo empieza con tu mundo interno y cada uno de tus pensamientos te llevará al camino de una perfecta vida. Tus pensamientos pueden hacer magia y todas las cosas que tú has querido. Los pensamientos de hoy construyen los sueños de mañana.

Mahatma Gandhi, un hombre frágil y débil levantó millones de su compatriotas y trajo abajo un imperio con resistencia pacifica. Y aunque empezó como un abogado promedio con una pequeña práctica en Suráfrica. Fue el dolor de la injusticia que prendió la chipa de su determinación para mejorar el mundo y como todo triunfador, Gandhi empezó a trabajar primero en si mismo. Él empezó ha construir su fortaleza mental y creo enorme disciplina en su vida. A una temprana etapa, él se dió cuenta de una regla cardinal para el dominio de su vida: El éxito afuera empieza adentro. Armado con el conocimiento que esta era una causa justa, este pequeño hombre con pantaloncillos blancos llevo su país a la independencia.

Arnold Schwarzenegger era un hombre joven cuando entro al gimnasio por la primera vez. Tenía las piernas flacas, un pecho encogido y hombros pequeños y tenia un historial financiero donde los recursos eran siempre escasos. Pero los recursos internos de Schwarzenegger siempre fueron abundantes. Poco tiempo después de su primera sección de ejercicios le dijo a otro compañero que el sería Sr. Universo en cinco años. El compañero se rió, pero ahora mira a Schwarzenegger. Aquí esta un hombre se rehusó aceptar límites en lo que el podía hacer y el éxito que sabía que podía encontrar en este jardín de rosas que es la vida.

Como Napoleón Hill escribo en su magnifico libro, *Piense y Hágase Rico*: "lo que un hombre puede concebir y creer él lo puede alcanzar."

Así que tu reto inmediato es construir tu nuevo hábito de Pensar Ilimitado hoy. La mente es un músculo, si esta débil tú lo puedes acondicionar para que sea fuerte. Si actualmente te preocupas demásiado o vives en el pasado, este hábito malo puede ser borrado a través de los ejercicios que aprenderás en el programa de 30 días al finalizar el libro. En este momento, simplemente recuerda que sólo tú eres responsable de cada pensamiento que tu piensa cada segundo de cada día y si no te gusta, tu tienes el poder de cambiarlo. ¡MegaLiving!!!, el poder de hábito de pensar sin límites en lo que tu puedes hacer, tener, sentir y disfrutar, llega a través del condicionamiento paulatino y consistente de la mente. Pensamientos Positivos es puro hábito y no es fácil al comenzo si tu haz permitido que la hierba mala cubra el jardín de tu mente. Pero si decides puedes desarrollar una mente próspera como cualquier otro hábito. Un hábito es como construir un cable: cada día la acción se hace, el cable se hace más fuerte hasta el punto se alcanza que no se pueda romper. Este es el punto que tu debes y vas a llegar en este programa. Como Emerson escribo:" lo que esta detrás y lo que esta frente de nosotros es irrelevante en comparación con lo que esta dentro de nosotros."

Ahora sientate y identifica en un pedazo de papel los pensamientos y patrón de pensamientos que te ha detenido o limitado en tu vida en el pasado. Ser conciente de tus limitaciones es la primera etapa para expulsarlos de tu mente. La gente efectiva es precisamente conciente de sus debilidades así como el punto débil de la cadena, y tienen que eliminarlos. ¿Qué creencias te están impidiendo el éxito, felicidad, amor, y dominio de ti mismo? ¿Qué Pensamientos habituales te están impidiendo que tú tengas paz mental, relaciones ricas y la salud perfecta que tú te mereces? Escribelos y decide erradicarlos de tu mente. Sera difícil al principio y vas ha desear darte por vencido, pero con un poco de persistencia ellos se borrarán.

Una vez que tomes nota de los pensamientos que te limitan y concientemente los elimines de tu conciencia, es clave que los substituyas con una alternativa que te energize, te motive y te llene de sueños de esperanza y pasión. Esto es un principio viejo del Oriente, opera del hecho que en un instante dado, tu mente sólo puede tener un solo pensamiento a la vez. Si el pensamiento en la pantalla de la película de tu mente es uno que te minimiza, rápidamente replazalo con uno positivo. Con el tiempo, los pensamientos negativos serán menos y más distantes por la gran ley de naturaleza es que el positivo siempre dominara el negativo.

Imaginate en el ojo de tu mente como esperas que seas, haciendo todos tus sueños realidad. Haz una "lista de tu sueños" de todo lo que tu deseas en tu

vida. Puede aparecer tonto y una perdida de tiempo pensar en tales cosas positivas y poderosas, en tu situación actual pero hay un poder fenomenal en creer en imágenes positivas mentales.

La PROMESA del MegaLiving!!

Las riquezas infinitas están alrededor de ti si solo abres los ojos mentales y tomas la casa del tesoro infinito que está dentro de ti. Hay una mina de oro dentro de ti de donde puedes extraer todo lo que necesitas para vivir una vida gloriosa, jubilosa y abundante.

Joseph Murphy, PH.D.,
El Poder de tu Mente Subconsciente

El Programa de MegaLiving!! de 30 Días para el Dominio de tu Vida no es una novedad o un curso rápido que solo mantendrá tu interés por par de semanas y entonces tome su lugar en el closet con todos tu otros manuales de desarrollo personal que haz comprado en el pasado. Esta es una obra detallada de investigación que contiene el germen del secreto para que tú domines tu vida estudiando las estrategias del Este y Oeste por más de diez años. Tu tienes dinamita en tus manos aunque tú te desde cuenta o no.

MegaLiving!! es un programa completo en la transformación de tu mente, cuerpo y carácter empezando hoy. Tú tienes la oportunidad dorada de ser el verdadero maestro de ti mismo y tu existencia. Tu puedes haz que tu mundo sea el jardín de rosas que siempre haz soñado, la decisión es solo tuya. Si tu quieres esta clase de existencia mágica, la llave de oro es recordar que tu mente es la autora exclusiva de tu éxito. Si tú dominas tus pensamientos, tú dominas tu mente. Un vez que domines tu mente, tu dominas tu vida y cuando dominas tu vida dominas tus destino.

Experiencias pasadas, fracasos o problemas no tiene nada ver con el potencial que existe dentro de ti. Cuando menos, tus pasados fracasos te han hecho mucho más sabio y fuerte que antes y si no los hubiese tenido no tendrías los beneficios de las experiencias. El dolor enseña. Hoy, y todos los días, hazte cargo completo y toma responsabilidad completa de tu vida y todo lo que esta en ella. Si no tienes suficiente dinero o quieres más, decide hacer cambios y toma la firme acción de hacer tus sueños realidad. Si quiere mejor salud y más energía, toma la decisión en tu más profunda esencia de lograr más vitalidad. Si quieres una relación ideal, dedicate a ser la clase de persona que mantiene tales uniones. Pero esto no te llegará por casualidad. Si tu sigues haciendo las mismás cosas todos los días, lo más seguro recibirás los mismos resultados todos los días. Los ganadores no son diferentes que aquellos menos exitosos, ellos solo han aprendido hacer las cosas de una manera diferente con resultados fabulosos. En los capítulos que siguen y en el Programa de 30 días para el

Dominio de tu vida al final del libro, tu habrás aprendido las cosas más precisas para ser un triunfador, de crear riqueza, una vida a plenitud.

Dejame preguntarte unas cuantas preguntas y por favor toma el tiempo de contestarlas (los hacedores son triunfadores):

Preguntas	**Respuesta**
¿Tú quieres ser un campeón en tu vida?	
¿Tú quieres tener más poder mental?	
¿Tú quieres tener una salud perfecta?	
¿Tú quieres tener más vitalidad y energía?	
¿Tú quieres añadir más disfrute a tu vida?	
¿Tú quieres alcanzar tus sueños?	
¿Tú quieres una vida más serena?	
¿Tú quieres una vida con más aventuras?	
¿Tú quieres más poder de carácter?	
¿Tú buscas dominar tu vida?	

Si contestaste "SI" a alguna de estás preguntas, este programa será invaluable para ti en tu búsqueda para una vida perfecta. MegaLiving!!, armoniza las más recientes tecnicas de dominio físico con las estrategias más anticuas de Oriente para condicionamiento mental y fortalecimiento de el carácter para ofrecer el manual de tu mente, cuerpo y espíritu. Esto es una forma holística para el crecimiento personal, que si se aplica diariamente y con convicción sincera, te aseguro que vas a subir a alturas más allá de las que soñaste que fuese posible. Miles de personas ha utilizado este programa para mejorar profundamente su calidad de vida y tu también puedes hacerlo. Enciende tu deseo y prende el fuego en tu vientre por que pronto estará MegaLiving!! (MegaViviendo!!).

Una vez hagas el verdadero compromiso para el dominio de tu vida y éxitos, vas a apreciar lo fácil y divertido que es. Pequeñas victorias llevan a grandes victorias. Una vez empieces a sentir más vitalidad y energía, tu empezarás a lograr más por que tu no puedes hacer cosas buenas al menos que te sientas bien. Esto te llevara a otro principio primario de éxito: que somos felices cuando crecemos y sentimos que estamos contribuyendo en alguna forma. El propósito de la vida es vivir un propósito y todos dentro de nosotros queremos dejar una legado en una u otra forma. Cuando te dedicas a buscar el poder extraordinario que está en tu mente, cuerpo y espíritu, tú desatas poderosas fuerzas en movimiento y cosas empiezan a pasar en todos los aspectos de tu vida. Y cuando tú sabes que estás mejorando, tu confianza y entusiasmo comienzan a florecer. Y cuando tu entusiasmo comienza a florecer, tu pasión y energía comienzan a florecer. Y cuando tu energía comienza a estallar tú empiezas a crear oportunidad tras oportunidad de éxito en tu vida. Quizás el gran filosofo de la India, Patanjali lo dijo mejor: "Cuando tu estás inspirado por alguna gran causa,

algún proyecto extraordinario, todos tus pensamientos rompen sus ataduras, tu mente transciende sus límites, tu conciencia se expande en todas direcciones y te encuentras en una nueva y maravilloso mundo. Fuerza dormidas, facultades y talentos cobran vida y descubres que eres una persona más grandiosa de la que jamás soñaste ser."

Los capítulos que siguen y el Programa de 30 Días del Dominio de la Vida te darán resultados dramáticos en cada área de tu vida que es más relevante. Verás el mundo de una manera diferente. No te sentirás que no tienes suficiente tiempo para hacer las cosas que te encanta hacer. Aplicando las habilidades que haz aprendido, vas a ajustar las circunstancias y alcanzar las cosas que son importantes para ti. No te sentirás como una hoja que flota con el viento de otoño, sin control de tiempo y tu vida. Usando la técnicas ofrecidas, tu obtendrás niveles de efectividad personal que te podrían sorprender. El punto esencial es entender según vayas leyendo en que no eres diferente a los triunfadores antes que tú. Tú tienes lo que se necesita. Si otros han alcanzado los resultado que tú quieres, ellos sencillamente esta haciendo las cosas un poco diferente. Quizás ellos están manejando su mente en manera un poco más efectiva o manejando su tiempo más meticulosamente. Quizás usan el poder del conocimiento disponible más diligentemente o viven con más disciplina, una vida en principios. Una vez tú empieces a utilizar las herramientas para éxito permanente que siguen, tú verás los resultados que habías esperando. Tú vas entender la importancia del dominio de si mismo y las tremendas oportunidades que viven en cada momento. Te apreciarás que cada día es un milagro y que la vida es un camino muy especial que caminamos. Puede ser una Nirvana o una pesadilla- la elección es tuya y solamente tuya. El poeta británico, William Wordsworth escribió: "Todos lo que vemos está lleno de bendiciones."

