

Cómo vivir la vida al máximo

Texto: <http://psicotecnopatas.com/index.php/2012/09/14/como-vivir-la-vida-al-mximo/>

Como vivir la vida al Máximo.



Quizá esta sea una de las razones por la que estoy adentrado en el mundo del desarrollo personal realmente quiero vivir la vida al máximo, pero esta es una decisión, una actitud y montón de cosas difíciles de conceptualizar.

Creo que para vivir la vida al máximo debemos llegar a explotar todo nuestro potencial, o al menos lo que podamos ya que muchos expertos aseguran que nuestro potencial es ilimitado por lo que no importa cuanto hayas logrado en la vida, ten por seguro que haciendo los ajustes correctos podrías haber conseguido más.

Solo hay una forma de conseguir el éxito: “Darlo todo” yo lo hago y exijo lo mismo de mis jugadores.

Lou Holtz

He estado adentrándome en la idea de vivir la vida al máximo y me encontré con cientos de ideas, estrategias, principios, opiniones, etc. Por lo que voy a tener que sintetizar las más útiles por experiencia propia en el pasado, espero que estas ideas les aclaren como vivir la vida al máximo.

1.- Aprende a darlo todo en todo.

Tal como lo dijo Lou Holtz, hay que darlo todo para lograr lo que queremos, pero este “Darlo todo” no debe ser

solo para aquellas cosas que nos gusten o nos apasionen sino en todo lo que hagamos,

"Deja de ver la confianza como la certeza de conseguir lo que te propones sino más bien empieza a ver la confianza como el poner en todo lo que haces la totalidad de tu esfuerzo."

Vin Dicarlo

T Harv Eker decía: "El modo en el que haces cualquier cosa es el modo en que lo haces todo" no entendía esta frase hasta que me di cuenta de que actuar mediocrementemente en un área, en una tarea o en alguna actividad limita tu excelencia a todo lo demás incluyendo las cosas que te gustan y te apasionan.

Se fuerte, dalo todo, gasta tu energía, logra "Todo lo que puedas" ciertamente no vas a ganar siempre, hay cosas que no vas a poder dominar a la perfección, hay ciertas cosas en la que quizá nunca llegues a ser un maestro, pero si puedes aprender a darlo todo en todo.



2.- Conquista tus miedos y toma más riesgos.

Cuales son los miedos que te están frenando en la vida, cuales son aquellos miedos que están estancándote, los que no te permiten avanzar, estos son los miedos que debemos conquistar lo antes posible, hay muchos miedos que son irracionales, desde hablarle a un extraño hasta pedir un aumento de sueldo cuando ya lo merecemos.

El miedo nos roba las oportunidades de la vida dejándonos solo los remordimientos de lo que puedo haber sido, es por ello que para vivir la vida la máximo es esencial que vayamos conquistando los miedos que nos están

deteniendo lo antes posible.

Por otra parte tenemos miedo porque hay algún riesgo, pero debemos aprender a gestionar el riesgo, los riesgos bien gestionados tienden a ser proporcionales a la inversión, cuando más riesgos calculados tomamos más cosas valiosas podemos obtener.

3.- Busca convertir tu pasión en profesión.

Puede que debido a las circunstancias tu pasión tenga que quedarse más como simple afición a corto plazo, pero creo que a largo plazo cualquier puede convertir una pasión en profesión, examina las cosas que te apasionan, disfrútales en tu tiempo libre y ve viendo la forma de conseguir algún beneficio económico o personal mediante las mismas, este mundo necesita más personas apasionadas por lo que hacen.

4.- Pasa más tiempo con gente que vive la vida al máximo.

No todos pueden estar siempre con una sonrisa en la boca pero hay personas que no necesitan leer ideas sobre como vivir la vida al máximo ya que lo hace naturalmente, yo he conocido varias personas así, si no has conocido algunas personas así creo que es hora de conocer nuevas personas.

5.- Desarrolla habilidades valiosas e interesantes.

