

Cristina de Medrano

# IMPOSIBLE ES SOLO UNA *opinión*

Define tus objetivos,  
fortalece tu mente  
y realiza tus sueños

zenith



CRISTINA DE MEDRANO

# IMPOSIBLE ES SOLO UNA OPINIÓN

Define tus objetivos, fortalece tu mente  
y realiza tus sueños

zenith

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea este electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal).

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar con CEDRO a través de la web [www.conlicencia.com](http://www.conlicencia.com) o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

Primera edición: junio de 2019

© Cristina de Medrano Tiana, 2019

© Editorial Planeta, S. A., 2019

Zenith es un sello editorial de Editorial Planeta, S.A.

Avda. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)

[www.zenitheditorial.com](http://www.zenitheditorial.com)

[www.planetadelibros.com](http://www.planetadelibros.com)

ISBN: 978-84-08-20947-8

Depósito legal: B. 12026-2019

Fotocomposición: gama, sl.

Impreso y encuadernado en España por Liberdúplex

El papel utilizado para la impresión de este libro es cien por cien libre de cloro y está calificado como papel ecológico.

## SUMARIO

Introducción . . . . .	11
1. El propósito de la vida es una vida con propósito . . . . .	19
2. Silencia la mente y el alma hablará. . . . .	37
3. Tú dependes enteramente de ti . . . . .	59
4. Si haces algo por deber, te agotará; si lo haces por amor, te energizará . . . . .	79
5. El camino hacia la felicidad es vivir en plenitud . . . . .	95
6. El riesgo más grande es no correr ningún riesgo . . . . .	109
7. Entrénate para la vida, es el reto más grande que te encontrarás . . . . .	129
8. El liderazgo empieza en tu interior . . . . .	149
9. La vida te dará todo lo que tengas el valor de pedirle . . . . .	165
10. Deja de llamarlo sueño y empieza a llamarlo plan . . . . .	183
Agradecimientos . . . . .	197

**S**iempre me ha fascinado la maravillosa manera en la que llegamos a este mundo. Algunos lo llaman ciencia, otros milagro, otros fuerza superior, otros energía... Pero lo cierto es que nadie tiene la respuesta exacta por la que aterrizamos en cuerpo y alma en este planeta. Nadie puede justificar a ciencia cierta una explicación aberrante. Y solo el ignorante creerá que tiene la verdad absoluta.

Ciertamente ni yo misma he dado con un razonamiento sólido sobre nuestra llegada al mundo, y tampoco busco la respuesta exacta que lo justifique. Pero un pensamiento que siempre ha vivido en mí es: ¿qué estamos haciendo aquí?

Si tenemos en cuenta las estadísticas, entenderemos lo que quiero decir. Somos el resultado de la fecundación de un óvulo y un espermatozoide, entre más de doscientos millones. Somos una sola posibilidad entre cientos de millones, entonces, ¿cómo podemos seguir creyendo que somos una mera coincidencia?

Quiero decirte con esto que nuestra vida, tu vida, tiene un propósito, y nuestro deber es buscarlo y encontrarlo. Probablemente nuestra misión sea más grande que nosotros mismos, y eso no debería darnos aprensión, sino todo lo contrario. Somos únicos, estamos aquí por un motivo poderoso; así que ¿no deberíamos aprovecharlo?

Para mí es difícil pensar que nuestra existencia no significa nada, y que simplemente estamos de paso en este maravilloso mundo. Este libro va dirigido a todas aquellas personas que no crean que somos una mera coincidencia del cosmos, un montón de células que se han conformado de una manera tan precisa como para formar algo tan fascinante como el cuerpo humano.

**EL PROPÓSITO**

**DE LA**

*vida*

**ES UNA VIDA**

**CON**

*propósito*

Aunque no sepamos de dónde venimos ni a dónde vamos, buscar el sentido de nuestras vidas está en nuestras manos, y solo dependerá de nuestra voluntad encontrarlo o no. Sin embargo, mucha gente no dedica ni un solo segundo de su vida para preguntarse qué ha venido a hacer a este fascinante y maravilloso, a la vez que duro y desafiante, mundo.

Me sobrecoge la gente que se deja llevar por las masas, como si su vida se tratara de una bonita coincidencia. Aceptamos ser una copia más de la sociedad, sin siquiera preguntarnos el porqué de nuestra existencia. Y cuando creemos haber llegado a ciertos objetivos en la vida como la fama, el dinero, el éxito, la clase social, etc., creemos tenerlo todo, o, al menos, creemos haber conseguido nuestro propósito en la vida.

## PERO ¿QUÉ ES REALMENTE EL «ÉXITO»?

¿Vive una persona «exitosa», con fama y dinero, una vida plena? La respuesta estará influida por lo que entendamos por la palabra «éxito», y, por supuesto, por determinar si alcanzar ese éxito es nuestro propósito en la vida o no.

Hoy en día la definición de la palabra «éxito» varía enormemente de una persona a otra. Algunos dirán que está relacionado con el crecimiento personal, o con llevar una vida plena, y otros dirán que está relacionado con los objetivos conseguidos, el estatus social, la fama o el dinero.