LLEVANDO A CABO EL PROGRAMA Y ENCENDIENDO TU VIDA

Con y propósito de acción nada es más útil que estrechez de pensamientos combinado con el voluntad de la energía.

Henri Frederic Amiel

No hay atajos al éxito y el placer que vas ha sentir cuando MegaLiving!! se haga un hábito para ti. "Paciencia, la cualidad esencial del hombre," escribo Kwai-Koo-Tsu. Para lograr los resultados excepcionales este programa va a entregar, los siguientes puntos son importantes:

Seguir el Programa Diariamente: No juzgues el éxito de las técnicas mencionadas por **30 días**. MegaLiving!! armoniza las ideas más efectivas para auto mejoramiento de Occidente con enseñazas poco conocidas de la filosofía de Oriente. Muchas de las herramientas mentales y físicas que vas aprender han sido usadas por los sabios del Oriente por más de 5000 años. Algunos ejercicios están diseñados para desacelerar el proceso de envejecimiento, alcanzar tus reservas de energía y aumentar tu claridad mental; estos vienen de un estudio intenso de los hábitos de los yogis que viven alto en las montañas de los Himalayas en la India. Estos métodos pueden parecer demasiado novedosos para ti al comienzo hasta que empieces a experimentar sus magnificos beneficios personales. Otras técnicas para efectividad personal como el manejo de tiempo y edificación de las relaciones serán más familiares para el lector de Occidente. No te desanimes si no ves resultados en el primer día. Estudios han mostrado que toma por lo menos 21 días para que percibas cambios que aparecen cuando estás tratando de hacer mejorar tu vida. Cada día que sigas el programa, te sentirás mejor, trabajarás mejor y lograras más. Haciendo pequeños cambios diarios, gradual y consistentemente, aumentarás tu entusiasmo así como los resultados visibles. Pequeñas victorias siempre llevan a grandes victorias.

Si faltas a un día en el programa de 30 días al final de este libro no significa que te vas quedar donde estás. Dejando que un día pase sin que hagas algo no importa cuan pequeño sea para mejorar la calidad de tu vida significa que vas para atrás. Otra vez, no faltes ni un solo día de este programa revolucionario – estudiar diariamente y aplicar los principios es clave para el éxito dramático y el acondicionamiento de tu mente, cuerpo y carácter. Algunos días será más difícil que otros. La disciplina se edifica siguiendo a través de eso días de baja energía. Pronto estos serán menos y menos. Esta es la naturaleza de la voluntad.

Trabaja duro en este Programa del Dominio de Vida: Esta es tu mejor oportunidad para re-hacer tu vida y convertirte en un triunfador en el juego de la vida. Usa la bitácora o diario del éxito que está al final para describir tu progreso diario, tus pensamientos, tus aspiraciones y éxitos. A través del día, revisa los principios y usa las estrategias provistas. En el tren, en el carro y en la ducha, mentalmente repite tu compromiso de mejorar tu vida en todos los aspectos.

Publica tu compromiso a MegaLiving!!: Diles a tu familia y amigos que estás siguiendo un programa y que ellos notarán los cambios dramáticos en el futuro. Cuéntales tus metas. Haz un declaración publica de tu compromiso de ser lo mejor que puedes ser. Esto es una forma excelente de obtener apalancamiento y motivación para tus sueños y mantener tus deseos. Nadie quiere verse como un derrotado sin voluntad y persistencia. Un poco de presión será tu estimulo para una acción positiva. Sin embargo, hazlo con familiares y/o amigos sinceros que realmente quieren lo mejor para ti.

La clave al éxito con los principios de MegaLiving!! es correr tu propia carrera. No te compares tú o tu progreso con otros. Tú eres muy especial y tienes tus propios regalos y virtudes. Como un proverbio Oriental dice: "No hay nada noble en ser superior a otra persona. La verdadera nobleza esta en ser superior a tu yo anterior."

En la medida que vayas implementando tu ideas diariamente y haciendo pequeños, y consistentes cambios, tu energía personal y deseo irán como una bola de nieve y tomarán unas enormes dimensiones. Lleva un registro escrito de tu progreso en la Bitacora de Éxito al final del libro, tu interés y entusiasmo iran aumentando. Al hacer público tu compromiso del curso, tú tendrás el apalancamiento o presión necesarios para lo que aspiras: una vida perfecta y total dominio de ti mismo.

Capitulo Dos

Tu Mente y Su Potencial Ilimitado

Un hombre e hace o deshace a si mismo. En la armería de su pensamientos él es el forjador de las armas por las cuales e destruye a si mismo. Él también diseña las herramientas con las cuales e edifica su mansión de alegrías celestiales, su fuerza y paz. Por medio de las elecciones adecuadas, y su aplicación de pensamiento, un hombre puede ascender a la perfección divina. Pero por abuso y aplicación equivocada de pensamiento, desciende al más bajo nivel de bestia.

James Allen, Como un Hombre Piensa

Tu Compromiso a Dominio de Ti Mismo: Kaizen

Kaizen quiere decir constante y contínua mejora sin fin en Japonés. No hay búsqueda más noble ni más importante que la búsqueda del mejoramiento de si mismo. Como dijo Confucio muchos años atrás: "La gente buena e fortalece a si misma sin cesar." Consistente y constante mejoramiento en todos los aspectos de tu vida es lo esencial para alcanzar el potencial verdadero. El sello personal de casi todos los grandes triunfadores y personas exitosas es la dedicación diaria al mejoramiento personal y profesional en su vida. Desde Ben Franklin a Mahatma Gandhi, de Martin Luther King Jr. A Iván Lendl y de Nelson Mandela a Madre Teresa, la gente efectiva hace las cosas diarias para avanzar confiadamente en la dirección de sus metas y sueños.

Siempre tienes que aplicar el principio de Kaizen en una base diaria para condicionar tu mente a triunfar. e ha dicho que la mente es un terrible amo pero un buen sirviente. Buscando mejorar tu mente y condicionarla a tener

pensamientos excelentes, este buen sirviente ti traerá todo la paz, prosperidad y alegría que tu buscas.

Estudia los más grande triunfadores y sin lugar a dudas aprenderás de su compromiso con Kaizen. Ellos e dedican a pequeñas y diarias mejoras en todas los aspectos clave de su vida y e convirtien en lo mejor que pueden ser. El Dominio Personal es como una cuenta de banco, llamalo una Cuenta de Excelencia Personal. Mejorarando diariamente, sea que estes más tiempo haciendo ejercicio, leyendo, visualizando o mejorando tus relaciones, tu estás haciendo depósitos a tu cuenta. Después de un mes, por ejemplo, tú habrás mejorado la riqueza y la calidad de tu mundo por lo menos un 30%. Y después de un año, tu vida habrá mejorado por más de 365% (factorizando el poder del interés compuesto). Pero cuando duermes demasiado, ti preocupas demasiado, miras mucha televisión o comes demasiado, estás haciendo retiros a tu Cuenta de Excelencia Personal.

Walt Snack, un hombre de 80 años quien corre el largo de Puente "Golden Gate" en California todos los días, estuviese lloviendo o asoleado, le preguntaron como podía hacer para que sus dientes no temblaran en esas frías mañanas. "Los dejo en mi ropero," él contestó divertidamente. Para ser grande tienes que actuar en grande. Nada puede detener a una persona que rehúsa ser detenido. Sin embargo la mayoría de la gente pasa sus vidas luchando por un poco de felicidad contra la corriente de problemas y dificultades, con la esperanza de ver un poco del cielo azul detrás de las nubes negras que parecen llenar sus vidas. La gente nunca realiza el secreto mágico de la verdadera felicidad: uno tiene que subir por encima de la nubes para ver el cielo azul en vez de estár constantemente empujandolas a un lado.

Las nubes siempre estárán allí pero quienes acondicionan sus mentes y cuerpos en la forma correcta subirán por encima de las nubes para vivir una iluminacion eterna en la vida de un cielo azul. Dedicate a mejorarte cada y todos los días de tu vida. Hazte un campeón. Recuerda, la felicidad es un método de viajar a través de las maravillas de este mundo y no es un destino, un lugar donde llegas en el futuro. El tiempo definitivamente llegará cuando tu poder personal ti lleve a un lugar de libertad real y gozo. En este lugar donde todos los sueños e hacen realidad. Este lugar el es el dominio de si mismo. Este lugar e llama MegaLiving.

El Dominio de la Excelencia Personal

¿Tu mente a veces e siente como un plato de pudín? ¿Ti distraes fácilmente o ti alejas de tareas importantes que requieren poder de pensamiento y concentración? ¿Ti falta fuerza de voluntad y disciplina y ti sigue limitando las mismas cosas, el patrón de pensamientos destructivos una y otras vez? Si es así, tu tienes que esforzar tu influencia personal (lo cual debe estár adormilada

dentro de ti) para ejercer y acondicionar tu mente. Como aprendiste anteriormente, la mente es similar a un músculo del cuerpo: si no lo usas y lo entrenas, e volverá floja. Una mente floja permites que pensamientos débiles entren. Los pensamientos débiles consumen tu energía y limitan tus acciones. Acciones limitadas y no productivas evitan que tu seas lo mejor que puedes ser y que obtengas todas tus deseos.

Sir Isaac Newton, el padre de la física clásica tenia la habilidad excepcional de concentrarse en un problema en particular desde por la mañana hasta tarde en la noche hasta que e resolviera. Este gigante mental decía que "si he hecho algo para el servicio publico, sea debe al pensar pacientemente." Lo que la gran mayoría de la gente no e da cuenta es que cualquiera puede mejorar su nivel de funcionamiento mental. Tú puedes ser más ágil mentalmente, mejorar tu memoria por encima de tu nivel actual y ser un atleta mental más brillante. Tu puedes adiestrarte para que pases semanas sin un solo pensamiento negativo (William James dijo: "la esencia del genio es saber que dejar pasar por alto.") Pero debes ponerte en entrenamiento como cualquier atleta serio. Tú tienes que poner tu mente en un régimen para prender el celebro y dramáticamente rehacerlo. El Programa de MegaLiving hará esto para ti si lo sigues estrictamente y apasionadamente. Aunque la lista de aeróbicos mentales en los 30 días del programa de MegaLiving y los ejercicios de edificación celebral que aparece en el curso ti llevaran a un nivel intelectual más elevado, la idea importante es que tienes que separar una hora diaria de cada día, por lo menos, para revitalizar tu mente, cuerpo y espíritu. Hay 168 horas en una semana, ¿no puedes tu encontré una hora diaria para cuidar las herramientas que ti traen el éxito que tu tanto deseas? Tu puedes decir que estás muy ocupado y no puedes darte el lujo de tomar el tiempo. En realidad, tu no puede darte el lujo de faltar a este tiempo esencial para revivir tu mente, condicionar tu cuerpo y alimentar tu espíritu. Como el poeta alemán Johann von Goethe dijo: "Las cosas que importa más nunca deben de estár a la merced de las cosas que importa menos."

