

FORO



EMPRENDEDORA

Conectando
talento

De la Visión a la Acción

M. en C.I. Nadia Montes



ASOCIACIÓN MEXIQUENSE DE
EMPENDIMIENTO SOCIAL A.C.

CONTENIDO

5 razones por las que no logras tus sueños.....3

I. El Poder la Visión 13

II. El Tablero de la Visión 15

III. Tu Plan de Acción..... 18

Gracias..... 19

5 razones por las que no logras tus sueños

*“Los obstáculos son esas cosas
espantosas que ves cuando apartas los
ojos de tu meta”
Henry Ford*



*¿Te has preguntando cuáles son las verdaderas razones por las cuáles no
estás logrando tus metas?*

Pues aquí te comparto las 5 razones principales por las cuáles no estás logrando alcanzar tus sueños.

RAZÓN NÚMERO UNO

¿En qué tiempo quieres lograr tu meta?

Si tienes un gran sueño por lograr **¡debes definir el plazo en el cuál debes lograrlo!**, de lo contrario el sueño no es una meta, es sólo eso – un sueño – un deseo que desees realizar “algún día”

Así que, si no estás logrando tus sueños, es porque no has pasado del deseo a la meta. Y para ello necesitas de un plazo.

¿Y qué plazo es el adecuado? Buena pregunta - ¿no es verdad? ¡Pues claro que lo es!

Y he aquí la solución.

Imagínate por un momento que tienes 20 años de edad (no importa si hace mucho que sobrepasaste esa cifra, sólo inténtalo). Ahora imagina que alguien te pregunta – Oye, ¡sí tú!, ¿cómo te imaginas que será tu vida cuando tengas 90 años de edad?

¡¿Qué responderías a semejante pregunta?!

Si actualmente tienes 20 años (o no superas los 45) es muy difícil, pero muuuuyyyyyy difícil dar respuesta a semejante pregunta. Lo más probable es que hayas respondido, *¡estaré muerta para entonces!, upss... no lo sé, a lo mejor estaré muy enferma o por lo menos con bastantes canas y arrugas...*

Ahora bien, si ya has superado los 45 años, tal vez lograste hacerte una idea un poco más acertada de cómo será tu vida a los 90 años de edad. Y tus respuestas sean del tipo... *no lo sé, yo creo que a lo mejor mis nietos me estarán cuidando, y espero no ser una carga para nadie. Espero tener un buen fondo para mi retiro, etc., etc.*

¿A qué crees que se deba la diferencia?

Pues nada más y nada menos que al horizonte del tiempo que se nos ha planteado.

Si tienes 20 años, pensar a 70 años de distancia es bastante difícil ¿no es así?, pero si actualmente tienes 70 años o más, como el horizonte de tiempo es menor, es bastante fácil imaginarte en ese horizonte de tiempo.

Es por ello que **siempre que te propongas algo, piensa en plazos de 10 años**. ¡Sí en efecto!, una década. Y ¿por qué una década? Pues porque si lo piensas por un momento, cuando tenías 20 años te resultaba fácil visualizar qué pasaría a tus 30 años, y de igual manera cuando tenías treinta años ya te estabas visualizando cómo serías a los 40 años, y así sucesivamente.

Los humanos (en especial los occidentales) podemos manejar metas que se han planteado en un horizonte de tiempo que transcurre en 5 o 10 años, pero nos resulta bastante difícil manejar horizontes de tiempo a más largo plazo (salvo que hayas nacido en Japón o en países escandinavos en dónde están habituados a pensar en periodos de 25 años).

Así que cuando sueñes algo, ¡asígnale un periodo de 5 a 10 años para su realización! Y así estarás eliminando la primer y más potente razón por la cual no pasas del sueño a la acción.

RAZÓN NÚMERO DOS

¿Estás usando todos tus sentidos?

