

Néstor Álvarez

Autoayuda y Superación

SER EXCELENTE

HACIA LA VERDADERA TRANSFORMACIÓN PERSONAL



Néstor Álvarez

El ser excelente

Hacia la verdadera transformación personal.

Néstor Álvarez
Lima – Perú

Primera edición en bolsillo: febrero 2014

© EL SER EXCELENTE
NÉSTOR ROBERTO ÁLVAREZ RODRÍGUEZ
Edición: Nestor R. Álvarez R.
Diseño y diagramación: Javier Álvarez
Ilustración: Javier Álvarez
Dirección Jirón Riobamba 2853-SMP 2007
Tiraje: 250 Primera Edición

Editor General: Néstor Álvarez
Impreso en el Perú/ Printed in Perú
Editorial Enigma, 2014
Teléfono: 984 355 238
RUC: 10095560577

“Reservados todos los derechos,
amparados por DL.822(Ley sobre el derecho de autor)
y por leyes internacionales que protegen
la propiedad intelectual”

Comentarios escribir al autor Email:
elgurudelriqueza@hotmail.com
editorialenigma@hotmail.com

Introducción

Querido lector ¿cómo estás? Te saludo con afecto, respeto y consideración. Espero lo mejor para ti, por eso escribí este libro, para que te sirva de ayuda en las tareas que emprendes a diario. Pensé también en lo bueno de alcanzar la excelencia; palabra muy usada por autores; sin demasiada carga. Creo y estoy convencido que para alcanzar lo que antes acabo de escribir, solo se necesita aprender con responsabilidad, practicar conscientemente y sobretodo, creer en ti mismo. Para esto, deberás dejar de lado poco a poco, los malos aprendizajes que la sociedad, medios de comunicación entre otros, han influido de manera negativa en ti. Creencias equivocadas. Erradas. Tendrás que programar tu mente con nuevos aprendizajes: positivos y, claro, con respeto a tu persona y hacia los demás.

Querido lector, dejo en tus manos “El ser excelente” y espero, estoy seguro, pronto empezarás a sentir y a saborear, el ser excelente.

Con la amistad de siempre:
Néstor Álvarez

Mensaje

**“Siembra una acción y cosecharás un hábito;
siembra un hábito y cosecharás un carácter;
siembra un carácter y cosecharás un destino”**

William James

PRÓLOGO

“Aquellos que creen que no puede, rechazan lo positivo”

Hoy en día se escucha decir: “hay que ser competitivo”; “hay que ser excelente”, etc. entonces, empecemos por definir qué es ser excelente, ¿estás de acuerdo conmigo?, ¡bien!. La idea de excelencia equivale a “sobresalir”, originariamente con el sentido de situarse físicamente por encima de los demás. Algo así como estar más elevado, como que estando arriba puedes ver más lejos. También podemos definirlo como: ser superior, sobresalir, ascender, estar en la cumbre, en la colina, pues eso significa el elemento verbal “cellere” que representa la idea de ascender. Dejemos la cuestión semántica del término y vayamos al grano como dice el dermatólogo. ¿Quiero ser excelente? ¿Qué debo hacer? Ahí vamos... para ser excelente no basta con decir “¡soy excelente!”, como cuando estás en un curso de superación y el entrenador (coach) te diga: repite conmigo: ¡soy excelente!, ¡soy el mejor!, pero, eso no basta, de ninguna manera. Para alcanzar la excelencia hay que cumplir ciertos requisitos, como quien postula a un puesto de trabajo. Debes cumplir con lo

que se te pide. Veamos la siguiente explicación. Una de las aplicaciones más obvias de la excelencia, es la educación, cuando hablamos por ejemplo, de las buenas calificaciones y los excelentes resultados académicos que podamos obtener. Sin embargo, esta no es la única manera de aplicar la excelencia en nuestras vidas, se puede ser excelente en muchos aspectos diferentes al estudio. Se puede tener una excelente relación de pareja, y propender mejorar cada vez más los resultados en términos objetivos, buscando siempre alcanzar un punto de plenitud. Se puede buscar tener la excelencia, en los emprendimientos propios, en los proyectos o ideas de negocios y en las finanzas en general. También es posible alcanzar la excelencia en las relaciones personales, llegar a ser excelentes comunicadores, e incluso aprender y dominar el arte de la persuasión (que por cierto, no tiene nada que ver con cosas negativas como la manipulación o el lavado de cerebro). Bien mi querido lector o lectora entonces te hago la siguiente pregunta ¿en qué campo quieres alcanzar la excelencia? Para lograr la excelencia en todo o casi todo depende mucho del conocimiento y la práctica de ciertos elementos. En el siguiente capítulo vamos a ver estos elementos.

