

El secreto del éxito: vivir sin miedo

El éxito es algo fundamental para el ser humano. Bien sea en lo material, en lo intelectual o en lo espiritual, sentir que estamos alcanzando lo que nos proponemos es casi tan importante para nosotros como el respirar.

De la misma manera que nuestro instinto nos lleva a tomar aire, nuestro impulso evolutivo nos lleva a ponernos retos, a perseguir metas y a anhelar futuros. Y si no lo limitamos, ese impulso evolutivo activa nuestra energía vital y nuestra fortaleza interior para lograr nuestros propósitos. Pero lamentablemente, la mayoría de las personas se han convertido en expertos limitadores de su propio potencial, básicamente por un motivo: ¡Están llenos de miedos!

El miedo, el peor enemigo del éxito profesional y personal

La gran mayoría de las personas tienen tanto miedo a fracasar, a ser juzgados, a no encajar, a no elegir el camino correcto o a que se les pase el arroz, que optan por no arriesgar, no innovar, no crear, no probar nada nuevo y, por ende, no vivir realmente. ¿Qué es la vida si no una aventura de aprendizaje y crecimiento? ¡Lo que no crece está muerto! Pero el miedo nos lleva a renunciar a la aventura de la vida a cambio de una ilusión de seguridad. Si tengo un trabajo fijo, una pareja estable y una hipoteca llevadera, ya tengo la vida encarrilada. ¿Encarrilada hacia dónde? ¿Hacia un lugar monótono, en el que siempre pasa lo mismo, en el que cada año es igual que el anterior, en el que no

hay nada nuevo y divertido por descubrir, nada nuevo que aprender? ¿Realmente ese es el tipo de vida que quieres? Tu miedo te dirá que sí, pero tu miedo sólo es una pequeña parte de ti, que simplemente hace mucho ruido.

Si vives tu vida con miedo, lo controlarás todo para que nunca te pase nada y, ¡bingo! eso es lo que tendrás: ¡nada! Aunque tu corazón lata y te levantas cada mañana, en el fondo estarás muerto. Y, como muy tarde, el día que te mueras, desearás que te regalen otra vida para hacer todo aquello que querías hacer, pero que nunca te atreviste a hacer. ¡No es rentable vivir la vida con tanto miedo!

¿Por qué unas personas triunfan y otras no?

- Los que triunfan saben lo que quieren y tienen claro cuál es su propósito. Los demás tienen tanto miedo, que no se atreven a saber lo que quieren en la vida.
- Los que triunfan utilizan sus propios dones y fortalezas y no las del vecino o las de su jefe. Hacen lo que hacen con una genialidad increíble, porque se permiten ser ellos mismos y hacer las cosas a su manera. Los demás tienen tanto miedo, que siempre imitan a la autoridad.
- Los que triunfan se divierten con lo que hacen, se les pasa el tiempo sin darse cuenta y no cambiarían

su vida por nada del mundo, a pesar de trabajar muy duro y dejarse la piel en ello. Los demás tienen tanto miedo que no arriesgan nada, con tal de no caerse.

- Los que triunfan afrontan sus miedos como si fuera un juego y aprovechan el impulso de su cosquilleo. Para ellos, un día sin miedo es un día sin aventura. ¡Celebran el miedo! En cambio, los demás lo sufren en silencio y cuanto más ruja el miedo, más se detienen, más agachan la cabeza, más pequeños se hacen y, por tanto, más acentúan su propio miedo. Es una pescadilla que se muerde la cola.
- Los que triunfan no son ni más listos, ni más capaces, ni más hábiles que tú. Lo único que les diferencia es que creen en sí mismos y van a por ello con ahínco.

No importa si te dedicas a ser una gran empresaria o a ser un gran amo de casa, vivir la vida con miedo no sale rentable. Y además contagias negativamente a todos los que te rodean, a tus hijos, a tus compañeros, a tus equipos...

Nunca es tarde para vivir la vida que tú deseas

Nunca es tarde para descubrir nuestro propio poder interior y hacerle frente a nuestros temores. Descubrir tu propio poder interior requiere un enfoque profundo y muy transpersonal, que te permita TRANScender a la pequeña y asustadiza persona que crees ser, para descubrir lo que realmente eres. Y una vez que lo descubres, ¡ya no hay quién te pare! El mie-



Agustín Piedrabuena Alonso ha ocupado puestos directivos en empresas multinacionales durante 20 años, antes de formarse en coaching, en psicología transpersonal y fundar la Escuela Transpersonal de Coaching. Una escuela innovadora y muy retadora, que no sólo forma en coaching y en liderazgo transpersonal, sino que apoya a personas y organizaciones a superar sus miedos y obstáculos para salir al mundo y triunfar como ellos realmente lo desean. Cuando TRANSciendes lo pequeño, comienzas a abrazar lo grande.

do se convierte en un poderoso aliado que te recuerda a cada momento: ¡Estás vivo! ¡Estás aprendiendo! ¡Estás descubriendo! ¡Estás haciendo de tu vida una gran aventura! No te pierdas tu aventura, sólo porque aún no hayas aprendido a gestionar tu miedo.



Escuela Transpersonal de Coaching
www.coaching-transpersonal.com
+34 91 856 99 72 / +34 629 515 434