



1ª LEY

APRENDERÁS A CONOCERTE DÍA CON DÍA, PARA IDENTIFICAR PERFECTAMENTE CÓMO FUNCIONAS.

El éxito de cualquier persona radica, en qué tan capaz es para entender, controlar y desarrollar su autoconocimiento.

Entre más grande sea el conocimiento sobre tu persona, como lo son tus talentos, habilidades, sentimientos, ¿qué es lo que te apasiona?, incluso debilidades... al identificar claramente todo esto, tu capacidad mental se incrementará cada vez más y podrás reaccionar, planear y generar estrategias de vida de una forma más inteligente y positiva.

Porque en este mundo, existirán muchas cosas que no podrás controlar, como los factores externos; gente, clima, situaciones inesperadas... pero hay algo que sí tienes el poder de manejar, esto es, cómo te afectan y cómo reaccionas a esos factores externos.

*"Hombre que domina al hombre es admirable,
hombre que se domina a sí mismo es invencible"*

-Friedrich Nietzsche-

Escritor, poeta, filósofo y músico alemán.

Uno de los pensadores más influyentes del siglo XIX.

A lo largo de nuestra vida, conoceremos gente que nos enseñará partes fundamentales para vivir y desarrollarnos como personas, cuando somos pequeños, pasamos por la escuela, por diferentes clases, entrenamientos, maestros que nos van enseñando desde cómo hacer una suma, una resta, conocer parte de la historia, pasando por la física, química, y muchos otros conocimientos.

Al combinar esto con las vivencias y enseñanzas del día a día de nuestra familia o nuestros más allegados, esto será una parte muy importante de lo que formará nuestra esencia como personas, pero aquí hay algo realmente interesante, esto es, que tú... sin importar de donde vengas, sin importar lo que tengas, tienes el poder de decidir hasta dónde quieres llegar.

Una de las principales características de los más grandes conquistadores y creadores de la historia en el mundo, es que han desarrollado una capacidad para saber qué es lo que quieren, hacia donde se dirigen, por qué lo están haciendo y cómo lo van a lograr... Cuando logres tener en tu mente todo esto tan claro, es cuando te convertirás

en alguien imparabile, pero para lograrlo hay un primer paso, este es, descubrir la llave, una llave tan importante que al irle dando forma con cada una de las Leyes, te ayudará a abrir todas las puertas que quieras, con la que podrás cambiar el rumbo de toda tu vida.

Esta llave está dentro de ti y tiene un nombre... **“aprender a conocerse”**, realmente suena fácil, cualquiera podría decir; “eso es sencillo... aprender a conocerte... tener un pleno control de tu persona es fácil”. Lo cual es completamente erróneo.

La situación es que ni en la escuela, ni en nuestra casa nos enseñan cómo conocernos a nosotros mismos, nadie nos enseña a obtener esta llave, nadie nos dice cómo encontrarla, cómo descubrirla. La gran mayoría de las personas dejan esta responsabilidad al tiempo... ¡y sí!, el tiempo y las experiencias te acercarán cada vez más a esta llave (autoconocimiento), lo lamentable es que hay personas que nunca llegan a encontrarla. Pero con este sistema tú puedes acelerar este proceso y ganarle al tiempo; indiscutiblemente habrá puertas que solo las experiencias te permitirán abrir, pero con esta llave en tus manos (**aprendiendo a conocerte**), el proceso será mucho más rápido y divertido.

Esta es una de las grandes diferencias entre los que alcanzan lo que quieren, y los que se quedan en el camino solamente deseando; entre los que disfrutan su vida, y los que se la pasan quejándose de ella. Porque recuerda y analiza cuántas veces ni si quiera tenemos idea de qué es lo que nos está sucediendo, o qué es lo que sentimos en ciertas situaciones,

esto no quiere decir que esté mal, lo que pasa es que nadie nos ha dicho, nadie nos ha enseñado que la primera persona que tenemos que conocer, es a nosotros mismos.

Tales de Mileto, quien fue uno de los primeros impulsores de la investigación científica en Grecia decía...