¿Qué vas hacer en una sesión de una hora que es tan importante? La respuestá es clara: practicar el dominio de si mismo, Kaizen. Aunque el programa enumera una lista en particular, la clave es que tu pases algún tiempo en cada una de las siguientes áreas cada día (levantate una hora más temprano o hazlo por la noche, será una de las más mágicas decisiones que hayas hecho):

1. **Desarrollo Personal**

El desarrollo personal es realmente una actividad que ti da el conocimiento de mejorar tu vida y todos sus elementos. El desarrollo personal incluye renovarse y reducir el estrés. Tu tiempo diario para el desarrollo personal puede incluir leer un libro de inspiración como El Poder del Pensamiento Positivo o Piensa y Hágase Rico. Puede incluir el hábito excepcional de oír casetes motivadores

mientras conduces a tu trabajo o en autobus. O puede ser leer un buen libro de dietas o sencillamente contemple el amanecer. La clave es que empiece a hacer suya a la increíble cantidad de información que hay para mejorar tu vida.

Es asombroso aprender las estrategias y técnicas disponibles que pueden hacer maravillas para la mayoría de las vidas de las personas si tan solos ellos lo supieran. Todo lo que necesitamos es una idea poderosa para cambiar nuestras vidas para bien. Lo que distingue los triunfadores de los fracasados es que los triunfadores están constantemente sedientos de nuevas ideas y conocimiento. Los triunfadores están hambrientos de cualquier cosa que les de una ventaja en el maravilloso juego de la vida. Las respuestás a la perfección de la vida y la iluminación están a la disposición y son tan abundantes como el aire que respiramos. Mantenga su mente abierta y alerta para buscarlas constantemente.

Los lectores son líderes y tú puedes ser un líder verdadero una vez que ti hagas el hábito de dedicar un tiempo diario al desarrollo personal. Puedes saltarte una comida pero nunca ti saltes tu tiempo diario de desarrollo personal.

2. Buena Condición Física

Tu debe dedicar por lo menos 30 minutos diario a cultivar la salud perfecta que está latente profundamente dentro del templo de tu cuerpo. Ejercicio diario, como haz oído tantas veces, es una de las maneras más efectivas para llegar a un estádo de salud excelente. Si alguien ti diría que ti va ha dará el secreto de la longevidad, con energía súper y serenidad, tu harías cualquier cosas para conseguirlo. Bien, el secreto de tuyo ahora: haz ejercicio todos los días y veras como a tu vida entra más vitalidad que seguramente la cambiara dramáticamente.

Un poco de ejercicio todos los días ti mantendrá más relajado, mejora tu concentración, tu productividad, tu creatividad y dramáticamente mejora tu mundo interior. Con la abundancia de energía que un programa de acondicionamiento físico provee, tú tendrá la habilidad de tomar los pasos a tus sueños. Nadar, correr, caminar, practicar karate, aprender como esquiar en agua, jugar tenis de pared, bicicleta, jardinería, tomar aire fresco, anda en patines, disfrutas los aeróbicos pero sal del hábito de la vida inactiva de estár sentado en el sofá y mirando la televisión todas las noches!

¿Cómo ti sentirás cuando tus amigos ti digan que ti ves maravilloso y años más joven? ¿Cómo ti sentirás cuando tengas el vigor para trabajar todo el día, llegar a casa riendo y jugando con tu familia y más tarde, después de un caminata por tu vecindario, ir a tu estudio para estár una cuantas horas en la actividad que realmente hace de tu vida grandiosa. Confía en mi, la excelencia física precede la excelencia mental.

3. Tiempo de Relajación y Renovación Personal

El cuerpo y la mente son como un carro de carrera de alto desempeño. Va ha ejecutar a su máximo si e mantiene frió y bien aceitado. La relajación es esencial para el cuerpo y sin el, el cuerpo e deteriora lentamente y pierde vitalidad. "El alma que e mueve en el mundo e los sentidos y todavía mantienes los sentidos en armonía….encuentra su descanso en la quietud," notas del antiguo texto Indio *Bhagavad Gita*. El cuerpo y mente está íntimamente unidos y si el cuerpo está tenso, la mente está tensa, desenfocada y agitada. Cuando está bajo estrés, esto evita que des lo mejor de ti y alcanzar tu verdadero potencial.

Un tiempo atrás está yo en supermercado y ve a una madre que llevaba una niña que estába gritando. Oí cuando la madre le decía "No grites Jennifer, no te exaltes Jennifer, calmate Jennifer." Al pasar por el lado de la madre, le dije, "perdoneme señora, tengo que decirle lo impresionado que estoy en la manera que usted le habla a su bebe." Ella me miro y e sonrió, "Yo soy Jennifer."

Todos tenemos nuestras estrategias para controlar el estrés. La clave está en que tenga una y que la use en una base diaria – aunque sea por diez minutos. Es esencial que tomar el tiempo todos los días para relajarse y aquietar la mente. Esto será la mejor decisión que haya hecho y le llevará a una vida de más efectividad en todas los aspectos importantes de su vida. Diciendo que no tienes tiempo para relajarte diariamente y meditar es como decir que no pones combustible a tu vehículo porque estás demasiado ocupado conduciendo para detenerte – eventualmente te va a alcanzar.

Cada triunfador, desde Michael Jordan a Wayne Gretzky hasta el Presidente de los Estados Unidos reconoce el valor de la calma, la disciplina y una mente relajada. En Oriente, un periodo de silencio es tan común como comer – todo el mundo lo hace desde los más jóvenes. Tú también lo debes hacer. Serenidad excepcional, mente clara y fuerza de voluntad pueden lograrse a través de un periodo de relajación y renovación. Antiguas técnicas de respiración de la India y China, la disciplina de estiramiento (stretching) y el yoga, meditación, contacto con la naturaleza, auto masajes y ejercicios de tranquilad mental son todos parte del Programa de 30 días de MegaLiving el cual va has explorar más adeante. Por el momento, agradece el consejo del sabio de la Filosofía del siglo 17 Robert Burton: "una mente tranquila lo cura todo." Relaja tu mente y cuerpo diariamente, salta a la vida y elevate a tu potencial más alto.

La Naturaleza de la Mente:
El Máximo Superpoder

El Pensamiento una fuerza viviente y vital, la más vital, sutil y irresistible fuerza que jamás haya existido en el universo…los pensamientos son cosas vivientes.

Swami Sivananda

Para soltar el tremendo potencial que duerme dentro de ti, es crítico que tú primero te hagas conciente de la naturaleza de la mente. En tu vida, a ti te dan un manual de todo lo que tú tienes menos aquello que es más importante para ti – la masa de diez libras que descansa entre tus hombros. En la escuela, te enseñan a resolver problemas complejos de álgebra y las capitales de tierras muy distantes a las que nunca vas a viajar. ¿Qué hay del la naturaleza del regalo más grande que tienes, tu mente? El primer paso para el dominio personal y éxito en la vida es aprender como manejar tu mente como un ganador. El segundo paso es entender de una vez y para siempre que tu mente puede crear magia en tu vida si tú la dejas. Las únicas limitaciones en tu vida son las que tu concientemente estableces. Cuando tu piensas sin limites en tu vida y sueñas en grande, cosas maravillas empiezan ha pasar y fuerzas poderosas e pone en juego.

Para correr tu mente como un ganador, estudia las siguientes 10 Reglas de Oro para el Dominio Mental:

1. El nivel de éxito e determina por lo que tú piensas cada segundo de cada día. Tus pensamientos forma tu mundo – el dominio mental es el DNA del dominio de la vida. Los pensamientos de hoy servirán para edificar los sueños de mañana.

2. Tu mundo externo es el reflejo de tu mundo interno. Si quieres cambiar tu vida, tienes que empezar por cambiar los pensamientos que llevas a tu mente. El éxito externo empieza por el éxito interno.

3. Solo tú eres responsable de lo que tú piensa. Más importante, tu puedes cambiar la manera de pensar y remover todos los hábitos de los pensamientos negativos practicando diariamente la disciplina y condicionalmente mental. El patrón de pensamientos son hábitos y, como todo hábitos, ellos pueden ser cambiados cuando tu fuertemente desea camibar los y tomar la acción concreta hacia tus metas.

4. Una disposición mental súper exitosa no e haz en un día. Tienes que trabajar duro como cualquier cosa que tenga valor en la búsqueda en la vida. Pero en 30 días diaria, una concentración practica, tu vas ha notara asombrosamente en la manera de pensar, sentir y ser.

5. Una de la grande clave para mejorar tu vida es cambiar tu auto imagen. Tu auto imagen e determina por el cuadro mental que está constantemente corriendo a trabes de nuestra mente. Nuestra mente trabaja con los cuadro y cuando cambiamos los retratos que mostramos lo que realmente queremos en nuestra vidas y lo que realmente queremos lograr, nuestro auto imagen van a mejorar dramáticamente.

Esto nos lleva a tener más confianza y creer en nuestras habilidades personales y poder. Metas son las cosas más fáciles de alcanzar y lo ordinario e hace extraordinario.

6. Cualquier cosas que tenga fe y que honestámente cree que puedas lograr, tu lo va alcanzar si toma la acción persistente en esa dirección. Constantemente mantén tus sueños al frente de tu mente. Repite los todo los días, cada día. Nunca, los deje ir. Cuando tu concentras todo tu energía mental y física a un solo propósito, la fuerza dominante que tu nunca pensé ti que tenias empieza a vislumbra en acción. Esto es el secreto genuino: encuentra lo que tu amas hacer y entonces encuentras todo el tiempo para hacerlo. Como un sabio una vez dejo: "una vez encuentre los que realmente ti encanta hacer, nunca tendrá que trabajar un solo día más en tu vida." Personas con mucho menos que tú han logrado grandes hazaña.

7. La ley de Atracción es la ley dominante de la mente. ¿Lo que tú piensa y lo que crees es lo que atrae a tu vida. La gente que es feliz y motivada atrae tales personas a su mundo. La gente con unas expectativa positiva de éxito súper atrae oportunidades que permite que llegué a su destino.

8. Tu mente subconsciente juega una función muy grande particularmente en el desenlace de tu vida. Tienes que aprender como usar para lograr tu máximo alcance. Otra vez, tu cuadro mental y tu juego expresar por medio de palabra tienen un función de estimular tu mente subconsciente.

9. Tu mente tiene la capacidad de tener un solo pensamiento en su enfoque a un solo a la vez. Usando este conocimiento, tienes que asegurar que cada pensamiento es una de valor y positivo. Si uno pensamiento negativo entra para quitar ti el poder, rápidamente replaza lo con uno que e bueno. Según desarrolla el hábito de pensar útil, pensamientos energéticos, los débiles no podrán estar tener poder.