La razón número dos por la cual la gente nunca pasa de ese “deseo o sueño” imposible de lograr, es porque su cerebro no se ha conectado con esa intención.

Así que ahora que has pasado de un simple sueño a una meta con un tiempo para su conclusión, ¡actívala con todos tus sentidos!

Nuestro cerebro tiene 5 formas distintas de percibir la realidad y es necesario activarlo, de lo contrario, aun cuando a tu sueño le hayas asignado una fecha concreta, tu cerebro te dirá ¿pero acaso estás mal de la cabeza? ¡¿Cómo se te ocurre?! ¡Eso es demasiado grande para ti!, etc., etc.

Así que una vez definida tu meta, emplea todos tus sentidos para lograrla. La simple visualización no basta, ya que sólo estás empleando un sentido (la vista). Así que usa todos tus sentidos.

Supongamos que tu más grande sueño es un viaje por la selva del Amazonas, y te has propuesto realizar dicho viaje en un plazo máximo de 7 años (recuerda de 5 a 10 años). Así que he ahí tu meta: “recorrer la selva del Amazonas antes de que transcurran 7 años de mi vida”

Ahora, haz que tu cerebro que está programado para decirte que: *¡hay muchos bichos y plantas ahí que te pueden matar o por lo menos intoxicar!... en este momento no hay dinero para ello y tienes muchas otras prioridades... ¡no seas infantil, ya estás bastante grande para esto!... se reprogramme para decirte cosas cómo: ¡adelante, sí se puede!, - claro, ¡qué necesitamos? - va estoy totalmente de acuerdo ¿cuánto dinero necesitamos juntar cada mes para ello?*

Para esto, vas a necesitar activar TODO tu cerebro, no sólo una parte.

Así que piensa por un momento:

- a) ¿Cómo se ve el Amazonas?
- b) ¿A qué huele la selva del Amazonas?
- c) ¿Qué frutos o alimentos puedes conseguir en el Amazonas? ¿A qué saben?
- d) ¿Cómo se escucha el Amazonas? ¿Qué sonidos hay en la selva amazónica?
- e) ¿Qué textura tiene la selva del Amazonas? ¿Cómo se siente dormir en la selva o caminar por ella?

Y una vez que tengas las respuestas, ¡activa tu cerebro! Es momento de:

- 1) Conseguir una foto que para ti represente ese recorrido por la selva del Amazonas.
- 2) Buscar algo que huela al Amazonas. Puedes por ejemplo buscar algún aceite esencial de una planta del Amazonas.
- 3) Trata de conseguir algún alimento que consideres puede acercarse a lo que comerías en el Amazonas (en caso de que consigas un alimento típico de la selva amazónica, felicidades ¡eso sí que será genial!).
- 4) ¡Escucha al Amazonas! Busca en Internet o en tiendas de música, alguna melodía que suene como imaginas que sonaría la selva amazónica (sonidos de pájaros, lluvia, ríos, plantas movidas por el viento, etc.).
- 5) Y finalmente, consigue algo que al tocarlo te recuerde al Amazonas.

Y ahora reeduca a tu cerebro, cada vez que pienses en tu sueño, ve por tu aroma y olfatea por un momento mientras te visualizas en el recorrido que deseas hacer, o si te es difícil visualizar, observa la foto que conseguiste mientras olfateas tu aroma. Trata de comer de manera frecuente el alimento que para ti representa el Amazonas y mientras lo haces visualiza tu recorrido u observa la foto, y así sucesivamente con cada sentido.

Si haces esto le estas mandando un nuevo mensaje a tu cerebro, y tarde o temprano éste acabará diciéndote, *¡me late! ¿Cuándo nos vamos al Amazonas?*

RAZÓN NÚMERO TRES

¿En qué te estás enfocando?

La tercera razón por la cual siempre fracasas y no logras tus sueños, es porque toda tu atención está en situaciones, cosas, eventos y hasta personas muy negativas, y todo ello sólo le dice a tu cerebro ¡no se puede!