“Lo más difícil del mundo es conocerse a uno mismo”

Conocerse a uno mismo es:

Saber cuándo estás contento, ¿por qué lo estás?, cuando estás triste o preocupado, identificar ¿qué es lo que te está pasando?, cuando te enojas, cuando te estresas, cuando sientes miedo, o cuando en algún momento estás nervioso, conocerse es saber perfectamente qué es lo que está causando que tengas ese estado de ánimo.

Hay algo muy importante en esta vida, y es que nadie puede controlar las circunstancias externas, todo lo que pasa a nuestro alrededor, pero hay algo que sí tienes la capacidad de controlar perfectamente, esto es cómo te afectan esas circunstancias, ya que tú eres quien decide si vas a permitir que te causen molestia, enojo, que te den risa, que te alegren o incluso si es algo aparentemente malo, aprender a asimilarlo, entenderlo y vivirlo de una manera positiva, ese es el gran poder que tiene tu mente... pero por lo regular, lo primero que hacemos es ceder ese poder a las circunstancias o a personas que no valen la pena, dejando que influyan en nosotros y en nuestra vida, ¡y tiene que ser todo lo contrario!, ¡ese poder es tuyo!, tú eres quien va a dominar, al decidir si te afectan o no y cómo responderás a estos factores externos.

-El cantante 50 Cent-

-Quien se inició en la calle escribiendo música, después se convirtió en cantante, de cantante a productor, de productor a empresario, y quien hoy en día es uno de los empresarios más exitosos de EUA, él siempre se ha caracterizado por poseer una mentalidad muy fuerte- Él decía...

“Todo lo malo tiene algo positivo, todo lo malo que me pasa lo convertido en bueno, esto significa que nada puede afectarme”.

Desde la antigüedad el autoconocimiento ha sido un tema fundamental, el cual impulsó a los más grandes filósofos griegos a darse cuenta, de la importancia de conocerse a uno mismo.

Sócrates, considerado uno de los más grandes filósofos en la historia, tenía un grupo de discípulos a los cuales les transmitía su conocimiento. Entre sus pupilos se encontraba Platón, él y los demás le hacían preguntas a Sócrates, de cómo podían encontrar las respuestas al sentido de la vida, desde: ¿por qué estamos aquí?, ¿cuál es la finalidad de estar en el mundo?, hasta ¿por qué llueve?, ¿por qué sale el sol?, una serie de preguntas que ayudarían a la sociedad a entender mejor el entorno, pero en el momento en que esos discípulos comenzaban a preguntarle todo esto a Sócrates, él de inmediato les contestaba lo mismo a cada uno, les decía... vayan al templo de Apolo en Delfos y ahí encontrarán la respuesta.

La gran mayoría de los alumnos se quedaban desconcertados y en seguida iban a visitar ese templo, para sorpresa de ellos, Sócrates hábilmente, mandó grabar en la entrada del templo, la frase (γνῶθι σεαυτόν) **“Conócete a ti mismo”**,

esa era la respuesta que quería transmitirles, si estás buscando respuestas externas, lo primero que tienes que hacer es conocerte. Cuando te conoces es cuando tienes una mayor capacidad para entender el exterior y el entorno que te rodea. Él sabía que esta era la clave de todo, empezar con uno mismo, esa era una de las lecciones más importantes que Sócrates compartía con su gente.

Quise compartirte esta anécdota, de una de las personas quien es considerado como uno de los filósofos más sabios de la historia, porque con esto te puedes dar cuenta, que el autoconocimiento es la llave para lograr cualquier objetivo que te propongas, pero esto va mucho más allá de lo que parece, no solo es... ¡ya me conozco y listo! Este es un proceso que dura toda la vida, pero lo interesante, es que cuando aprendes a disfrutar este proceso, transformará por completo cómo te ves a ti mismo, cómo ves a la gente y cómo ves tu entorno, esto te permitirá ir un paso más adelante de cualquier otra persona, y lo más importante, te dará una gran ventaja ante tu contrincante más fuerte... ¡TÚ! En el momento en que tengas la capacidad de analizar cuáles son tus áreas de oportunidad, cuáles son tus talentos, ¿qué quieres modificar?, ¿qué valores puedes agregar a tu persona para ser cada vez mejor?, te darás cuenta que puedes hacer posible cualquier cosa que quieras, pero tienes que estar preparado, porque esto en algunas ocasiones te costará trabajo, esto solo dependerá de ti, de controlar tus emociones, tus sentimientos y seguir en este camino, en este proceso para convertirte en el mejor TÚ que puede existir.