10. El mecanismo del Éxito está dentro de tu mente que anhela estimulación positiva. Espera instrucción tuyo. Cuando tu empieza a realizar y empieza a establecer metas para ti va a nacer a la vida y va apoderarse de todas las oportunidades para llevar ti a donde tu quieres ir.

Los investigadores científicos han descubierto el celebro tiene una capacidad virtualmente ilimitadada y que usamos solo un 25% de su potencialidad en cualquier de nuestro mejor día. El ser humano está designado ha tener salud perfecta y mente perfecta pero durante el curso de nuestras vidas, hemos aprendido a sabotear nos y excluir perfección.

Como un bebe, tu estábas en un estado ideal para ejecutar tu alcance excelente. ¿Te ha dado miedo hablar en público, empezar tu propio negocio, o saltar en paracaídas? Seguro que no. Como un niño, soñaste hacerte un artista de cine, un astrouaunta o el presidente. Todos tuvimos tales sueños. Algunos de nosotros queríamos ser magnates de negocios o lideres del país. Algunos querían ser héroes de deportes o tener familias ideales con relaciones afectiva muy amororsas y de gran apoyo emocional. ¿Qué paso? ¿Qué paso con tus aspiraciones y profundas esperanzas?

Nos exponemos a personas y creencias que nos enseñaron que esa cosa estába más allá de nuestras habilidades. Nos dijeron que personas comunes no viven en la Casa Blanca y que el mejor enfoque ganara la vida y pagando las facturas porque de eso e trataba la vida. Así que gradualmente, la chispa del ilimitado e fue muriendo. Lentamente, tu mundo e fue encogiendo de imaginado la sensación de grandeza a pagar las facturas y cortar la grama. Pero puedes regresar a una disposición mental y volver a encender el fuego que está profundamente dentro de ti. Para hacer esto, es esencial que tu ti dedique y tu energía al éxito de toda la vida. Olvida ti de tus fracasos pasado o problemas. El verdadero cambio en la cualidad de vida no tomara un año en aparecer. Mejoramiento profundo en la forma de sientes, en tu nivel de energía, en tus fuentes de financiera y la riqueza de relaciones no toma seis meses, ni seis semanas ni seis días que pase. Cambios reales toman solo unos segundos – el tiempo que ti toma hacer una decisión concreta de la misma esencia del corazón que tu vida es mucho más que la suma de todas tus circunstancias presentes.

e ha dicho que puedes cambiar tu vida con solo una idea – si es la correcta. El éxito duradero en la vida seguramente requiere deseo, persistencia y cambio visible en la práctica no vendrá en una semana o en diez días. ¡Pero ciertamente si llegaran si tomas la acción ahora! Tu puedes transformar tu vida y tener todo las cosas que has querido que pase. Ha un dicho viejo que dice: "¡sembré un pensamiento, coseche una acción, sembré una acción, coseche un hábito, sembré un hábito, coseche el carácter, sembré un carácter, coseche el destino!"

También agradece el poder excepcional del enfocar ti. ¿Has notado que cuando compras un carro nuevo de pronto todo el mundo tiene el mismo? Cuando oyes un nombre nuevo, de repente los oyes donde quiera. Este es el tremendo poder de enfoque. El primer paso para la excelencia es haz ti conciente y enfocar tu rayo láser de la conciencia. Lo que tu ti enfoca desarrolla tu vida. Tus pensamientos forman tu vida. Una vez toma la decisión clara de enfocar en algo, las oportunidades va ha aparecer de la nada. Por ejemplo, si tú ti enfocas en cuidadosamente buscar conocimiento en el desarrollo personal, tú vas empezar a ver información en estos temas donde quiera, tú sencillamente no lo notas ti porque estába enfocado en otra cosa. Otro ejemplo es en camino a casa. Camina a tu habitación favorita y mira a cada

objeto en la habitación. Vas a notar cosas que antes no habías visto porque tu nunca realmente ti tomas ti el tiempo de mirar con concentración a ellos.

Mucha gente le disgusta su trabajo o sus relaciones sencillamente porque ellos e enfocan en los aspectos negativos de ellos. Ellos no le gustan su jefe y no está fascinado con el trabajo y continúa enfocado en los puntos hasta que una asociación negativa e forma. Pero las cosas cambian cuando tú sencillamente pregunta si sus oficinales está cómodo, si tienen una buena pensión, si disfrutan de los buenos amigos que tienen en el trabajo o si la paga es buena. Cada experiencia tiene muchos elementos positivos. Cada momento es la un celebración – el ganador en el terreno del juego de la vida sabe esto. Si ti enfocas en lo bueno, va ha excede y alcanzar grandes metas. Esto es un de los más importante secretos del éxito. e de lamentas en los aspectos negativo de la vida, no llegara a ningún sito rápido. Comienza el hábito de enfoca positivo hoy. Vas a cosecha recompensas enormes. Y recuerda las palabras de H. G. Wells: "El hombre no debe permitir que el reloj ni el calendario lo ciegue al hecho que cada momento de la vida es un milagro misterioso."

Una vez has hecho la decisión de enfocar ti en una vida perfecta y dominar todos los aspectos de sus componentes, vas encontrar signos de excelencias y positivos donde quiera. Esto es donde el conocimiento llega. Una vez tu estás en el camino del dominio de si mismo y estás enfocando ti en todas lo que bueno en tu mundo y lo que necesitas para hacer lo mejor, el conocimiento llegara saltaras a los niveles más alto. Cuando una sed insaciable por el conocimiento es cultivado, tu comenzaras a ver abundantes estrategias, técnicas y ideas que ti llevara donde tu quieres ir.

Recuerda está verdad anticua: tú puedes alcanzar cualquier cosa en la vida con el conocimiento correcto. El conocimiento provee el medio para alcanzar todos los objetos y el adiestramiento de llegar a todas tus metas. El conocimiento provee las respuestás por la cual enfocar ti consistentemente y aplicación correcta que ti llevara a dominar todas las facetas de tu vida. Si tu quieres ser un multé millonario en tres años, no importa cuanto tu recé y cuanto pensamiento positivo tu tengas, esto no pasara si tu no tomas acción. Pero si tu establece tu meta (por ejemplo: $ 3 millones en 3 años), desarrollas un plan (creando un producto ganador) y entonces buscando todo el conocimiento disponible en el producto, el mercado, otros que han tenido éxito en este negocio, disposición mental de ganador y otros tópicos como tal, tu pronto vas a realizar las estrategias que otros han seguido para hacer millones. Esto te dará pensamientos y creencias en cual tiene que ser tu enfoque para alcanzar lo con éxito.

Si tú quiere alcanzar cualquier meta, el camino es sencillo: busca todo el conocimiento disponible y entonces aplica lo completo. Encuentra alguien quien

haga alcanzado la meta, pregunta le como ella lo hizo, que libros leyó, que pensamientos tuvo, con quien hablo y que ella hizo cuando e levanto por la mañana y a través del día. Acepta el principio fundamental del éxito: todos ustedes están hecho de la madera correcta y cualquier cosa que otros hagan hecho ustedes lo pueden hacer también. Sencillamente necesitas aprender hacer las cosas ellos hicieron para llegar a los mismos resultados. La técnica es la de Éxito por Imagen. Tu tienes que hacer un imagen de espejo de la persona quien ha triunfado en la actividad que tu desea excelencias – sea corriendo a país o una panadería local. Tienes que emular sus sicologías (caminara como ellos, hablar como ellos, comer como ellos) y su filosofía (pensar como ellos y reaccionar como ellos) Tienes que aprender sus hábitos, leer sus libros, estudiar su dietas y aprender su filosofías y estrategias.

Tomando estos pasos, tu está destinado a recibir los mismo resultados que ellos lograron. Haz ti un explorador de la galaxias del conocimiento que está disponible para aquellos que tenga una tarjeta de la librería. Tú puedes aprender cualquier idioma, destreza o concepto con el conocimiento correcto y el apoyo apropiado. Sigue el hábito diario de hablar con gente nueva y llamar sus mentes. Pregunta tras preguntas. Lea nuevos libros y oye casetes en el tema en el cual está centrado tu enfoque. El conocimiento es poder. Pronto obtendrá una confianza firme y una fuerza interminable.

Justo como una mariposa tienes que mudar su capullo antes que pueda volar al cielo azul, tu también tienes que hacer el esfuerzo para quitar el capullo de la limitación que e está envolviendo tu vida y evitara que tu domine tu vida y la excelencia. Y no importa cuan exitoso este en el presente, cuan feliz y cuan rico estén tus posiciones actuales, hay mucho más para ti allá fuera. La fama de Bill Gates de Microsoft e hizo un billonario en su treintas, J.F.K. Presidente de los Estádos Unidos a los cuarenta. Tu tienes toda las cualidades de tales personas, puedes que no este desarrollado a tu verdadera potencialidad. Rompe la creencia que causa que tu piense así donde no estás lo suficiente educado, suficiente inteligente, no está suficiente en forma, suficiente rico o feliz para hacer de tu vida una obra maestra. En este minuto, toma la decisión esencial de tu vida y haz ti conciente de todas los pensamientos y creencias que tu has permitido que ti impedir tu ejecutar. Prepara ti para el adiestramiento de tu mente-cuerpo que es esencial en este programa. Prepara ti para expandirlos limites de tu mente y encender tu espíritu. Prepara ti para el éxito de riqueza merecida.

DISCIPLINA & FUERZA DE VOLUNTAD:
LAS LLAVES DORADAS DEL LAS PUERTAS DEL DOMINIO DE SI MISMO

El hombre todavía es responsable. El tiene que mover la amalgama de la experiencia moderna a su hierro de dominio y carácter. Su éxito está no con las estrellas pero dentro de él mismo. El tiene que seguir con la lucha de auto corrección y disciplina. El tiene que luchar contra la mediocridad como si fuera un pecado y vivir la imperativa de la vida a sus más altos ideales.

Frank Curtis Williams

El más importante ingrediente inicial del dominio y la vida en excelencia son la disciplina y la voluntad. Con ellos, tú tomaras el primer paso a la vida perfecta. Ellos son las cualidades que ti asegura tu éxito. Con disciplina y persistencia mental, vas encontrar el medio para tu fin. Tu tienes la fortaleza personal para aplicar los principios de Kaizen y desarrollar los para lograr tus metas. La disciplina ti permite seguir el programa de MegaLiving diariamente para soltar el potencial que duerme dentro de ti. Ti provee con la fuerza de carácter para separa el tiempo de ver televisión y otras actividades tus favoritas para aquello que verdaderamente hará una diferencia duradera en tu vida. La Disciplina y la voluntad ti permitieran que las cosas de mayor importancia en tu vida no estén a la merced de las cosas que importan menos.

La Magia de la Disciplina de Dominio de la Vida

Hay 168 horas en una semana. La disciplina y fuerza mental ti asegurar que el tiempo es bien usado y que tu vida retiene el balance del ejercicios, condiciona mental, edificación de carácter, seguimiento profesional, actividades sociales y aventura pura que el alimentaran tu grandeza. Más importante, el desarrollo de la disciplina asegurar que tu siempre estás enfocado en las metas de tu vida y moviendo ti con poder y consistente hacia ellos. Erasmus dijo: "un clavo es sacado con otro clavo, un hábito es vencido por otro hábito." El corazón de la disciplina es desde luego el hábito. La disciplina y voluntad, como los bíceps, son músculos que tiene que condicionado y edificados. El éxito en cual esfuerzo requiere una mente enfocada y aplicación con regularidad. Sin el poder, tu ti hace victima del mal de moroso, perezoso y holgazán.

