



Instituto Pensamiento Positivo

Ideas inspiradoras para personas y organizaciones

LOS 5 PASOS PARA VIVIR CON PROPÓSITO

SERGIO FERNÁNDEZ



Incluye Contenido Extra

5 ejercicios para encontrar tu propósito

Querid@ amig@,

Muchas gracias por descargarte este ebook titulado “Los 5 pasos para Vivir Con Propósito”.

Me hace muy feliz que quieras aprenderlos cinco factores que determinan que puedas vivir una vida plena, abundante y con propósito. Una vida completamente diferente a la que vivirías si lo hicieras sin propósito.

Quizá ahora te estás preguntando: “¿Y qué es el propósito?” El propósito es sencillamente la manera en la que mejor puedes servir a otras personas. Recuerda que el fin de la vida es servir y amar a otras personas. Quien no sirve para servir no sirve para vivir. Y la mejor manera de hacerlo es poniendo el talento que la vida te ha regalado al servicio de otras personas. ¿Sencillo, verdad?

Y cuando lo haces, como juegas a favor de la vida, ésta te recompensa. ¿Cómo lo hace? Pues con abundancia en todos los sentidos, también económica.

Vivir con propósito te facilitará una experiencia de vida en la que disfrutar de plenitud y de sentido es lo natural.

¿Acaso no es esto lo que todos buscamos en algún momento de nuestra existencia? Cualquier persona en algún momento se ha preguntado sobre cómo gozar de una vida con sentido y con plenitud. La respuesta está sencillamente en vivir con propósito.

LOS 5 PASOS PARA VIVIR CON PROPÓSITO



Instituto Pensamiento Positivo

Ideas inspiradoras para personas y organizaciones

Ayudar a encontrar y a desarrollar el propósito de cada uno es el objetivo de mi Seminario Vivir Con Propósito. En él aprenderás a encontrar la respuesta en tu interior y también a escucharte para reflexionar sobre asuntos tan cruciales para tu vida como saber si a lo que te dedicas te gusta, cómo detectar tu talento y también descubrir por qué siempre nuestro ego intenta torpedearnos.

Por ahora, me gustaría compartir contigo las cinco claves que te van a ayudar a conseguir este objetivo.

Las claves del sistema Vivir con Propósito.

Puede que estés o no de acuerdo con lo que vas a leer a continuación. En cualquier caso, te invito a que te tomes unos minutos de tu tiempo para “probar” estas nuevas ideas y decidas después si te sientan bien o no.

Estoy seguro de que te van a servir para aportar un nuevo punto de vista en tu proceso de desarrollo personal.

Espero que disfrutes con la lectura de este texto. Y permíteme terminar esta introducción con una célebre cita que seguro que alguna vez habrás oído. Es del Oráculo de Delfos:

«Conócete a ti mismo y conocerás al universo y a los dioses»

Conócete a ti mismo. Es una de las pocas tareas que toda persona tendrá que hacer antes o después en su vida. Espero que este texto te sirva para conseguirlo y que así puedas Vivir Con Propósito.

¡Feliz lectura! Sergio Fernández

1.- LA LLAMADA

Para todas las personas de este planeta es necesario, en algún momento de nuestras vidas, darnos cuenta de que hay dentro de nosotros una voz que quiere que vivamos con sentido y con propósito. Escuchar la llamada y sentirla es importante y necesario, porque es el primer paso para despertar nuestra consciencia. Esa voz, esa llamada, siempre está ahí, pero no todas las personas la quieren escuchar ni mucho menos hacerla caso. La voz puede que te haga la pregunta de “¿me estoy dedicando a lo que realmente me gusta en la vida?”, y responder esta pregunta es el primer paso para vivir con propósito.



2.- TALENTO

Todos tenemos un superpoder natural. Un don, un regalo que nos ha dado la vida y que tenemos que aceptar y reconocer en nosotros mismos. Y esto implica que, además de buscar en tu interior cuál es tu superpoder, debes alegrarte por los talentos de los demás y saber que lo que tú percibes como negativo en ellos tú también lo tienes dentro. Con frecuencia nos da tanto miedo la oscuridad como la luz y por eso no queremos reconocer el talento, la luz que hay en nosotros. Y cuando no lo hacemos arruinamos las posibilidades de éxito de nuestra vida.