Esta competencia solamente es contigo, nadie más, aquí no existen las comparaciones, ¿quieres compararte? Revisa quien eras ayer, para que hoy superes a esa persona. Cuando sabes perfectamente que la competencia es contigo, esto te permite estar bien con los demás, y por ende, podrás tener un mejor control de cómo reaccionas a todos esos factores externos.

Conforme vayas avanzando en la lectura, durante cada una de las siguientes Leyes, encontrarás una respuesta a algo que has estado buscando en ti, que quizás no habías encontrado, y que siempre ha existido en tu interior.

¿Cómo conocerme?

3 estrategias

1ª

DARNOS UN TIEMPO PARA PENSAR Y ANALIZAR.

En la actualidad el tiempo, es uno de los recursos no renovables más preciados que existen y tienes que aprovecharlo al máximo, porque con el ritmo de vida que llevamos es difícil, ¡mas no imposible!, porque normalmente siempre nos damos tiempo para todo... para los amigos, el trabajo, entrenamiento, para la novia o novio, para la diversión... pero, ¿cuántas veces destinas tiempo a la persona más importante? Y, ¿quién es esa persona?... ¡TÚ!

Por lo regular cuando no estamos bien, cuando algo nos preocupa o estamos tristes, ¿sabes qué es lo que hacemos inconscientemente?... Buscar distracciones: cada uno de nosotros somos distintos, buscamos distracciones diferentes, puede ser comida, fiesta, alcohol, cigarro, dormir... sin embargo, por qué cuando algo anda mal en nosotros, no nos dedicamos mejor a comer bien, hacer tarea, trabajar en nuestros proyectos, terminar nuestras responsabilidades, algo pendiente que tengamos, o incluso hacer ejercicio.

¿Por qué razón sucede esto?, ¿por qué tenemos una tendencia a la autodestrucción o a la depresión?... Porque normalmente siempre buscamos lo más fácil, lo que aparentemente nos da placer momentáneo, porque esto nos mantiene aunque sea por un momento, alejados de lo que nos está afectando, ¿y sabes por qué hacemos esto?... **Porque ni siquiera sabemos realmente qué es lo que nos está pasando.**

Para lograr entender qué es lo que te está pasando, tienes que buscar momentos en donde puedas estar contigo al 100%, para poder iniciar un diálogo interno y puedas analizar todo tranquilamente.

2^a

HACERTE PREGUNTAS

Piensa por un momento... ¿qué es lo primero que hacemos para conocer a alguien?... Le hacemos preguntas: ¿cómo te llamas?, ¿cuál es tu comida favorita?, ¿qué color es el que más te gusta?, y conforme queremos conocer

más a la persona le vamos haciendo preguntas más profundas. Tenemos que seguir la misma estrategia con nuestra persona, la de hacernos preguntas: ¿por qué me siento así?, ¿por qué estoy triste?, ¿por qué no tengo ganas?, ¿qué me afecta?, ¿por qué reaccioné así?, ¿estoy contento con lo que hago?, ¿amo mi trabajo?, ¿me llena al 100% lo que estoy haciendo?, tenemos que preguntarnos y analizar profundamente cada cosa que nos sucede, y cómo nos sentimos, porque cuántas veces nos hemos comportado de una forma y después nos damos cuenta que no queremos ser así, y que lo que hicimos o dejamos de hacer está mal. Al hacerte estas preguntas empezarás a entenderte mejor, ¡tienes que volverte experto en saber cómo funcionas!, recuerda que la comunicación es contigo, todo esto es el inicio del autoconocimiento.

Quiero ponerte este ejemplo:

Cuando vas de compras y llegas a una tienda de ropa, ves alguna prenda que te gusta "un saco", entonces ¿qué haces?, te acercas a la persona encargada de esa área y le pides que te traiga un saco talla mediana en color azul, esta te contesta; ¡sí claro!... Tú sigues viendo la demás ropa, de pronto llega y te dice: aquí está. Pero al verla te das cuenta que es un saco negro talla extra grande... ¡te sacas de onda!, porque eso no fue lo que tú pediste.