I SER EXCELENTE

SER EFICAZ Y EFICIENTE

“Las grandes aspiraciones nacen de una mente centrada en el logro de objetivos y metas bien definidas”

“**Eficaz**, es alcanzar una meta o un objetivo, cualquiera que sea y como sea, inclusive aunque te tardes; el fin es que lo cumplas”.

“**Eficiente** se traduce como "hacer más con menos"; eficiente es cuando se optimizan todos los recursos, por ejemplo: alcanzar las mismas metas en menos tiempo de lo esperado, cumplir más metas en el tiempo establecido, hacerlo con menos dinero o recursos de lo programado, etc”.

¿POR QUE SER EXCELENTE?

Porque como ser humano tu obligación es ir perfeccionándote día a día para mejorar y así, sentirte bien. Sin embargo, debes tener presente lo siguiente:

QUE HE RECIBIDO DEL MUNDO

- a.-Genes
 - b.-Constitución
 - c.-Historia
 - d.-Familia
 - e.-Educación
 - f.-Valores/Cultura
 - g.-Oportunidades
 - h.-Aspectos positivos y Negativos
- y todo esto constituye nuestras vivencias.

QUE EMITO AL MUNDO

- a.-Amor dado
- b.-Agresión
- c.-Atención ofrecida
- d.-Indiferencia
- e.-Oportunidades
- f.-Limitaciones

Del cual tomo mis decisiones.

De estas dos listas dependerá lo que quieres de ti. Porque ello te ayudará alcanzar tus objetivos y metas. A través de:

- 1.-Crear un lazo de confianza.
- 2.-Ser Transparente.
- 3.-Autoapertura, autorrevelación.
- 4.-Trabajar el Aquí y Ahora.
- 5.-Apelar y ... esperar

“Renunciar a la magia, al misterio y a la autoridad.”

Ser excelente te ayudará en el concepto que tienes de ti mismo y así alcanzar la felicidad interior.

Reflexionemos:

“Me preocupa mucho como rasgo de este tiempo la degradación del concepto de felicidad. Hoy tenemos una tendencia muy marcada a convertir la felicidad nada más que en un estado de placer. Nos hemos olvidado de aquel viejo concepto griego y judeocristiano que asociaba la felicidad a un proyecto de vida y a la paz de la conciencia, una paz que se lograba con la certeza de haber trabajado por ese proyecto. Por lo tanto, esa felicidad podía muy bien convivir con el sufrimiento y aún con el rechazo colectivo, que suelen ser lo contrario de lo que busca el placer”.

Tomás de Mattos

Ser excelente es encontrar el verdadero sentido de la vida. El camino correcto. La senda hacia nuestra paz interior. Si el hombre reprime la búsqueda de sentido o no lo encuentra, puede invadirle una sensación de vacío existencial.

Una existencia significativa y excelente trae: paz

espiritual, estabilidad mental y la capacidad de desarrollar un proyecto de vida auto trascendente.

Tener la mente positiva, mente libre de pensamientos nocivos, libre de ideas equivocadas e irracionales como por ejemplo el decir: “soy mejor que otros...” Es una idea irracional.

Se puede alcanzar la excelencia en el hablar, en el pensar, en el vestir, en los modales, en el trato con los demás, en la conversación alturada, en la moderación ya sea, al comer, al opinar, etc. Esto es ser temperantes, ser temperantes es ser excelentes.

Ser temperantes: es ser moderado, sobrio, armónico y tener buena disposición para hacer el bien; lo que nos compete, en todo campo, es esforzarnos cada día por conseguir lo que aspiramos.

II

Ser excelente sacado de la ficción

“Aprende a distinguir los hechos de la fantasía, la realidad de la ficción. Y aprende después la diferencia que existe entre los hechos que son importantes y los que no lo son”