La disciplina y voluntad entregan los niveles más altos de vida posible y piensa que puede parecer difícil para desarrollar al comienzo, una vez los

músculos son consistentemente ejercitado a un hábito, resultados bellísimo aparece y una vez una tarea difícil e hace fácil. Con la disciplina tú puedes elevar tus estándartes de condición física, llamar a la reserva asombrosa del conocimiento, empezar y terminar mayores tareas, controlar tu dieta, triplicar tu nivel de energía, edifica tu carácter para alcanzar una vida mucho más plena y aumentar tus relaciones personales. La disciplina ti dará forma al tremendo importante del hábito del controlar la mente y pensar positivamente y librar ti de las preocupaciones. La disciplina dramáticamente mejorar tu nivel de confianza y tu productividad cuando empieces a poner las primeras cosas primeras.

Sin disciplina, o al menos un claro deseo para edificar ti, tu estás perdida y estás destina ha servir a tu mente en vez de tu mente servir ti a ti. En vez de una mente fuerte y ágil, pensamientos que ti quitaran el poder va acercarse entre tu mente desocupada, destruyendo tu poder personal y redirigiendo tu atención de metas con valor a actividades inútiles que pueden que sean divertido pero no ofrece ningún valor a largo plazo. Sin la voluntad, vas a comer demasiado, ti vas a preocupar demasiado y vas a dormir demasiado. Estudia la vida de Gandhi, Washington, Madre Teresa, Helen Keller y Bruce Lee y estará estudiando voluntad en acción.

El éxito afuera empieza con el éxito adentro. Si tú quieres ser más eficiente en la oficina, si quieres ser mejor que tu mama y papa, o mejor ciudadano de la comunidad, empieza con tu mundo interno y cultiva tus recursos internos. Tú no puedes ser grandes cosas hasta que no te sientas grande. Tú no puedes llevar una corporación o un equipo hasta que no aprendas a guiarte a ti mismo primero. El manejo de la vida empieza con manejarse a si mismo y el ingrediente clave en el manejo gerencial es refinado los músculos de voluntad.

Uno de los mejores objetivos para el crecimiento personal que cualquiera puede establecer es desarrollar su disciplina. H. P. Liddon dijo: "que lo hacemos en una grande ocasión depender probablemente en lo que somos actualmente; y lo que somos es el resultado de la auto disciplina de años anteriores." En su excelente libro, Voluntad, Raymond De Saint-Laurent escribo que "el carácter de un hombre es una quien escoges unas objetivos y nunca deja de perseguir hasta que no logra alcanzar su metas." Una vez ti hace conciente como usar tu voluntad, ningún sueño a ti escapara. Tu mente no se tambaleara como una hoja en los vientos de otoño. Una vez tienes un deseo con valor, tu vas a esforzar ti toda tu mente concentrada y esfuerzo en el. La gente no ti moverá de tu camino ni ti va desanimar de tus aspiraciones. Aquí hay algunos puntos esenciales para notar de la voluntad:

i. **¡Los ganadores son disciplinados!** Cada persona quien le ha llegado el gran éxito a su vida ha tenido abundancia de disciplina y voluntad, Tu mundo cambiaran con estás cualidades excepcionales pero primero tienen

que entender que esto está corrientemente oculto dentro de ti. Hay un joya inapreciable que sencillamente necesita que e pula y refinar los antes que puedan brindar le la riqueza que tu nunca imaginaste tenia.

ii. **¡Usa tu Voluntad!** El secreto del condicionado los músculos de disciplina y voluntad es increíblemente sencillo: ¡los usas o los pierdes! La naturaleza es consistente en sus principios. Para aumentar tu bíceps, esfuerza los y empuja los su limites regulares. Pronto ellos van a crecer más fuerte. Esforzar y empuja tu memoria para recordar más, está crecerá más fuerte. Esforzar y empuja tu imaginación. Visualiza que eres perfecta y sienta que tú eres esa persona. Pronto vas ha crecer y serás esa imagen. Está es la manera de usar los músculos de disciplina / voluntad también. La clave está en empujar los y esforzar los. Ellos definitivamente florecerán más allá de tus expectativas.

iii. **¡Tener grandes esperanzas y Pensar buenos pensamientos!** Aunque tu piense que eres débil, letargo y apatico, recuerda que la verdad esencial que hay es una fuente chispeante de burbujas de voluntad dentro de ti. ¡Cuando e cultiva apropia dadamente la fuente va explotar en un eterno corriente!

iv. **¡Haciendo ti un Guerrero de Voluntad!** El Programa de MegaLiving ti enseñara como ganar la batalla de los impulsos que de desangra de tu energía y ti mantiene tu limites potencial en una baya. Tienes que examinar ti cuidadosamente y hacer ti conciente que tu pensamientos de quita el poder que tu tienes condicionado en tu manera de pensar. Entonces tiene que detener de considerar los r repetir ti, una y otra vez, que esto son los pensamientos de ellos que ti mantiene de tu salud ideal, tu riqueza perfecta y tu verdadera mágicas existencia.

Una de las enfermedades más comunes en nuestro mundo moderno es la fatiga. La gente corre a su trabajos, están ocupado todo el día, corren a casa para tener una cena rápida y e siente en un sofá favorito solo para dormir e en frente del televisor. La excusa más común para no hacer nada que sea más importante ha sido, "pero mi amor, estoy muy cansado." La gente quien una vez tenida altas ambiciones de ser famoso y cambiar el mundo para mejorar ahora solo anhelan nada más que una noche con ocho horas de sueño. Nuestra sociedad está paralizada por sus ciudadanos quien le falta energía para alcanzar lo que ellos necesita para lograr para hacer sus vidas memorables. ¿Tu está asombrado aprender que, generalmente, la enfermedad de la fatiga no es más que una ilusión? Para ilústrate está verdad esencial, piensa cuando fue la ultima vez que está en la oficina o en casa leyendo algo aburrido y pesado. Piensa como realmente ti disgustó hojear por el material y piensa lo cansado que ti

sentías al leer lo. Tu cabeza empezaba a cabecear y actualmente dormitas ti par de veces. Si solo pudiera tomar una pequeña siestá. Entonces, fuiste interrumpido por el sonido del teléfono o algún amigo quien fue a visitar ti. De repente, el adormecimiento y la fatiga e desvanecieron. Tú ti siente alerta y con vigor otra vez. Tú realmente no estába cansado pero más bien había creado el estádo porque no ti interesaba el tema. Lo más importante, tu no has desarrollado la disciplina del hábito para seguir empujando ti a través del material a pesar del impulso adormecidos.

Una vez empiece la disciplina de tu mente, esto trabajara maravillas para ti. La fatiga mental y física será unas cosas del pasado. Preocupaciones y pensamientos negativos es la causa más grande de fatiga que e conoce. Una mente que vaga hará más para sentir ti cansado que correr 10 millas. La mente es como un batería de mil voltios. Empieza el día con una carga completa y llena de energía. Entonces, según pasa el día, 100 voltios e pierden en preocupaciones sobre facturas, Otros 200 voltios e pierden pensando el algún evento pasado que realidad no tienen importancia y que no debes estar pensando en el. Otros 300 voltios e pierden sonado despierto sobre las vacaciones que quiere tomas pero no tienes dinero. Pronto toda tu energía sea ido y tú ti siente como que necesitas un día de descanso.

El primer paso para eliminar la fatiga mental es controlar los pensamientos de tu mente. Asegura ti que cada uno sea optimo, positivo. Entonces, con el hábito de la disciplina, empieza a realizar que tu tienes increíble reserva de energía que simplemente está esperando que los llames. Date cuenta que la fatiga es tu propia creación. Rompe el hábito de la fatiga. Arrojar lo. Cuando la sensación de cansancio empieza apoderase, mantiene enfocado en la tarea que tienes antes ti. Tal como un corredor recibe su segundo aire en una carrera larga, tu mente tendrá un segundo aire si tu ejerce esfuerzo en el músculo de la disciplina y sigue con y trabajo que estás haciendo. No será fácil a principio. Pero tienes que e fuerte y no deje que e escape la tarea que encuentre aburrida y desagradable. Pronto tú disciplina tomar el mando. Las cosas que antes tenia problemas ahora e hará más fácil. Metas grande serán alcanzable y tu confianza e elevara. Ti sentirás más fuerte mentalmente y más feliz.

Te han dicho que los que triunfan hacen las cosas que los fracasados no le gusta hacer aunque a ellos también les disgusten. Uno de los secretos más grande de los consejos del éxito es que toda la felicidad de la vida viene cuando logras tus metas. Cuando miras hacia atrás en tu vida, lo que ti hará más feliz será las cosas grande que has hecho, la familia magnifica que has criado, el negocio prospero que has creado, los lugares que has viajados los libros excitantes que has leído. Tu no vas a buscar y encontré un sentido de logro en el programa de televisión que miras ti o la mañana del fin semana que dormiste hasta el medio

día. Tu vida será elevado por unas cosas y unas cosas solamente: los logros. Esto no quiere decir que tienes que esforzar ti por hacer 10 millones de dólares o edificar un casa en la Bermuda. El logro y la vida de éxitos pueden aparecer en la paz mental y del desarrollo de una vida espiritual. La clave es simple que lo logres. La disciplina y voluntad te hará un éxito. Cultivalos y tratalos con tus regalos dorados.

EL PRINCIPIO DE SENTIRTE BIEN Y SISTEMAS DE CREENCIAS: DESENCADENA VITALIDAD

No le tengas miedo a la vida. Cree que vale la pena vivir la y tu creencias ti ayudara a crear este hecho.

William James

El Programa de MegaLiving es mucho más que pensamientos positivos. Es un programa holístico designado para elevar tu vida a las más altos niveles en todas los aspectos. En 30 días, tu vas aprender los secretos para desencadenar el poder excepcional de tu mente y súper memoria, estrategias para mantener tu estádo de salud ideal, técnicas para edificar un carácter más fuerte, más productivo lleno de integridad y la abundancia y prosperidad mental.

Si ti llevas algo de este curso revolucionario, recuerda está verdad duradera que e conocer como el Principio de Sentir e Bien: todo lo que tu has hecho en tu vida, todas las acciones que has tomado ha sido con el resultado directo de tu necesidad poderosa de sentir ti bien. Lo que tu ti enfoca a través del día, lo que comes y bebes, la gente con quien ti asocias con los libros que has leído todos sigue el deseo de sentir ti bien. El mal de aplazar viene a través de la aplicación del Principio de Sentir e Bien: e deriva de que ti da más placer sentar ti en el sofá sin hacer nada que poner ti en forma física o terminar el informe para tu trabajo que en realidad puede ayudar tu oficio para dar el empuje que mereces.