Todo el día tu cerebro ve, escucha, toca, saborea y olfatea negatividad, así que eso es exactamente lo que sucede, ¡sólo cosas negativas!

No soy adicta al “optimismo” exagerado de la nueva era. Creo que hay tiempo para todo. Si en tu vida estás atravesando tiempo difíciles, digamos por la enfermedad de un ser querido o un fallecimiento, ¡obviamente no estás siendo positiva!, y es lógico que te sientas mal y te duela. Así que no me mal intérpretes. No me gusta esa filosofía de que debemos aparentar ser felices todo el tiempo, ¡para nada! Si te sientes mal ¡exprésalo! Reprimirlo sólo te hace la vida más difícil.

Sin embargo, en cuanto te recuperes, ¡vuelve a conectarte con tu meta! Y cuando pienses en ella, no dejes que tu mente divague y se concentre en lo negativo: los obstáculos por enfrentar, los posibles eventos negativos que podrían suceder si logras tu sueño, lo que pensarán los demás al respecto, y qué pasa si fracasas.

Todo lo contrario, acostúmbrate a que cuando pienses en tu meta, en tu cerebro sólo haya vibra positiva: las enseñanzas que obtendrás al superar los obstáculos, las buenas experiencias que vas a vivir, los buenos comentarios de la gente que te ama y el éxito y sensación de logro que vas a tener al lograrlo.

RAZÓN NÚMERO CUATRO

¿Por qué aún no te has aventado del paracaídas?

Sabes llevo más de 17 años como consultora y he atendido a toda clase de personas que desean emprender un negocio. En general te puedo decir que me enfrento a 2 clases de personas: aquellos que sí se avientan del paracaídas tras unas sesiones de entrenamiento, y aquellos que aún con muchísimas sesiones de entrenamiento, no se avientan nunca del paracaídas.

Esta última clase de personas - a quienes por supuesto no podemos llamar emprendedores dado que nunca emprenden nada - siempre piden asesoría para realizar un plan de negocios y así poder analizar la rentabilidad del posible emprendimiento. En cuanto su entusiasmo está hasta el tope, comienzan a espaciar sus sesiones de asesoría - para tomar las cosas con más calma - y al final de la jornada, cuando el plan de negocios está listo y el análisis financiero indica que el emprendimiento es totalmente viable, ¡ponen todo tipo de pretextos para no emprender nada!

En cambio, el primer grupo de personas es totalmente distinto. Piden algunas sesiones de asesoría para resolver dudas precisas sobre aquello que desean emprender - usualmente temas relativos a ventas, mercadotecnia y finanzas - pero ninguna de ellas enfoca su atención en un plan de negocios (salvo que vayan a requerir financiamiento externo). Desde la primera sesión, pasan a la acción, es decir a lo mejor se les pide hacer un pequeño análisis del mercado, y a la siguiente sesión no sólo hicieron un pequeño análisis de mercado, sino que efectuaron una prueba de la comercialización del producto o servicio. Jamás postergan sus sesiones y son la gente más puntual. Y se podría decir que hasta me ¡corretean! para terminar lo antes posible porque necesitan ya su emprendimiento en marcha. Es gente que tiene un alto entusiasmo y pasión y le urge pasar a la acción. En otras palabras, un poco de ajuste aquí y allá y ¡se avientan del paracaídas!

Así que la moraleja es muy sencilla, no importa si tu sueño ya es una meta, si estás usando todos tus sentidos para conseguirla y si estás enfocando tu atención en lo positivo. Si no pasas a la acción ¡jamás vas a lograr tu meta!

Tienes que generar un plan de acción y comenzar a “hacer algo” aunque sea muy pequeño.

Retomando el sueño de viajar a la selva del Amazonas. Supongamos que has investigado que tu recorrido por el Amazonas tendrá un costo de \$10,000.00 USD (que para un latinoamericano común y corriente créanme es una cantidad de dinero bastante considerable – en México eso equivale a unos 200,000 pesos). Y supongamos que tus ingresos mensuales son de 500 USD (unos 10 mil pesos mexicanos).