Hay innumerables textos que nos hacen mención al término excelencia y nos dan, incluso, recetas. ¿Has leído alguno de estos libros? Yo también; sin embargo, te quiero hacer una pregunta ¿has logrado la excelencia? o te sientes igual. Bueno de esto se trata de darnos cuenta que el camino hacia la excelencia no es tarea fácil, se necesita mucha concentración, voluntad, deseo de ser mejor cada día. No se trata de decir ahora “voy a cambiar” y luego dejas atrás esta promesa. Vemos en los medios de comunicación mucha gente que triunfa; sin embargo, generalmente es fantasía lo que nos venden pues, detrás de esas imágenes, hay un ser humano que sigue luchando y buscando la receta ideal. Algunos ya de tanto aletear,

terminan por quedarse ahí. Bueno ¿entonces qué? aclaremos algo. Luchar, luchar y luchar es la idea, con estrategias prácticas y seguras; para ello, debemos aprender a estar motivados, entusiasmados. Ya sé que todos los días no son iguales, ya lo sé, hay días en que despertamos un poco cansados, ya sé que hay días en que terminamos agotados o malhumorados... y qué, eso le sucede a todos, por eso somos seres humanos: sentimos. Tenemos sentimientos, emociones... Volvamos al punto. En esta vida, que es un regalo maravilloso del creador, hay: un modelo real y un modelo simbólico: vivimos más imbuidos en el modelo simbólico. Este tiene dos componentes: lo verbal (así nos comunicamos) y lo plástico (medios de comunicación que crean una irrealidad espantosa) bueno, entonces te hago una pregunta, ¿para ser excelente? ¿qué debemos hacer? Vivir en el mundo real. ¿Quién eres? ¿qué tienes? ¿qué aspiras? (En este mundo real). Ahora vamos a ver en que campos debemos alcanzar la excelencia. Como vimos en el capítulo uno, podemos alcanzar la excelencia en muchos campos pero, la idea es ser completos, ¿estás de acuerdo?

Punto uno: educación. Prepararse...

Punto dos: en la relación de pareja. Llévate bien.

Punto tres: en los emprendimientos propios, en los proyectos o ideas de negocios y en las finanzas en general, ser organizados y disciplinados.

Punto cuatro: en las relaciones personales, llegar a ser excelentes comunicadores, e incluso aprender y dominar el arte de la persuasión.

Punto cinco: en tu relación interpersonal e intrapersonal. Para ello ten claro tus principios y valores.

Para lograr la excelencia en todos estos campos se necesita de los siguientes componentes:

- 1.-Mente positiva y abierta.
- 2.-Voluntad y deseo de superación constante.
- 3.-No dejarse vencer tan fácilmente.
- 4.-Ser perseverante y constante en las ideas.
- 5.-Cuidar nuestro aspecto personal.
- 7.-Leer libros de superación personal y practicar lo aprendido.
- 8.- No dejarse llevar por los demás ni por las informaciones irreales de los medios de comunicación.
- 9.-Creer en uno mismo.
- 10.-Dejar de dar tantas vueltas y ACTUAR.

III

Seguridad en ti mismo

“La grandeza está reservada para aquellos que desarrollan un ardiente deseo de alcanzar objetivos elevados”

Hay dos maneras de alcanzar la seguridad en uno mismo: con nuestro propio esfuerzo o con la ayuda de un especialista. Hay muchísima gente que lo ha logrado por sí mismo: lecturas y acción, tomar conciencia y centrarse en la realidad, creer en uno mismo. Por otra parte, si crees que necesitas la ayuda de un especialista, puedes inscribirte en un buen curso de Desarrollo Personal. No solo es una ayuda, es una excelente dosis de fortaleza y energía que irás incorporando a tu propio ser. Bueno, aquí voy a ser claro: no todos los cursos tienen entrenadores (coach) extraordinarios, por ello, te sugiero buscar hasta encontrar el capaz y bueno que pueda ayudarte en tu desarrollo personal y no te defraude. Te aseguro que llegarás a ser otra persona(me refiero a tener una mente más firme). Te ayudará a tener seguridad

en ti mismo y, para iniciar el camino hacia la excelencia es urgente que puedas llevar este curso maravilloso. Sin embargo no voy a dejarte sin antes darte algunos alcances:

1.-Seguridad es tener completa convicción de quien eres realmente, no me refiero al género, me estoy refiriendo a tu mundo interior, que vale decir, muy pocos lo conocen.

2.-Es conocer a profundidad dar respuesta a la pregunta ¿quién eres? ¿Te conoces realmente? ¿Cuál es tu propósito en esta vida?

3.-Es dejar a un lado los “apegos” reconociéndolos y transformándolos en libertad plena.

4.-Es llegar a ser persona. Te recomiendo que leas mi libro “El ser persona”.

Es importante también practicar la asertividad y la resiliencia.

“La mejor manera de cambiar es dándote cuenta en que andas equivocado, luego buscar la manera de mejorar, luego poner en práctica todos los días las acciones positivas...”