Cuando comes demasiado, duermes demasiado o fumas demasiado son la aplicación del Principio de Sentir ti Bien. Estás tomado estos pasos negativos porque ellos e hacen sentir bien. Piensa en todas las cosas que en tu vida que tu sabes que no deberá hacer. ¿Por qué los continúas haciendo? La conciencia es el primer paso a la excelencia y una vez tu ti hagas conciente de lo importante que es el concepto de Sentir e Bien tu tendrá una herramienta fuerte en la transformación de tu comportamiento y tu mundo.

Enumera en un pedazo de papel todas las actividades que ti evitan tu vida de éxito. ¿Tú peleas con otros, ti preocupas demasiado, ves los

Obstáculos en tu vida en vez las posibilidades perdurable? ¿Tienes miedo de hacer ejercicios? Todas las actividades e pueden limitar si e cambia en un periodo relativamente corto con las estrategias correctas. Quizás el más poderoso de la herramienta es simplemente empezar a usar el Principio de Sentir e Bien con fin positiva en vez de negativa.

Aquí está las técnicas para hacer poderoso, duradera transformación en tu estilo de vida:

Paso 1: La Decisión

Hoy toma la decisión que tu necesitas cambiar tu comportamiento. Esto ti ha causado mucho dolor en el pasado y tiene que detener e ¡ahora! Gráficamente piensa visualizando el dolor que está acción ti ha causado, refiere a unos incidentes específicos y las oportunidades perdidas. Ahora escribe tu decisión para dramáticamente mejorar y pega lo a lado de tu cama. Lee lo diez veces antes de ir a dormir y cuando ti despiertes – esto lentamente empezara a afectar tu mente subconsciente quien últimamente gobierna todas tus acciones.

Paso 2: La Técnica del Desafío

Ahora que tú ti has comprometido a cambiar, y quizás ti lo haz dicho a todos tu familiares y amigos para que ellos ti presione de una forma positiva, tú tienes que empezar a re-condiciona el proceso. Cuando tu primer pensamiento de un comportamiento negativo entre a tu mente, aislar lo y desafió el pensamiento en proceso por cualquier cosa único: haz un sonido chistoso que tú hace, decir palabra como "¡ookabooka!" o pinchar tu pierna. Este sonido raro pero tendrá un impacto altamente importante en romper el quitar el poder del patrón de pensamiento que ti está aguantando atrás. Una anticua ley natural es que los positivo siempre va ha vencer los negativo con el tiempo. Una vez que tu rete los negativo, los pensamiento y comportamiento que ti han estádo detenido de todo lo que tu ti merece, pronto e darán cuenta que ellos son huéspedes no bienvenidos en tu palacio de tu mente y e iran del dominio de tu mente rápido.

Paso3: La Nueva Realidad: La Estrategia del Lado
Una vez que hágase tomado la decisión de cambiar y desafiar el patrón, tu tienes que replazas lo con un nuevo comportamiento que tu deseas cultivar. Esto e conoce con el Pensamiento en Oposición y es una antigua técnica India que practican los yoguitas quien desarrolla enormes

poder mental. La esencia de la estrategias es sustituir los pensamientos negativos con los positivo, apoderamiento. La mente es parecida a un proyector dispositivo gigantesco – en un momento dado, puede tener solo un solo cuadro. Si tu sufre de postergar, cada vez que tu pensamiento quiera perder el tiempo mientras que debes estar trabajando viene a tu mente, aísla lo, reta el flujo de tus pensamientos y sustituye lo por un pensamiento de trabajo duro (tal como replazas un cuadro con otro).

El cuadro de tu mente los beneficios maravillosos de terminar la tarea. ¿Aumentara la disciplina y tu auto imagen? ¿Qué efectos positivo ti darán a tu nuevo comportamiento en este año si tu sigues haciendo lo? Empieza el comportamiento de Sentir ti Bien.

Paso 4: Piensa Buenos Pensamientos

Ahora que ti has opongo a el pensamiento negativo con apoderamiento, despacio va ha desmenuzar cuando e que cuenta que ya no es bienvenido la disposición mental ganadora. Los pensamientos sonrosas y es muy importante que tu reconoces que tu controlas los pensamientos de tu mente – no es de la otra manera. La clave es continuar practicando con el proceso dado hasta que el nuevo, poderoso patrón de pensamientos e condiciona tu mente. Repite las muchas veces. Pronto solo pensaras del comportamiento positivo y esto será como un hábito. Está es la primera etapa de tu nuevo destino.

¡EL PENSAMIENTO MEGA! EL ESFUERZO DEL POSITIVISMO

¡Cree en ti! Tenga fe en tus habilidades! ¡Sin una humilde pero razonable confianza en tu poder tú no puedes ser exitoso o feliz.

Norman Vicente Peale

Programa ti para tu total éxito y auto confianza. Lo que piensa será tu realidad. Tu mente es la computadora más poderosa universal y tú eres el programador. Lo que tú entres en ellas es todo lo que saldrán. La cualidad de tu vida entonces es el resultado directo de lo que

Tú le pones dentro de tu mente – tu programación. Tus pensamientos son cosas que está descargando a tu mundo. Asegura ti que eso mensajes sea de perfecta salud y buena forma. Si tú piensa negativa pensamientos todo el día, tendrás poca energía, sin entusiasmo y ti puedes enfermar pronto. Es más allá debates en está era de mente cuerpo medicina que los pensamientos son cosas que tienen un resultado significativo en la fisiología del cuerpo. Si tu piensas pensamientos débiles, tu estás enviando un mensaje sígnales malas a tu cuerpo y estás llenado con toxico dañinos que no tan solo impide trabajar pero también ti acorta tu vida.

El Hábito de MegaLiving es uno que e puede cultivar. Es el modo de pensar sin limitaciones. Tu ver la maravillas de la vida y celebra tu mundo. No es ver el mundo a través de un cristal de color de rosa y no realizable. Es viene el vaso medio lleno en vez de medio vació. Es reconocer que tu ti mereces tener todo lo que quieres en la vida y alcanzar tus metas es sencillamente hecho de creer en ti entonces tomar la tremenda acción de hacer lo. Un hábito es como un cable eléctrico. Tú empiezas con un hilo finito y a través de constantes condiciona, e hace más y más fuerte hasta que llega un momento donde no e puede romper. El Programa de MegaLiving para el Dominio de la vida muestra como tu puedes convertir ti en un Pensador Mega y ver la inmensa posibilidades que tu has estádo olvidando.

Los atletas Olímpicos has entendido este poder tremendo que la mente y su importancia en la disciplina mental en la excelencia del deporte. A ese nivel de competencia, lo que separa los ganadores de medallas con los que compiten es la disposición mental ganadora. Justo antes de entre en un programa de a condiciona del mejor vuelo para sus cuerpos, tales atletas adiestra vigorosos su mente para enfocar ganar y maximiza tu ejecución.

La Disposición Mental Campeón

Cada atleta brillante virtualmente has tenido su régimen psicológico deportivo a lo largo de su nutrición considerable y adiestramiento cuerpo en general. Muchos e dice que la clave es el control del psíquico mental excepcional de energía para crear el deseo de los resultados. Esto e puede hacer visualizando el éxito del evento, haciendo los rituales en preparación para el evento y practicando ejercicio de meditativa para calma el cuerpo, librado el estrés que impide la ejecución máxima.

En 1954, Roger Bannister hizo lo que muchas gente pensó ningún humano podía hacer – el rompió la barrera de una milla en cuatro minutos. Cuando le preguntaron como el hizo esto, el respondió que fue sencillamente correr la carrera perfecta una y otra vez en el cine de su mente antes de ir a correr la en realidad. Tennis ace Andre Agassi es un maestro en el arte de visualización as como el legendario Jack Nicklaus, el súper estrella de balompié Pele y el medallista Olímpico de Oro Bruce Jenner. Pero excelencia mental y las técnicas de visualización no e deben limitar a los jugadores de campo. Visualización, donde un hacer un ensayo de la ejecución ideal en su mente una y otra vez antes del evento actual, debe ser una herramienta en el arsenal de todos triunfador.

Aumentar, el atletas no selecto en la arena de la vida e aplica las estrategias del condiciona mental en las Olímpicas para vivir mejor, vivir más y

alcanzar resultados positivos. Tu tienes que condicional tu mente y entrar en una rutina de adiestramiento tal como si fuera un atleta escogido preparando para el evento de tu vida. Tu tienes que tomar el tiempo para adiestra ti seriamente y dedicarte con devoción para la verdadera excelencia. Tu tienes un poder fenomental oculto dentro de ti, aunque usted lo crea o no. Tu lo más seguro estás usando solo un 25% de la vasta reserva mental. ¿Qué hay del remante del 75%? Si tu quieres una súper memoria, para enfocar como rayo láser, la creatividad del genio o la serenidad de los Indio yoguita que viven dentro de la Himalayas, tienes que ganar ti lo y adiestrar tu mente. Esto no va ocurrir de la noche a la mañana pero si pasara si tu usas el poder personal para que acontezca. MegaLiving ti llevara en rumbo para los grandes resultados que tú quieres y ti mereces.

También, es imperativo que tú desarrolles una actitud de ganador. Los límites que tú ti impones en tu factoría mental son los limites que ti impones en tu vida. Rompe los mitos, una vez y para toda, que tu eres muy viejo, eres muy joven, demasiado cansado, demasiado tributación, demasiado pobre o demasiado promedio para hacer cosas extraordinarias. Tu puedes tener todo lo que tu quieres pero el primer paso es controlando tus pensamientos torbellinos en el jardín de tu mente. Si ti motivas diariamente y cultivas el jardín de tu mente florecerán más allá de tus expectaciones. Pero si dejas que el toxico mala de la yerba del pensamiento negativo y los hábitos tome posesión, tu nunca va alcanzar la cualidad de vida que tu deseas y mereces.

Tienes que espera ganar en el juego de la vida. Marcus Allen, el

Primera clases NFL corredor de atrás dijo: "Todo mi juego es actitud. Tienes que pensar positivamente para lograr lo imposible, para llegar a ser los que quiere ser. ¡Si buscar la mediocridad, entonces eso es lo que obtendrás!" Tal como ti preparas cada día o para un evento especial tal como una gran presentación, corte o reunión de deportes, corre un video del resultado perfecto en tu mente. Ves como ti sonríe y ti encuentras con enormes éxito. Piensa en como tu quieres sentir ti y como ti sentirás. Siente el éxito y el placer que va ha recibir en otro trabajo bien hecho. Visualización creativa trabaja así que ponlo en tu cajita de herramientas para el dominio de ti mismo.

Haz ti la persona más positiva que conoce. Cultiva el espíritu del positivismo y la alegría en todos los aspectos de tu vida. Porque la verdadera aventura, viendo como los pequeños obstáculos como retos que ti permitirán hacer ti más sabia y crecer más. Aprende a amar la adversidad y florecer de el. Los grandes lideres de negocios de nuestros tiempo de Getty a Ted Turner amaban los grandes retos y los convertían en oportunidades para hacer su magnifica riquezas. Los críticos llamaba a CNN la red de fideos de pollo cuando esto primero salio. Pero Turner persistió. El comprendía que los triunfadores no

son diferentes de los demás, al menos que ellos sigan peleando una ronda más. Esto es la diferencia entre los granadores y la gente menos desarrollada. La gente que fracasa ven la adversidad como algo que lo va ha romper y s quejan que la vida es dura. Los triunfadores designa estrategias para beneficiarse de los retos, rehacer los si no funcionan y mantener el compromiso ardiente que triunfar a toda costa. Los Granadores siempre encuentran una manera.