3.- APRENDIZAJE

Basta con que te hagas esta sencilla pregunta: ¿Qué necesito aprender en este momento y qué me pide la vida que aprenda? Siempre que estés aprendiendo la vida te irá bien porque estarás permeable al aprendizaje. Esto quiere decir que, para avanzar, hay que aprender. Si no te quedarás atascado, viviendo siempre las mismas situaciones. ¿Cómo saber qué me está pidiendo la vida que aprenda? Es fácil saberlo: sólo tienes que observar en qué área de tu vida tienes problemas con frecuencia. Allí está tu aprendizaje.



4.- EGO

Existe un gran saboteador dentro de ti que te pone la zancadilla e impide que encuentres y cumplas tu propósito. Te presento al ego. Un compañero de viaje que se puede presentar en forma de miedo, crítica, rencor o envidia. Y no va a desaparecer nunca. Así que acostúmbrate a convivir con él y a combatirlo con amor, aceptación, perdón o admiración, respectivamente.





5.- DINERO

Una vez que has encontrado tu propósito y lo has puesto al servicio de los demás, el siguiente paso es aprender a monetizarlo para poder vivir de éste y dedicarle tanto tiempo como sea posible. Si apuestas por dedicarte a hacer lo que te encanta sentirás que estás aprovechando tu tiempo, tus talentos y tus esfuerzos.

La sensación de saber que no tienes que volver a trabajar nunca más porque vives desde el propósito y porque el propósito te permite ganarte la vida hará de tu existencia algo maravilloso. ¿Y sabes qué? Que sé, sin duda alguna, que eso es lo que mereces tú y cada persona de este planeta.

Ahora bien, nadie te puede obligar a Vivir con propósito. Se trata de una decisión que sólo tú puedes tomar. Y espero que lo hagas.

¿Qué te han parecido estos cinco pasos para empezar a vivir con propósito? Te invito a que reflexiones sobre ellos y pienses en cómo quieres incorporarlos a tu vida. Aunque a priori no encajen en tus creencias previas, ¡pruébate estas nuevas ideas durante un tiempo y luego saca tus propias conclusiones!



Contenido Extra

5 ejercicios para encontrar
tu propósito

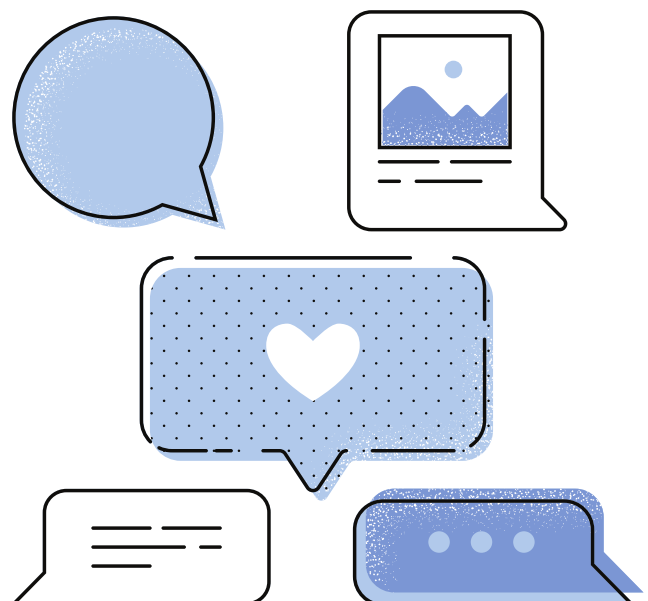




Me gustaría acompañar este ebook de cinco ejercicios que he comprobado que funcionan para ayudarte a encontrar tu propósito. Aquí van:

1.- Los 3 objetivos para el día de mañana

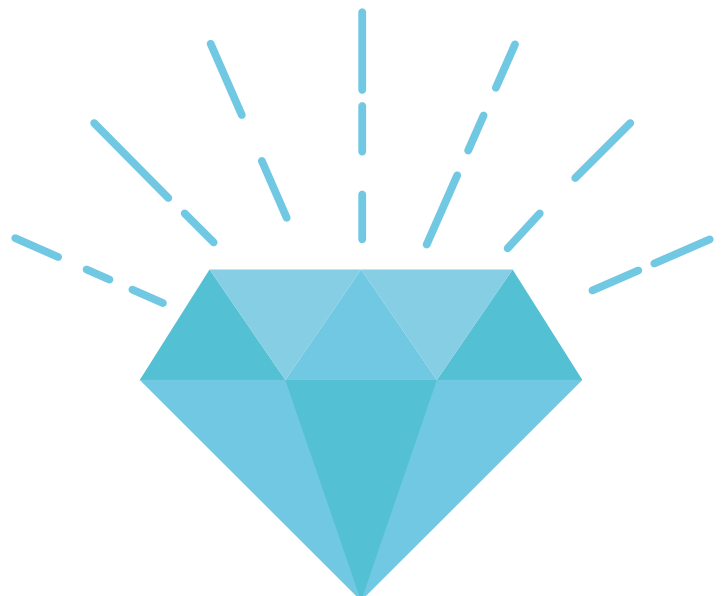
Antes de irte a dormir, plantéate cumplir 3 objetivos al día siguiente: uno personal, otro social y otro profesional. Recuerda que deben estar alineados con tus valores y propósito. Y también visualiza tu mañana y plantéate cómo quieres que sea. Este ejercicio tan sencillo te ayudará a visualizar y por tanto te enfocará en tus acciones diarias, ayudándote a no perder tiempo o energía en lo que no corresponde.





2.- La regla de los 4 tesoros

Coge un folio y divídelo con un lápiz en cuatro partes. En la parte superior escribe la que tú crees como mejor cualidad de tu figura materna y paterna, cada una en un cuadrante. Y en la parte inferior, las que tú crees que son sus peores cualidades. ¿Cuál es la lectura de todo esto? Pues estas 4 cualidades las llevas en tu interior, ya que lo que has hecho es una valoración subjetiva y las has reflejado como si de un espejo se tratara. Te sirve para trabajar tanto las cualidades negativas, para poder corregirlas si quieres, como, las positivas. Poner las positivas a trabajar suele ser un paso previo para vivir con propósito.



3.- Las 3 dimensiones de tu vida

Visualiza dos o tres escenarios o situaciones que desees, imaginando en cuál de todos ellos te encuentras más a gusto y te sientes mejor. El objetivo de este ejercicio es comparar distintas propuestas para ver qué situaciones te depararía el cumplimiento de tus deseos. También es muy útil realizarlo antes de irse a dormir porque ayuda a focalizar energía a la jornada siguiente.



4.- El tablón de sueños

Toma un papel o cartulina. Hazte también con unas revistas viejas. Y ponte a realizar un collage recortando imágenes de las revistas y pegando en la cartulina todo lo que te gustaría tener en tu vida. Dos recomendaciones: si puedes hazlo junto a una o algunas personas de tu absoluta confianza. Y ten el valor de contarte a ti mismo de verdad lo que realmente necesitas.





5.- La invitación

Invita a desayunar, comer o cenar a alguien que se dedica a lo mismo que tú o a lo que te gustaría dedicarte para inspirarte y averiguar cuáles son los siguientes pasos. No pienses que vas a perder dinero, piensa que estás invirtiendo en los conocimientos que necesitas para comenzar a vivir una vida con propósito.

Es momento de hacer estos ejercicios, tomarte un tiempo para reflexionar y entonces extraer conclusiones que te ayuden en tu camino de descubrimiento de propósito.

¡Muchísimas gracias por leer este libro hasta el final!

INSTITUTO PENSAMIENTO POSITIVO



Instituto Pensamiento Positivo

Ideas inspiradoras para personas y organizaciones



Quiero darte también la bienvenida a la comunidad de Instituto Pensamiento Positivo, formada por miles de personas interesadas en el desarrollo personal y profesional que, como tú, han apostado por realizar cambios profundos y significativos en su manera de ser para llevar una vida con propósito.

Si quieres más información sobre desarrollo personal y profesional, puedes visitar

www.pensamientopositivo.org para acceder a todo el contenido gratuito en forma de miles de posts, vídeos y podcasts que he publicado en los últimos años.

Gracias,
Sergio Fernández

¡SÍGUENOS!



Antes de terminar dame un minuto más
de tu tiempo...



Instituto Pensamiento Positivo

Descubre nuestra Formación Para Tu Crecimiento Personal Y Profesional

En IPP divulgamos y
democratizamos las
ideas y las claves
prácticas para que
disfrutes de una vida
más plena y
significativa.



+12 MIL ALUMNOS | +11 AÑOS | +1 MILLÓN SEGUIDORES

Formación Práctica, 100% Online Y Transformadora

Descubrir formaciones

formacionipp.com