IV

Conciencia moral

“Amar a las personas y servirles, es el valor más grande de la vida”

¿Cuáles son los valores con los que estás más identificado? ¿qué otros valores deseas agregar a tu vida personal? Reflexiona por unos minutos al respecto. Muy bien ahora te pregunto ¿para alcanzar la excelencia es importante practicar los valores? De acuerdo, entonces empecemos por uno, para mí el más importante: el respeto, a tu persona y a los demás, a la comunidad donde vives y a tu país. ¿Por qué el respeto? Pues las personas miran, escuchan y califican, ¿está claro verdad? Y hay que ser muy cuidadosos con la sensibilidad de las personas. Trata a los demás como quisieras ser tratado. Cuida lo que dices, calla cuando sea necesario. Para esto debemos desarrollar “conciencia moral”: Veamos:

a.-La conciencia moral no se confunde con la conciencia psicológica. La conciencia moral nos pone en contacto con los principios éticos. En

cambio la conciencia psicológica es ciega para dichos principios.

b.-Tenemos que aceptar que el hombre no tiene sino una sola conciencia. El hombre no posee dos conciencias.

Relación de ambas:

1.-Para la psicología la conciencia es una serie de actos como pensamientos, sentimientos, percepción, imaginación, etc.

2.- Pero, el hombre no piensa por pensar, ni percibe por percibir, ni imagina por imaginar... Todos estos se hallan orientados en cierto sentido. Lo que distingue una actitud de otra es la orientación de la conciencia a determinados valores. Si la conciencia del hombre se pone en contacto con los valores éticos, entonces, toma la actitud ética y así sucesivamente, si se dirige al valor de la verdad, asume la actitud cognoscitiva o científica: si se dirige al valor de la belleza, toma la actitud estética... empezemos por el respeto.

Persona moral

El hombre con sus actos, va dando un cierto sentido a su vida. Como dice Hartman, el hombre, por su conciencia moral moldea su vida.

La persona moral depende de sí misma. Controla sus impulsos, pasiones, emociones, etc. La conducta de la persona moral puede estar de acuerdo con los principios éticos o puede estar en desacuerdo con ellos. La persona moral, por consiguiente, no puede culpar a nadie de lo que ella ha hecho: ella ha escogido el bien o el mal y es responsable de ello. Razona y sé conciente. Sé responsable de ti mismo.

Responsabilidad

Es la posibilidad de atribuir determinados actos a una persona.

Sin embargo podemos afirmar:

- a.-Que a veces no somos responsable de algunos actos que nosotros hemos llevado a cabo.
- b.-Que la base de la responsabilidad es libertad. Dónde no hay libertad, no hay responsabilidad.
- c.-Hay responsabilidad jurídica y una responsabilidad moral. Esta última es la que una persona tiene ante sí misma y depende de lo que ella sabe de sí misma. Ser libre nos permite ser personas responsables. Esta libertad debe ser entendida como acatamiento de las normas existentes con una elevado sentido de valores éticos.

V

Antes de hacer, pensar.

“No permitas que tu actitud mental negativa, te convierta en una pieza de museo”

Piensa y reflexiona antes de hablar o de actuar. Estés con quien estés, recuerda que eres un ser humano con sentimientos, emociones y problemas. No hay que apresurarnos. Puede ser que te moleste mucho la actitud de otras personas pero, no caigas en la tentación de hacer lo que no debes. De decir lo que no debes. ¿Estás de acuerdo conmigo? ¿lo vas hacer? Correcto. Estamos iniciando el camino hacia la libertad y ésta, es la excelencia; ves que no son tan difíciles, solo voluntad y acción. Sin libertad no existe comportamiento moral. Si suprimimos la libertad y de golpe habremos destruido la vida moral.

El ser de excelencia es libre. La libertad es el carácter esencial de la persona moral. La libertad es base de la responsabilidad, y ésta es base de la sanción.

La persona moral (que es libre) es necesariamente responsable de sus actos y admite sanción (interna) por causa de ellos. Esto es toma conciencia de sus actos. La libertad no te debe atar a nada ni a nadie pues, sabes bien que el respeto hacia ti se ve en la acción del respeto hacia los demás. ¿Cómo ejerces tu libertad con respeto y responsabilidad?

a.-Guarda silencio.

b.-Medita.

c.-Calla cuando sea necesario.

d.-Defiende lo justo sin maltratos.

e.-Escucha con atención sin enojarte.

f.-Reflexiona de cada palabra que escuches y sométela a la crítica interior.

g.-Recuerda siempre que no hay persona perfecta.

h.-No te involucres en líos ajenos y muéstrate correcto.

i.-No llegues al maltrato físico ni psicológico.

j.-Sométete a las leyes que favorezcan al ser humano.

k.-Cuida tu imagen personal.