LA MAGIA DE LA METAS:
TU VISION DE EXCELENCIA

Nada puede detener a un hombre con una actitud mental correcta de lograr su meta; nada en la tierra puede ayudar a un hombre con una actitud mental equivocada.

W. W. Ziege

Personas altamente exitosas, de líderes en el mundo financieros hasta padres que llevan vidas felices, familias amorosas, todo comparten un poderoso hábito: ellos establecen metas. Metas claras son la fundación esencial para el éxito y

El dominio de la vida. Sin una clara definición de metas para el ahora y a largo plazo, tu eres como un barco que e mueve en el mar profundo sin curso. Tú eres como un avión que vuela sin un plan de vuelo. Tú eres como un cirujano que opera con los ojos vendados. El dominio de sí mismo y la vida en excelencia vendrán cuando establezca objetivos para cada faceta de tu vida. Triunfadores saben precisamente para donde va mental, físicamente, emocional, espiritual y financiera. ¿Por qué como vas a dar en el blanco si no lo puedes ver? Una vez tomes el tiempo para establecer y revisar regularmente tus metas, tu mente encontrara oportunidades para permitir que tu deseo e haga realidad. Esto es cuando tú empiezas a vivir tus sueños y poner más vida a vivir tu vida.

Una de las leyes Natural más verídicas es lo que tu ti enfocar constantemente con gran emoción y expectativa será realidad. Tu puedes usar este principio antiguo para destruir tu vida pensando en cosas negativas o puedes hacer lo fenomenal apuntando a las estrellas y esperando que tus deseos e hagan realidad. Como Henry Ford dijo: "Pensando siempre en el futuro, pensando siempre tratando de hacer más, traer la mente a un estádo en donde nada ser imposible." Tu no empieza creando la vida que tu creer en 20 años de ahora en 20 años, tu empiezas esto este mismo día para establecer las metas precisas, desarrollar un plan clara y entonces tomando la acción dedicada. Cada día, tú tienes que tomar la acción para avanzar confiadamente en la dirección de tu destino final. Cada pensamiento tiene que e uno útil que ti empuje tu entusiasmo para realice tus aspiraciones. El primer paso al camino mágico del éxito es establecer tus metas.

Aquí está los 7 Pasos Formulados para Alcanzar tus Metas de ¡MegaLiving!:

1. **Saber lo que quieres**. Encuentra, reconocer & visualiza mentalmente las metas hacia las cuales vas ha trabajar. Una de los consejos más grandes del éxito de la vida es encontrar lo que amar hacer y entonces busca alguien que ti pague por hacer lo. ¿Cuáles son tus ambiciones secretas? Quizás la mejor manera para determinar tus metas de la vida es escribir tu propio elogio. Imaginarte en tu propio funeral y que ti gustarían que dijeran de ti y tus logros. ¿Que ti gustaría oír que eras la persona más rica del mundo, quien mejor toca el piano en la ciudad o la persona más feliz que hagan conocido? Piensa profundamente sobre donde

   Ti quieres estar en 5, 10 y 20 años. Esto son tus metas de tu vida.

2. **Estableces Metas Precisas con Fecha de Vencimiento y Desarrolla Estrategias**. Una vez tu sabes la dirección en el cual quieres viajar a través de tu vida, tus días tomas un nuevo significado. Empiezas a vivir con tremenda pasión y enfoque. Escribe tus metas y adhiere una flecha de vencimiento para que no las sigas posponiendo. Entonces desarrolla un plan diario con un anejo para romper la meta grande en pequeños fragmentos que serán más fáciles para tragar y menos intimidar. Si tus metas son demasiado abrumadoras (correr un maratón el próximo mes para alguien que ni si quiera camina una cuadra con facilidad), esto no será aparejo. Pero si lo rompes en pequeño fragmentos (empieza a caminar una cuadra diaria, entonces trota una milla por la próxima 5 semanas y desde de par de semanas, aumenta el millaje) esto e hace más manejable y divertido.

   Rich Hansen, el hombre que viajo el mundo en su silla ce ruedas e le pregunto el secreto de lograr tan excepcional hazaña. Él dijo que en vez de enfocar en las 24,901 millas que él tenia que cubrir, él sencillamente pensó solo en tomar una sesión a la vez, 23 millas por sesión, tres sesiones diarias. Empieza pequeño. Pequeñas victorias siempre ti llevan a las grandes.

3. **Deja que tus Metas Domine tus Pensamientos**. Cuando uno de los científicos más grande, Sir Isaac Newton, le preguntaron cuál él la clave de sus impresionantes éxitos, él respondió pensar solamente en eso. Estudie cualquier de los ganadores en la vida y veras que ellos adiestraron sus mentes en concentrase en nada más solo en obtener sus metas. Pensando constantemente en la realización de sus sueños, ellos desarrollaron una verdadera creencia firme y una fe que cada uno de sus deseos e harán realidad. Ganadores esperan éxitos. Recuerda el principio eterno: tu mundo interno determina tu mundo externo. Por lo tanto, cada mañana, recita tus metas en voz alta. Toma por lo menos 10 minutos cada noche y visualiza tu haciendo las cosas que quieres hacer.

Imagínate la alegría y felicidad que vas ha sentir cuando al final de tu vida tu haz hecho todo lo que querías hacer.

4. **Usa presión para tu Beneficio**. La presión no siempre es algo malo. Una de las razones primordiales que la mayoría de las metas no e alcanza es que es fácil que e deslicen por el lado de la carretera porque hubo otras cosas con presión que ocurrieron. Pero si hay un poco de presión para

   Que tú alcances tu meta, sea perder de peso, hacer más dinero o hacer mucho más de la vida, tú tienes que empujar más y trabajar duro para que esto acontezca. Tu puedes conseguir presión si haces una declaración publica y le dices a todos que tu sabes que tienes que perder peso o dejar el hábito de regañar, o cualesquiera cosas que quieras alcanzar.

5. **Reclutar Apoyo**. Dile a tus amigos y familiares lo que estás haciendo. Recibes tanto apoyo como sea posible. Si tú quiere correr un maratón, únete a un club de corredores. Si quieres aprender como ser un gran orador, únete a Toastmasters. Si quiere obtener dominio en tu financia, empieza un grupo de mente maestras que e reúnan semanal para discutir cual son las estrategias ha trabajar y cuales no funcionan. Teniendo una red de apoyo mantendrá enfocado y inspirado.

6. **Recuerda la Regla 21.** Si tú haces cualquier cosa por 21 días consecutivos, tú tendrás una excelente probabilidad que e haga un hábito. Hay una fuerza en la persistencia. Cuando este tratando de aliviar el hábito de la preocupación, desarrolla la disciplina de caminar diariamente en un ambiente natural o tratara de dejar de fumar, persevera por 21 días. Samuel Jonson escribo que "actos grandes no e ejecutan por fuerza sino por perseverancias."

7. **Divierte ti y Recompensa ti.** "Disfruta el viaje" dijo el sabio del Este. Recompensa ti cuando hagas lograrlo aun las más pequeñas de tus metas. Pequeñas victorias resultan grandes victorias. Y no es muy rudo en sí mismo si no logra su meta según el itinerario. Sea Flexible. Trate otra alternativa pero nunca, e debe dar por vencido si tu meta vale.

Si es paz mental que ti está en búsquedas final para ti, tu tienes que encontrar el tiempo para meditara y dominar la dimensión espiritual. Si es salud perfecta, tu tiene que encontrar el tiempo para desarrollar tu cuerpo refinar tu dieta y hacer ejercicios. Cualquier cosa que estés enfocandote, tienes que hacer el compromiso de hacer los pequeños sacrificios para el logro grande de meta. Pero una vez dirijas tu mente firme en el maravilloso camino de tus metas, tu vida cambiara dramáticamente. Tu te vas a levantar

con fuego en tu barriga y pasión por el día. Ti sentirás más productivas, confianza y profundamente feliz. Te sentirás llena de gozo como si tu vida estuviera un verdadero sentido. Recuerda, el propósito de la vida es la vida en propósito. Tu puedes convertir ti en el creador en completo control de tu destino en vez que la persona quien simplemente flota a través de la vida respondiendo a cualesquiera eventos

Que caigan en tu camino. Con metas, tu empieza a llamar tu potencial humano y realiza la vida perfecta que tu siempre ha estado dentro de ti.

Mecanismo de Éxito

En los 1960's los investigadores aprendieron que cada persona tenia un mecanismo de éxito fundado en su mente. Este dispositivo trabaja con la imaginación creativa y e esforzado por las metas. En otras palabras, el Mecanismo del Éxito es estimulado por las metas positivas que tú le das. Una vez nutres el mecanismo de una meta, ella se hace cargo y confía en todas tu pasadas experiencias para buscar una realimentación y información que le permita lleva acabo la meta. Ideas e inspiraciones a las que tu puedas estar expuesto en el pasado casi inconsciente, que estén profundamente dentro de tu mente, esperando que le llame para asistir para tus logros. En establecer metas bien definidas con flechas puestas, tu Mecanismo de Éxito brinca a acción.

Presentimientos y intuiciones refleja nada más que está herramienta está trabajando. Más importante, el mecanismo es la guía mental de imagen de tu pasada experiencia. Por ejemplo, si a ti te preguntan que des un discurso a la ultima convención que atendiste y temblaste malamente, el cuadro mental de ese evento ha sido indeleble grabada en tu mente. Tú has repetido una y otra vez en tu mente hasta que cuadro negativo e incrustado en ti. Ahora, cuando tengas que dar otro discurso, el mecanismo busca información relevante y e encuentra con el cuadro negativo que tantas veces te ha llevando a otras realizaciones contraproducentes.

Aunque quizás, el Mecanismo del Éxito puede ser engañado. El no puede decir ti la diferencia entre un cuadro mental que de verdad aconteció (por ejemplo un discurso contraproducente) y uno que tú lo pongas en tu mente sonado y visualizado. Por lo tanto la visualizando una y otra vez, dando ti el discurso perfecto con los aplausos extremoso y vítores, el mecanismo recoge las pasadas experiencias y él asegura el poder que puede realizar. Usando los pequeñas conocimientos tú puedes re-programar tu mente, por la cual no es nada más el más poderoso computadora del mundo, imaginado ti en los ojos de tu mente el logro de todos y cada uno de tus metas. Siendo grafico. Si tu deseo es una casa en el Caribe, ves el estilo, color, localización y

dimensiones. Siente como seria vivir en está casa. Ahora determina lo que tu quieres hacer para

Conseguir la casa. Ves los deseos resultado hecho y de verdad creer que lo estás logrando. Practica está técnica todos los días, cuando tengas un momento tranquilo. Está herramienta trabaja y ti traerá todo lo que tú deseas. ¿Puedes realmente no tratar lo por lo menos 30 días?