Por lo tanto, pasar a la acción puede significar decidir cuánto dinero apartar cada mes para poder ahorrar y juntar los 10 mil USD necesarios para el viaje. Y es muy probable que, con esos ingresos y tu nivel de gastos mensuales, a lo mejor sólo puedas ahorrar un promedio de 15 USD por mes. Es decir, al año sólo podrás acumular 180 USD. Por lo que, si sigues a ese ritmo de ahorro, te tardarás más de 55 años en irte de viaje.

Por lo que no basta con el ahorro y tienes que generar acciones concretas para poder incrementar tus ahorros y cumplir con la meta de irte de viaje a más tardar en 7 años. ¿Qué acciones? Las que tú definas. Trabajar tiempo extra, poner un pequeño negocio de fines de semana, cuidar niños, etc.

Lo importante es pensar en qué paso vas a dar a continuación y hacerlo. Y en ese momento, ten por seguro que algo va a suceder que te impulse hacia tu meta.

RAZÓN NÚMERO CINCO

“Dime con quién andas y te diré quién eres”

La gente más exitosa del mundo, se rodea de gente más exitosa que ellos. Mientras que la gente fracasada, parece atraer a gente aún más fracasada que ellos.

La última poderosa razón por la cual no logras tus sueños es que estás rodeándote de gente inadecuada, que drena tu energía y te aleja de tus metas.

¿Por qué sucede esto? Por muchos factores, pero en resumen te puedo decir que se trata de 3 factores principales:

- a) Te falta amor propio.
- b) No has establecido límites en tus relaciones con los demás.
- c) Tienes rechazo al cambio.

Si te falta amor propio jamás vas a lograr realizar tus más grandes sueños, ya que por dentro tu subconsciente te está diciendo que *¡no vales nada!* Y *¡estás mal!* Y muchas veces eso hace que la gente que te rodea te demuestre que esto es cierto. Seguramente acabarás en una relación de pareja que no te ayuda a crecer y en la cual acabarás sintiendo que has perdido el tiempo. O bien, en caso de no tener una relación de pareja, acabarás rodeado de familiares o amigos negativos que refuerzan esas ideas de tu subconsciente. La gente es tu espejo, y la negatividad que ellos te muestran es justamente tu reflejo. Así que debes comenzar a tener un poco más de amor hacia ti.

Por otro lado, si no eres capaz de poner límites, la gente pensará que tiene todo el derecho de diseñar tu vida a su antojo, para que tú te amoldes a ellos y sea placentero para los demás estar contigo.

Para poner límites en cualquier relación es muy importante saber qué quieres en realidad y qué es permisible para ti y qué no. Y una vez que tienes claro lo anterior, cuando alguien intenta rebasar esos límites, debes tener el valor para decir NO. Y lo debes hacer justo en el momento que intentan rebasar ese límite - tal como lo hacían papá y mamá cuando te descubrían en plena travesura-, sin necesidad de alzar la voz ni de enojarte. Sino simplemente algo como: *“sabes no estoy de acuerdo con esto porque para mí esto es lo importante. Respeto tu punto de vista, pero eso no va conmigo”*.

En el momento en que pones los límites, puede ser que muchos de tus supuestos queridos familiares o amigos decidan apartarse de tu lado, así que antes de ponerte a llorar por su partida ¡da gracias a la vida!, porque te has liberado de gente que no te suma pero que sí te resta y mucho.

Finalmente, es importante señalar que muchas veces nos rodeamos de gente inadecuada porque tenemos mucho miedo a cambiar de círculo social, perdiéndonos así muchas oportunidades de conocer a gente que nos puede ayudar a realizar nuestras metas.