VI

Imagen vs imagen

“Una persona reacciona conscientemente a lo que para ella es deseable, creíble y alcanzable”

Cuida ese aspecto personal. Cuida la manera en que te vistes y arreglas. No es que estemos pendientes de los demás, debemos estar pendientes de nosotros mismos, del cuidado de nuestro cuerpo: debes verte bien y así te sentirás mejor. La presencia nace en el alma y se expresa en el cuerpo. Amarnos a nosotros mismos es cuidar lo que es nuestro, nuestra casa; por ello tenemos que mantenerla siempre limpia y saludable. Verse bien no es pecado, oler mal si lo es.

VII

Dime como hablas y te diré cómo te ves

“Mantenga un tono de voz agradable, module y haga pausas, la elegancia en el hablar es como la elegancia en el vestir”

¿Por qué es importante la expresión oral? Una persona que está segura de sí misma, debe demostrarlo hasta en la forma de hablar. No se trata de que hables demasiado o muy deprisa, sino, de que hables claro y preciso, sin exagerar, sin hablar demás, sin decir palabras sin sentido. Es propicio que tengamos en cuenta lo siguiente. El buen orador es aquel que dice claramente lo que piensa y siente sin ofender a los demás y calla cuando la ocasión lo amerita. Habla sin levantar la voz, con energía, haciendo pausa, con palabras positivas y optimistas; sin cuestionar ni criticar; observando a las personas y que cada palabra sea como una fuerza que lleve esperanza, gratitud y comprensión.

VIII

Di lo que piensas con valores éticos

“Si un hombre está bien, el mundo estará bien”

Lo correcto es lo correcto, lo justo es lo justo; ser veraz y decir las cosas como son, está bien. Nadie va estar en contra de lo que hables con sinceridad. Ser prudente al hablar, sensato y sincero. El respeto ante todo y la palabra empeñada. Puede que en algún momento falles, pero “errar es humano y rectificarse una virtud”.

Aquí te dejo algunas virtudes que puedes elegir poner en práctica:

- 1.-Silencio: no hables más de lo necesario.
- 2.-Sinceridad: piensa con inocencia y justicia.
- 3.-Justicia: no causes daño a nadie mediante perjuicios u omitiendo los beneficios a los que estás obligado.
- 4.-Limpieza: personal y del lugar que ocupas.
- 5.-Tranquilidad: no te inquietes por los accidentes comunes.
- 6.-Humildad: Imita a Jesús.

Puede tardar años en construir una ciudad pero,

construir nuestra propia morada personal solo depende del aquí y el ahora, nada más: decisión. ¿Estás decidido hacerlo? ¡Hazlo ya!

Reflexiones del ser excelente

La gente común mira, piensa y habla... el ser excelente, mira, piensa y reflexiona...

La gente común pasa gran parte de su tiempo haciendo cosas infructuosas... el ser excelente pasa gran parte del tiempo construyendo su propia morada personal...

La gente común tiene aspiraciones y sueños... el ser excelente tiene aspiraciones, sueños y voluntad para hacerlos realidad...

La gente común habla de riquezas... el ser excelente habla de proyectos.

La gente común se emociona por un momento... el ser excelente, se apasiona para toda la vida.

La gente común escucha y olvida... el ser excelente, escucha, toma apuntes, indaga, busca y ejecuta.

IX

La senda del ser excelente

“Toda persona posee muchas capacidades para superar sus problemas especiales”

Cada uno va construyendo su propio destino, cada uno es maestro de la escuela de su propia vida, en la naturaleza cargada de vicios y virtudes, eres tú, quien elige el camino; eres tú, quien ve, oye y obedece, el consejo, las palabras o lo dichos de la gente.

Nada más absurdo es seguir la senda que otros aplanaron.

Nada más torpe es escuchar la experiencia inútil del malvado.

Nada más sucio hacer lo que otros en contra de otros.

La escuela de la vida tiene cientos de maestros, en su mayoría, pobres ignorantes, necios y ciegos; estos ¿qué te han de enseñar? Si su vida misma ha sido, es y será un fracaso...

Apártate de estos falsos maestros, aléjate de estos inicuos;

mira a tu interior, escucha al verdadero maestro que es tu conciencia. Sigue la senda del bien y no te apartes de él.