Temprano, es cuando la sugestión fuerte que tu imagen de espejo alguien quien has conocido con la abundante de éxito en el campo de tu interese. Cuando haces esto, as como también estudias los grandes lideres, gente de negocios o personas maravillosa, tú verás que el dominio y el resultado llegarán, en parte, a través de establecer tus metas claramente definidas. Las metas ti servirán para motivar ti, inspirar ti y guiar ti para que tu logres alcanzar lo que tu quieres de la vida. Las metas ti servirán como tu faro personal. Sin ellos, tú apuestas con tu futuro. ¿De verdad quieres jugar con tu futura como e fuera la rueda ruleta? Consigue seguridad en tu vida; ¡estableces metas!

¡Un Seminario para establecer tus Metasi

Antes de seguir, por favor vamos a tomar un tiempo para evaluar tus metas y aspiraciones. No es solo tremendamente importante para el éxito del Programa de 30 días de ¡MegaLiving! sino es un ejercicio muy divertido.

Paso 1: Tú Plan Maestro para El Dominio de tu Vida

En un pedazo de papel, escribes un declarado de la misión de tu vida. Haz lo breve. Tu declaración de misión es un credo en una cápsula de lo que tu quieres logra en tu vida y como tu deseas que ti recuerdes. Es una combinación de los valores por los cuales tu desea vivir y las metas mayores que tu determinado ha alcanzar. Tu declaración de misión es tu faro. Ti guiara a través del tiempo bueno y malo. Ti mantendrá enfocado y con confianza avanzada a través del camino de tus sueños. Por ejemplo, tu misión puede lees como sigue:

Mi misión es ser la persona con un carácter verdadero y integro, contribuyendo a mi país y manteniendo salud perfecta y serenidad mental. Yo tendré una familia magnifica y una vida profesional mientras edificio riqueza duradera. Yo seré amable a todos y viviré me vida con tremendo entusiasmo y alegría.

Esto es tu luz que ti guía, una declaración clara de donde tú quieres ir en la vida. Esto es un plan maestro en manteniendo ti en el curso cuando otros tratan

De empujar ti afuera o cuando los maravilloso obstáculos de la vida ti visiten. Pon tu misión donde los puedas ver con regularidad tal como a lado del espejo en tu baño y leer lo lentamente al menos dos veces diarias.

Pase 2: Tus Metas Maestras Personal

Ahora que tú sabes donde quiere estar a final de tu vida en términos generales, tienes que ser específico. Establece tus metas en el desarrollo personal en un año, en cinco años y diez años. Piensa en como saludable estás, que cualidades personal desea desarrollar, que estrategias tu quieres dominar, como espera sentir, ver ti y pensar, que nivel de intelecto y memoria quieres tener, que libros, casetes y seminarios deseas atender (la lista sigue). Escribes los por que tienen un dramático impacto en tu subconsciente cuando las cosas e pone por escrito. Es bien importante, establecer fecha de vencimiento para que logres los resultados.

Las 10 Metas Maestrsa Personales Primordiales para este año y su vencimiento

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____

A través de este libro, e ha enfatizado que no hay causa más noble que del dominio de si mismo. Cada día, es crucial que tú separare algún tiempo para atender ti, cuidar tu mente, relaja tu intelecto y nutrir tu cuerpo y alma. Como todas las cosas de la vida, la clave está en hacer un hábito de la práctica si tú realmente quieres ser efectiva.

Ahora piensa sobre tu vida en cinco años. ¿Cómo tu quieres sentir ti? ¿Qué tu quieres saber o que cualidad tu desea tener? ¿Qué hay de tu vida de pasión, más disfrute, mejor temperamento,

A que grado de serenidad y calma interna, más entusiasmó y más creatividad?

Todas estás cualidades pueden ser tuya si empiezas esforzando hacia ellos hoy. Recuerda que tu no puedes empiezan a designar tu futuro muy lejos del futuro. Empieza ha saltar tu vida con unos maravilloso retos para ti. Toda satisfacción en vida viene de elevarse los retos has establecido y vencer los con entusiasmo y vigor. No dejes de hacer ejercicios ni un día más. Esto cambiara tu vida y llevar ti a tu camino de la maestría personal que tu has estádo anhelado.

Ahora enumera las diez metas de prioridad en la maestría personal en los próximos cinco años:

Las 10 Metas Maestras Personales Primordiales en cinco años

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____

Las 10 Metas Maestras Personales Primordiales en diez años

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____

Paso 3: Materiales & Metas de Disfrutes

A está etapa del seminario de establecer tus metas, tu vas ha pensar y anotar los material y metas de disfrutes. Los únicos límites son los que tú recibes que escoges en tu imaginación. Deja que corra feroz. Todavía hay muchas cosas que todavía siguen místicas en este mundo y una de ellas es el principio de por que, cuando e escribe una metas y e centra en tu mente ellas e vuelve realidad, con tal que tomes la acción para que el resultado deseado.

No análisis como trabaja la Naturaleza. Sencillamente piensa grande y disfruta lo. Notas todos los materiales que quieras (ser creativo y preciso). También es esencial que escribas rápido para que tus deseos e hagan realidad y para que no empiece ha pensar que tus metas son muy grandes que no e vuelvan realidad. Paupers e convirtió en millonario en 12 meses. Ningún sueño es demasiado grande. ¿Quieres una casa en Bermuda? ¿Qué nadar debajo del agua en las Islas Cayman o escalar la montana de Nepal? ¿Quieres un BMW, una lancha o viajar alrededor del mundo? Quizás tú sencillamente quiere vivir una vida más espiritual, rica y vital. Escribe todas las cosas, rápido y con la fecha de vencimientos para obtener lo. Empieza ahora.

Las 10 Metas Maestras Personales Primordiales para este año

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____

Las 10 Metas Maestras Personales Primordiales en cinco años

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____

Las 10 Metas Maestras Personales Primordiales en diez años

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____

Paso 4: Tu Futuro Financiero

Meticulosamente considera lo que tú quieres desde el punto de vista financiero en los próximos años. ¿Cuánto dinero quiere tener y cuando? ¿Qué cantidad de dinero de verdad ti hará feliz y permitir ti la libertad para hacer todas las cosas que quiere hacer? ¿Qué inversión tú quieres tener? Tu destino financiero será afectado por el destino personal así que piensa lo cuidadosamente.

Las 10 Metas Financieras Primordiales para este año

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____

Las 10 Metas Financieras Primordiales en cinco años

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____

Las 10 Metas Financieras Primordiales en diez años

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____

Metas son la sangre de la vida para alcanzar duradera y excelencia personal. Escribiendo físicamente tus metas en un pedazo de papel, has puesto una fuerza muy especial en movimiento que va ha trabajar para que ellos e hagan realidad. Anterior aprendiste que la mayoría de la gente piensa alrededor de 60,000 pensamientos diarios. Escribiendo tus metas, has levantado una bandera roja en tu mente, diciendo le que estos pensamientos y ideas son mucho más importante que 59,999 fabricas que giran alrededor de tu mente. Tanta personas que han venido a mis seminarios, incluyendo CEO del corporaciones de renombre, atletas escogidos, vendedores y padres, me han dicho que sus vidas ha cambiado en un manera profunda una vez ellos pensaron profundamente en su misión y su logros y los pusieron por escrito.

Tu ahora has estáblecido tus metas que ti van a proveer con la inspiración y el deseo ardiente. Ahora tienes un cuadro bien claro del rumbo que tu vida tiene y lo que tú realmente quieres. La mayoría de la gente pasa a través de la vida sin tener una idea hacia donde ellos van. Tú ahora has vencido está barrera. La próxima clave es mantener ti consistente enfocado en tus metas. Nunca dejes que tus sueños mueran no importan cuan lejos ellos puedan estár hoy. La naturaleza trabaja en formas maravillosas. Una vez tu metas e establece en la mente e concentra en alcanzar los, la Naturaleza e esfuerza su poder con influencias para atraer su realización. Crees en tu sueños, alcanza tu estrellas y tendrá el destino que tu sabes es tuyo. Recuerda lo que Thoreau prometió: "si uno sigue confiadamente en la dirección de sus sueños y e esfuerza por vivir la vida que el e imagina, el e encontré con el éxito inesperado en las horas comunes."

La Formula del Secreto del Éxito: 5 Pasos que Convertirán tus Sueños en Realidad

Tu ya haz completado tu seminario de estábleciendo metas. Para asistir ti en alcanzado tus metas rápidas, una fórmula muy especial del éxito es ofrecida a ti. Está técnica puede que ti parece extraña pero es como una de la más efectiva que va encontrar. Triunfadores en negocios, deportes, arte y la ciencia lo han usado con enorme grado de éxito. La formula opera en la base de autosugestión y trabajara maravillas para ti si tu cree en el y lo aplica diligentemente por un periodo de meses. Aun antes que este periodo e ha acabado, tú notara

Cambios dramáticos en tu vida para el mejoramiento. Einstein, Emerson, Napoleón Hill, atetas Olímpicos y triunfadores de alta esferas han usado está estrategias en una o otra forma por una sola razón -¡funciona!

1. Claramente decide tu meta y imagina ti obtenido lo en tu mente todas las noches antes de ir ti a dormir. Imaginarte que tus estás logrando el resultado. Haz visualizaciones clara y coloridos.

2. Desarrolla una creencia fuerte que tu vas a lograr por autosugestión (repetir la ideas en voz alta) a través del día. Autosugestión ha sido muy exitoso en el Oriente por más de 4000 años y es un método antiguo que desarrolla fuerte fe. Repite tu deseo en voz alta diez veces antes de ir ti a dormir.

3. A través de la repetición de pensamientos, la meta e hará un deseo ardiente.

4. Desarrolla un plan clara de cómo va ha lograr la meta y buscar todas las oportunidades que e puedan realizar.

5. Escribes la meta, el plan de acción y la fecha que tu lo lograos. Repite las 10 veces en voz alta diariamente con la creencia en su propósito y con intenso emoción.

Como e menciono, la formula de éxito puede ser un poco extraño pero ha sido usado por los más exitoso lideres y lo más seguro trabaja para ti. No solo lo apliques por un día y darte por vencido. Esto es un regalo muy especial que tú has recibido. Tenga fe en está formula y trabajar maravillas para ti. Todos tus sueños e pondrán al frente de tu conciencia y la fuerza de lo pensamientos hará que e hagan realidad.

Ahora que sabes donde tienes que ir y con la firme creencia que tu va ha tener todos tus deseos, tu tienes que regularmente establecer una hora cada día para revisar tus metas y considera como ti sientes una vez la alcances. Aplicando las estrategias, tú constantemente serás motivada tanto por la mente conciente y subconsciente para alcanzar tus sueños.

Cuando ti encaminas a niveles más alto de la vida a través de la aplicación de los poderosos principios del Programa de MegaLiving, recuerda estás palabras de Woodrow Wilson:

> Crecimos grandes por nuestros sueños. Todos los hombres grandes sonaban. Ellos ven cosas en un día brumoso suave de primavera o en un día largo el rojo fuego del inverno. Algunos de nosotros dejamos que grandes sueños mueran, pero otros nutren y protege otros, nutre los a través los días malos hasta ellos tragan con ellos el sol que brilla y la luz que viene siempre a aquellos quien sinceramente esperan que su sueños e hagan realidad.