Así que ¡hazte un favor! Deja de frecuentar a esos familiares y amigos que no te suman y cambia de círculo social.

En mi experiencia, al conocer gente nueva debes prestar atención a tus sentidos, pero sobre todo a eso que denominamos el “sexto sentido”. Si una persona que acabas de conocer no te agradó, es porque seguramente no es alguien que sumará algo positivo a tu vida. Tal vez tengan un mensaje para ti, pero nada más, así que escucha el mensaje – o aprende la lección – pero no te quedes ahí, sigue buscando y encontrarás gente que te apoye a subir la escalera y en muchos casos te topará con gente que te empuja para que subas los peldaños más difíciles. Así que ¡date la oportunidad! y cambia de círculo social o por lo menos amplíalo un poco.

Ahora es tiempo de pasar a la Acción, así que ¡manos a la obra!

I. El Poder la Visión

Recuerda que si no estás logrando tus más grandes sueños es porque:

- a) No has definido un tiempo para ello.
- b) No estás usando todos tus sentidos.
- c) Te estás enfocando en lo negativo.
- d) No te atreves a aventarte del paracaídas.
- e) Te estás rodeando de gente que te resta y no que te suma.

Así que por favor *¡atrévete a cambiar!*

Relájate y responde lo siguiente:

¿Qué te impide lograr tus sueños? ¡Se brutalmente honesta!

De qué personas o situaciones te debes mantener alejada para poder lograr tus metas.

Qué días y a qué hora te vas a dedicar al logro de tus metas:

II. El Tablero de la Visión

Ahora procede a elaborar tu Tablero de la Visión. Para ello primero responde lo siguiente.

Recuerda que no hay respuestas buenas o malas, pues este trabajo es 100% personal.

¿Cómo te visualizas en 10 años?

¿Qué te gustaría lograr en 10 años en cada una de las siguientes áreas?

DINERO:

AMOR:

SALUD:

TRABAJO:

¿Por qué es importante para ti cada sueño?

DINERO:

AMOR:

SALUD:

TRABAJO:

Con base en las respuestas anteriores, busca imágenes que representen lo que deseas en cada área, y procede a armar tu tablero.

Y recuerda:

1. Tómate una foto que te empodere.
2. Usa frases, decretos u oraciones que verbalicen las imágenes.
3. Observa tu Tablero al menos 2 veces al día y repite con entusiasmo y actitud expectante tus decretos, frases u oraciones.
4. No dejes que nada ni nadie interfiera con tus planes.
5. Está prohibido el autosabotaje.

III. Tu Plan de Acción

Es momento de escribir tu Plan Anual, así que manos a la obra.

En esta semana elige el formato que más te agrade (analógico o digital) y redacta tu plan.

Para cada área, tu Plan debe tener los siguientes campos:

ÁREA: _____

OBJETIVO ANUAL:

--

Por cada proyecto:

PROYECTO:	
SUBPROYECTO:	
TAREAS:	

Una vez elaborado tu Plan, ¡cada semana agenda las tareas de tu visión!

Gracias

“Un viaje de mil millas, comienza con un primer paso”
Lao Tsé

Espero que esta guía te ayude a emprender ese negocio con el que estás soñando.

Por lo que te voy a dar un consejo adicional, ¡mínima inversión, máximo rendimiento!

Es decir emprende con los recursos que tengas, de preferencia no busques un préstamo. Si sólo tienes \$100 pesos, inicia con eso y busca cómo esos \$100 pesos te pueden dar el máximo rendimiento.

Todos los que hemos emprendido hemos seguido esta máxima, y la seguimos día a día.

Fue un placer y te deseo mucho éxito. Cuando tengas tu negocio, ¡avísame!, prometo recomendarte si percibo tu empeño.

Nadia Montes

GMO Consultores

<http://www.youtube.com/c/NegociossinComplicaciones>

<https://www.gmo.com.mx>

info@gmo.com.mx

+52-722-773-15-65