Los caminos de la vida están llenos de misterio y sorpresa; los caminos de la vida pueden parecerse duros y difíciles; los caminos de la vida pueden presentarse con diferentes máscaras; sin embargo, debes tener presente lo siguiente, recuérdalo bien:

1.-No creas en dichos sin fundamento, la gente habla sin tener absoluta seguridad. Ten una mente científica basada en argumentos veraces.

2.-Se prudente y asegurate en todo momento de no caer en la desconfianza.

3.-Calla cuando debas, habla con propiedad y sobretodo, que tus dichos tengan carga ética.

4.-Cuando camines por la vida siéntete seguro de ti mismo. Solo de ti y tu conciencia.

5.-Muéstrate con seguridad y aplomo. Sin titubeos.

6.-Aprende con empeño y dedicación lo que te gusta y agrada y sobretodo, enseña. El ser de excelencia es siempre un maestro.

X

Los miedos que debe vencer la persona de excelencia

“Cuando usted acepta la idea de otra persona, esta idea se convierte en suya para su propio uso ¡usted la posee!”

El miedo es la respuesta a cualquier tipo de amenaza. Toda criatura viviente lo experimenta, lo siente... No es malo sentirlo, no es malo experimentarlo, hasta el mismo hijo de Dios sintió temor...

Enfréntalo con serenidad, enfrentado con una mirada firme y desafiante.

Enfréntalo con la firme decisión y aplomo de tu espíritu y alma.

Los grandes temores se han soliviantado con la fuerza del espíritu. Con la fuerza del alma y la paciencia de la mente; acumula pensamientos sanos que te ayuden a crecer.

Acumula pensamientos puros, que te ayuden a fortalecerte...

El miedo huirá de tu presencia, se alejará...
Cuando hayas sembrado en tu alma,
Cuando hayas sembrado en tu espíritu,
Cuando hayas sembrado en tu conciencia,
La seguridad y certeza de creer en ti mismo.

Un ser de excelencia

Un ser de excelencia cree en sí mismo porque ha dejado de creer en las ideas equivocadas del mundo.

Un ser de excelencia vive para sí mismo y para servir a los demás.

Un ser de excelencia lucha día a día porque para él un día es una esperanza para realizarse como ser.

XI

La felicidad

“La felicidad es una semilla que debe ser sembrada en el alma y regada todos los días con acciones positivas”

Confundes la felicidad con el placer, con la riqueza, con la comodidad, con las fiestas, los amigos, la pareja o los vicios...

Y sigues en la búsqueda de esa dicha, cada instante, cada segundo en tu largo andar, vas tras la búsqueda de ésta...

La felicidad no está en las cosas, la felicidad no está en las personas ni mucho menos en la riqueza, falsa ilusión es vivir engañado todo el tiempo...

La felicidad es la que brota de tu mente, de tu alma de tu espíritu; la felicidad es la que encuentras en la tranquilidad de tu ser, en la inacabable búsqueda del bien...

La felicidad no le pertenece a la carne ni a las cosas, es propiedad del alma, es propiedad del universo, de Dios...

La felicidad es la paz interior y la tranquilidad, es la satisfacción permanente de sentirse bien, de disfrutar cada segundo de tu existencia....

La felicidad es hacer el bien a los demás, es creer en Dios y en su grandeza omnipresente e omnipotente...

Es encontrarse uno mismo y reconocerse como tal.

¿Por qué un ser de excelencia es feliz?

Porque le encuentra sentido a la vida y gusto a la existencia. Te recomiendo que leas mi libro: “En busca del sentido de la vida”

XII

EL ÉXITO

“Dios me otorgue la serenidad de aceptar las cosas que no puedo cambiar, el valor de cambiar las cosas que pueda, y la sabiduría para poder discernir”

Muchos, cientos, miles, millones van tras la búsqueda del ÉXITO...

Esa palabra soñada, esa palabra anhelada, esa palabra deseada...

Sin embargo, pocos se han dado cuenta que el verdadero éxito está dentro de uno mismo, el verdadero éxito es el engrandecimiento personal, es el desarrollo de tus facultades, de tus habilidades y capacidades.

No hay mayor éxito que el que está dentro de ti, y en potencia descansa hasta ser despertado y pueda brillar con su propia luz.

El éxito no es una palabra que se encuentra en la esquina, que se encuentra en otros, o en cosas u objetos; el éxito es el engrandecimiento propio...