Que habilidades valiosas e interesantes te interesan desarrollar, puede ser aprender artes marciales, magia, tocar un instrumento musical fuera de lo común como el violín, bailar excelentemente un tipo de baile llamativo, ser experto en un tema interesante, etc. Hay muchas habilidades que son valiosas y pueden ser interesantes para otros, también hay algunas que pueden ser valiosas e interesantes solo para ti, en lo personal me gusta todo lo relacionado con la productividad, pero lamentablemente no es algo que les guste mucho a los demás.

Resumiendo un poco la idea: SIMPLEMENTE NO DEJES DE CRECER.

6.- Descubre tus límites y supéralos.- Todos presuponemos nuestros límites, pero pocos nos atrevemos a ver hasta donde somos realmente capaces de llegar, muchas cosas valiosas están fuera de nuestra zona de confort por lo que la única forma de obtener más de esta vida es superando nuestros límites ¿Que estás haciendo ahora?

¿Como podrías lograr más? ¿Hasta donde eres capaz de llegar?.

7.- Se activo y decidido.

Si deseas vivir la vida al máximo debes declararle la guerra a dos enemigos que son la pereza y la inacción, tienes que hacer más cosas, tomar más decisiones, lograr más, aspirar a mas y lograr más.

8.- Genera ingresos pasivos.

Estoy seguro que si deseas vivir la vida al máximo no querrás hacerlo solo por un tiempo muy limitado, siento decirlo pero el factor económico si influye, la única forma de vivir la vida al máximo es teniendo tiempo libre para hacer cosas más importantes que trabajar por sobrevivir, por ello debemos generar ingresos pasivos, para así trabajar más por vocación y diversión que por necesidad y también porque a la larga podremos tener nuestra libertad.

9.- Crea un manual de vida.

En el pasado muchas culturas utilizaban códigos de honor, algo por que vivir o algo que gué sus vidas, las religiones nos dan esto pero hay un montón de cosas que van más allá de la religión, lamento decirlo pero aunque soy cristiano he visto que muchas veces se predica más la resignación que la superación, una forma de mejorar tu vida para vivirla al máximo es empezar a escribir tu Código de Honor, también puedes recopilar tus principales ideas, filosofías, principios de vida, así como frases sabias que te inspiren, esto lo he hecho hace algún tiempo y ciertamente me ayudan a sentirme más enfocado en que tipo de principios e ideas me ayudan a obtener lo mejor de esta vida.

10.- Contrata un entrenador.

Todas las personas que han contratado un entrenador en cualquier área de la vida han visto como han progresado más rápido de lo que hubieran logrado avanzar ellos solo, un entrenador te anima y compromete a exigirte más de lo que tu mismo te exigirías además de ayudarte a mantenerte enfocado en lo que deseas en la vida.

Reflexiones sobre como vivir la vida al máximo

Hace algún tiempo que estoy viviendo algunos de estos principios, y digo algunos porque otros los he vivido en otra etapa de mi vida y hay algunos principios que deben vivirse cuando llega la oportunidad de aplicarlos, actualmente siento que estoy viviendo una segunda adolescencia ya que estoy haciendo más cosas locas y divertidas que las que hacen la mayoría de personas de mi edad.

He creado un manual de vida en el que tengo registradas las frases más inspiradoras y motivantes que he encontrado e igualmente he escrito resúmenes o síntesis de libros inspiradores, ahora para motivarme en lugar de releer un par de libros simplemente ojeo mi manual de vida ya que allí están las mejores ideas que he encontrado en diferentes libros.

Otro consejo para vivir la vida al máximo es que lean biografías o historia de civilizaciones que vivieron la vida al máximo en algún área de la vida, cuando leemos de gente que se desvelo, se esforzó y se sacrificó bastante por conseguir sus sueños no podemos menos que sentirnos motivados, no leemos un principio abstracto sino que nos hacemos idea de la aplicación de un principio, recientemente he estado leyendo sobre el entrenamiento espartano y me ha motivado mucho para empezar a darlo todo en el gimnasio, aunque no leí una biografía en particular saber que existieron grandes guerreros que se entrenaban de esa forma no solo te motiva sino que te da ideas para entrenar más duro.

Espero que estas ideas les ayuden a vivir la vida al máximo.