Entonces le dices a esta persona; discúlpeme pero yo no le pedí ese saco, yo le pedí un saco talla mediana en color azul, y esta persona muy amable te dice ok, si claro en un momento se lo traigo, nuevamente tú sigues viendo la ropa y entonces llega con un saco extra chico rosa... te sorprendes y te preguntas ¡¿qué le pasa a esta persona?!

Y justo en ese momento pasa el gerente, y le comentas, lamento molestarte, pero uno de tus empleados no me está atendiendo como se debe, he pedido dos veces un saco en talla mediana en azul y me han traído otras cosas.

Si estuviera en ese mismo momento el director o el dueño de la tienda, le presentarías también tu queja, no con el afán de que regañen a la persona, sino para que el Gerente, Director o Dueño, se den cuenta de las fallas que están teniendo y puedan corregirlas, porque esa es su responsabilidad y su función... ¿Estás de acuerdo?

Ahora me gustaría preguntarte, si algo anda mal en tu vida o no estas logrando lo que quieres, ¿quién sería la primera persona a la que tendrías que presentarle la queja? ¡Claro... a ti!, tú eres la primera persona a la que tienes que preguntarle; ¿qué es lo que está pasando?, ¿por qué no has logrado lo que quieres?, lo que te has propuesto, ¿has cumplido todo lo que has dicho?, porque aquí tienes una gran ventaja, tienes línea directa con el Dueño, ¡ese dueño eres tú!... Si algo no anda bien, si no estás feliz, pregúntatelo y analiza qué es lo que tienes que hacer, para cambiar lo que está pasando y lograr lo que quieres, porque tú eres el Dueño y Director General de tu vida... ¡y único responsable!

Analiza y busca dentro de ti cuáles son tus talentos, cuáles son tus habilidades, porque de esta forma sabrás identificar cuáles son tus fortalezas, y al conocerlas te sentirás más seguro, esto comenzará a elevar cada vez más tu confianza.

Al igual que tienes que buscar y analizar cuáles son tus fortalezas, también tienes que tener esa fuerza y carácter, para no engañarte y poder identificar cuáles son tus debilidades, cuáles son tus áreas de oportunidad y en qué puedes trabajar para mejorar. Cuando tienes en tu mente muy claro tanto lo positivo como lo negativo de tu persona, esto te permitirá conocer perfectamente todo tu ser, para explotar al máximo todas tus habilidades, y así podrás crear tu plan de vida, combinando lo que te apasiona y en lo que eres bueno, de esta forma el margen de error o fracasos disminuirá. (Te hablaré más a fondo de este tema en la 4ª Ley)

"Todos somos unos genios, pero si juzgas a un pez por su habilidad de escalar un árbol, vivirá toda su vida entera creyendo que es estúpido".

-Albert Einstein-

Físico y científico alemán.
Premio Nobel de Física (1921).

3^a

ACCIÓN MASIVA SEGUIR EN CONSTANTE MOVIMIENTO

Ya que identificaste qué es lo que quieres, qué es lo que quizás te ha detenido, lo que hasta ahora estás haciendo de modo incorrecto, o lo que has dejado de hacer para seguir avanzando hacia tus objetivos.

Lo siguiente es dar un paso hacia adelante, ese primer paso que no todos se atreven a dar, ese pequeño paso, pero que puede transformar para bien toda tu vida, cuando encuentres en ti esa gran fuerza y carácter para darlo, esto te permitirá seguir en movimiento, manteniendo en todo momento una **Mentalidad De Tiburón** para poder formular un plan, para armar estrategias, enfrentar, buscar soluciones, para resolver cualquier problema que se te presente, siguiendo siempre hacia adelante.

¡Todo esto es tomar acción masiva!

“Recuerda que hay tres tipos de personas en el mundo... Las que hacen que las cosas sucedan, las que miran como suceden las cosas y las que se preguntan ¿Qué fue lo que sucedió?”

-Nicholas Murray-

Político, filósofo y catedrático estadounidense.

Premio Nobel de la Paz (1931).

¿Qué tipo de persona quieres ser tú?