Empieza por ti, empieza por desarrollar lo que eres como persona, empieza a vislumbrar tu propia luz y descubrirás pronto el enorme poder de tu ser.

Empieza ¡ya! Empieza, no dejes pasar el tiempo en la búsqueda infructuosa del éxito allá afuera pues, no está en ningún lado, está en ti....

¿Por qué un ser de excelencia es exitoso?

Porque ha alcanzado su propia realización personal y en consecuencia el resultado de ello será el éxito social, empresarial, familiar...

XIII

EL LIDER

“No nos desanimemos... Porque no contemplamos las cosas visibles sino las invisibles; porque las cosas visibles son pasajeras y, en cambio, las invisibles son eternas”

Han aparecido cientos de programas que nos hablan de liderazgo y de líder...

Como teoría en un mundo como el nuestro, cargado de falsos líderes, resulta ser una necesidad deseada por muchos: políticos, maestros, empresarios, ejecutivos y la gente del común, van tras el aprendizaje de esta palabra LIDER...

Unos dicen que se nace, otros que se hacen; hay una realidad muy cercana al líder, y esa es, que todo líder, de cualquier ideología, debe seguir siempre una misma línea: practicar por encima de todo los valores éticos.

No hay que confundir al líder con un charlatán, un parlanchín, un comunicador, un jefe, un dictador, un mandón, un hablador o un orador; el líder enseña con el ejemplo, convence con las ac

titudes, con los hechos y a diferencia de los otros, es un caballero...

Si hasta aquí te ha parecido complicado ser un líder entonces comprenderás que ninguna ciencia, ninguna escuela, ninguna universidad creará líderes auténticos, tan solo tú eres el portador de un auténtico liderazgo: solo tus acciones hablarán de lo grande que eres y así, los demás, reconocerán en ti, la grandeza de tu espíritu de líder.

¿Por qué un ser de excelencia es un líder?

Actúa con principios y valores.

XIV

LIBERTAD Y RESPONSABILIDAD DEL SER EXCELENTE

“Tú puedes asumir el sentido y sentir que eres parte del tejido de la vida o puedes vivir en el caos y ser víctima de las situaciones”.

Viktor E Frankl

- 1.-“Libertad de hacer” y “libertad para creer”
Todo está en tu estado mental.
- 2.-El hombre es libre para tomar una actitud frente a lo que le pasa. Nadie te ata, nadie te obliga, nadie te toma de la mano y te lleva hacer lo que no quiere: eres tu quien decide.
- 3.-“No es lo que me pasa, sino lo que hago con lo que me pasa” Ese hacer con lo que te pasa se convierte en tu verdugo, en tu perseguidor, en tu destructor... haz lo correcto y lo que no te destruya.
- 4.-Si soy libre, entonces soy responsable. Eres responsable de ti mismo y de lo que haces.
- 5.-El ser humano se auto determina. Todos los

días te vas haciendo y construyendo hacia la dirección que hayas elegido. Elige bien.

Recuerda: El ser humano se marca a sí mismo. Lo que sale de nosotros, determina al mismo tiempo lo que seremos. Lo que recibimos puede ser muy doloroso, pero lo entregado por nosotros al mundo, nos vuelve como un “boomerang” y nos marca configurando nuestra persona. Somos lo que pensamos y hacemos. Por ello el ser excelente significa existencia: una existencia significativa trae: paz espiritual, estabilidad mental y la capacidad de desarrollar un proyecto de vida auto trascendente.

XV

EL SER EXCELENTE

“La excelencia se debe practicar constantemente, de otro modo, despliega las alas y huye volando”

No mires a un lado ni al otro, el camino de la persona de excelencia, estará siempre lleno de espinas y cardos. No te preocupes por el mañana, el mañana de la persona de excelencia es infinito de esperanza; no llenes tu mente de ideas absurdas y fracasadas, la mente de la persona de excelencia, es escribir cada día una historia de lucha y crecimiento; no te centres en las ideas de dolor, abandono y sufrimiento, la persona de excelencia, arremete con todo y contra todo aquello que no le permita seguir siendo un ser lleno de ideales realizables; no mires el hoy, mira el mañana; no mires resentimiento presente, mira el transformación de tu alma en algo sublime y eterno ante los ojos de Dios; no mires los fracasos, la persona de excelencia, sonrío al mundo porque sabe que siempre es y será un jardín de nuevas

experiencias que aprender. No te rindas si por un instante crees que estás vencido, la persona de excelencia medita, reflexiona, comprende, acepta y sigue avanzando en la ruta del destino trazada hacia la victoria. No te detengas, si es sólo para tomar impulso, bien; la persona de excelencia, camina sin cesar pues sabe que solo así llegará a su meta. El ser de excelencia, confía, cree, sueña, ama, lucha, persevera, corrige, se levanta, mira con optimismo, anhela con pasión, se auto motiva, sonríe y sobre todo, levanta la frente y con el cuerpo erguido, sigue la senda que Dios le ha encomendado hasta alcanzar sus ideales pues, tarde o temprano, la persona de excelencia siempre, siempre, habrá triunfado.

No hay ningún secreto solo debemos tener...

- 1.-Esfuerzo
- 2.-Paciencia
- 3.-Práctica para adquirir y conservar una actitud mental positiva
- 4.-Propósitos definidos
- 5.-Reflexión permanente y limpia
- 6.-Vision creadora
- 7.-Decisión y acción inmediata
- 8.-Perseverancia
- 9.-Entusiasmo y fe

Ideas saludables

- 1.-Tenga pensamiento buenos. Recuerda que lo que a tu mente afecta también a tu cuerpo.
- 2.-Lee continuamente libros de superación personal incluido la biblia.
- 3.-Ayuda a las personas que lo necesitan.
- 4.-Nunca abandones la esperanza...
- 5.-Uno de los medios más seguros de alcanzar la propia felicidad consiste en dedicar todas las energías a hacer feliz a otra persona.
- 6.-Si compartes la felicidad y todo lo que es bueno y deseable, atraerás hacia ti la felicidad, lo bueno y lo deseable.
- 7.-Tú tienes el poder de influir, utilizar, controlar o mantener relaciones armoniosas con todas las personas. Puedes dirigir tus pensamientos, controlar tus emociones y ordenar tu destino siendo positivo.

PUNTO FINAL
NO SE TRATA DE LEER SINO DE HACER

“El mundo está lleno de toda clase de personas, así que no pierdas el tiempo pensando en cómo podría resolver tal o cual situación. Aporta tu granito de arena pero no te empecines en buscarle la mejor respuesta a las innumerables situaciones que se te presentan. Se firme en tus convicciones y que éstas estén cargadas de valores”.
Que Dios te bendiga.

Poema

“El ser excelente”

No mires con desprecio a nadie ni burles sin razones su persona, el ser excelente, construye y ejecuta acciones sanas y correctas en la asera de la vida que le ha tocado seguir.

Mira con entusiasmo y alegría, las proezas del sabio y admirable, aplaude sus virtudes, cualidades y capacidades y no tardes en imitar sus buenas acciones y gran ejemplo.

Aprende todo lo que permita tu desarrollo personal y crecimiento espiritual, pues has de saber muy bien que, la grandeza de los grandes, solo se mide con la plenitud de su alma.

Ser excelente es ser discreto, correcto, sincero y noble en el hablar.

Ser excelente es saber pensar, sentir y hacer; cuidar con delicadeza lo que es correcto en el decir y actuar.

Ser excelente es reconocer lo que es correcto y sancionar lo que no lo es.

Las grandes almas han sabido separar el trigo de la cizaña, la paja del trigo...

Quédate con esta sentencia: si aspiras a ser excelente, mira, escucha, aprende, construye, todo lo bueno, sano, digno y agradable, todo lo justo y amable y pronto veraz en el camino las huellas de tus seguidores sobre las tuyas.

INDICE

1.-Introducción.....	3
2.-Prólogo.....	5
3.-Capítulo I Ser excelente.....	7
4.-Capítulo II Ser excelente sacado de la ficción.....	11
5.-Capítulo III Seguridad en ti mismo.....	14
6.-Capítulo IV Conciencia moral.....	16
7.-Capítulo V Antes de hacer, pensar.....	19
8.-Capítulo VI Imagen vs imagen.....	21
9.-Capítulo VII Dime como hablas y te diré cómo te ves.....	22
10.-Capítulo VIII Di lo que piensas con valores éticos.....	23
11.-Capítulo IX La senda del ser excelente.....	25
12.-Capítulo X Los miedos que debe vencer la persona de excelencia.....	27
13.-Capítulo XI La felicidad.....	29
14.-Capítulo XII El éxito.....	31
15.-Capítulo XIII El líder.....	33
16.-Capítulo XIV Libertad y responsabilidad del ser excelente.....	35
17.-Capítulo XV El ser excelente.....	37
18.-Ideas saludables.....	39