A lo largo de mi vida he conocido a muchas personas con dinero que se definen a sí mismas como personas exitosas y que, sin embargo, poseen un mundo interior lleno de complejos, inseguridades, egoísmo, envidia y miedo, y no conocen realmente su misión en la vida. Entonces mi pregunta es ¿crees que son realmente estas personas exitosas?

A su vez, he tenido la suerte de conocer a personas mucho más sencillas, con «mucho menos» o aparentemente «no exitosas» que son las personas más ricas que conozco. Ricas en amor, sabiduría,

generosidad, paz mental y espiritual, que honran sus valores día a día y que tienen un propósito claro en la vida, que, además, ponen al servicio de los demás.

Y, ¡atención!, no estoy diciendo que una cosa quite a la otra. Se puede tenerlo todo. Al final, el poder (o el dinero, que es lo que socialmente asociamos más con el poder) es una herramienta que amplifica lo que uno ya es. Por lo que una persona egoísta y egocéntrica, con poder o dinero, se convertirá en una más egoísta y más egocéntrica; y una persona generosa y bondadosa, con poder o dinero, se convertirá en una más generosa y buena.

Por suerte o por desgracia, el camino de la vida no es un camino fácil, y encontrar en él nuestro propósito final y alcanzarlo nos puede suponer más de un quebradero de cabeza. Es probable que la mayoría de las personas en la faz de la tierra coincidan en que la vida es un difícil camino lleno de giros inesperados, altos picos y profundos valles. Y dependerá de nosotros y de las expectativas que tengamos verlo como una emocionante aventura o una pesadilla.

En este libro hablo desde la experiencia, la experiencia que me tocó vivir y gracias a la cual descubrí mi propósito. Si bien la historia de cada uno es tan única como su propósito, quiero compartir con vosotros la mía por si a alguien le puede servir de ayuda o de inspiración.

---

### Cómo encontré mi propósito

---

*Durante muchos años anduve perdida, dedicándome a una profesión que no me hacía feliz y sin saber realmente lo que quería, ni cuál era mi verdadero propósito en la vida. Andaba sin rumbo, sin guía ni dirección. Me dejaba llevar por la corriente.*

*Había pasado la mayor parte de mi vida haciendo lo que los demás esperaban de mí y sintiéndome culpable por desear hacer lo contrario. Pensaba que salirse de los cánones de lo estipulado era algo malo e intentaba hacer las cosas lo mejor posible sin cuestionarme demasiado por qué hacía lo que hacía (o dicho de otra manera: el porqué de mi existencia).*



*Vivía en una constante utopía, pensando que podía hacerlo todo: lo que yo quería y lo que los demás esperaban de mí. Pero lo cierto es que, a medida que entraba en la vida adulta, el incorporar nuevas responsabilidades que no me satisfacían, solo por conformar a los demás, me obligaba a dejar de lado mi verdadero propósito y a vivir una vida basada en lo que los demás esperaban de mí. Llegó un día en que me di cuenta de que hacía años que vivía una vida que no era la mía.*

*A medida que avanzaba en una dirección que no era la mía, mi energía se agotaba y yo me alejaba cada vez más de mi propia esencia. Ya no era yo misma, dejándome llevar por una sociedad donde la tendencia es ser una copia en lugar de ser auténtica.*

*Pero ser consciente de esto tampoco resultó liberador. Al contrario, durante años viví una constante lucha interna entre la persona que quería ser y la que se esperaba que fuera. Frustrada e insatisfecha agoté mi energía y toqué fondo. Fue en ese momento cuando me di cuenta de que si no cambiaba algo me quedaría en esa situación para siempre y deambularía por una vida vacía y sin sentido.*

*Una noche comprendí que mi vida solo la podía salvar yo. Entendí que la única manera de hacerlo era librarme de muchos pesos que cargaba sobre mi espalda. Tuve que abandonar el miedo a no ser aceptada por mi familia y amigos, reunir el coraje suficiente para defender mi identidad y aceptarme con mis defectos y virtudes. Esto fue esencial para dar el gran paso y cambiar definitivamente hacia una vida plena y alineada con mi propósito.*

*Tuvieron que pasar ocho años hasta que conseguí conocerme a mí misma, comprender mi propósito y alejarme de las personas que me empujaban a una vida vacía, y conectar con aquellas que creen en él o luchan por encontrarlo, fue uno de los pasos cruciales que me ayudaron a conseguir vivir una vida con propósito.*

---

## NO TENGAS MIEDO DE RETROCEDER PARA PODER AVANZAR

El camino hacia una vida con propósito no es fácil. A veces tenemos que dar dos pasos hacia atrás y rectificar para poder avanzar en la dirección correcta. Incluso a veces tenemos que empezar de cero. Pero ten siempre presente que el truco para llegar a nuestra meta está en no rendirse por el camino. Los cambios que pueden provocar «el despertar» pueden ser muy grandes, por eso, al enfrentarse con ellos hay quien se siente ante un abismo y acaba abandonando por miedo a equivocarse o por miedo a lo desconocido. Todo cambio supone un riesgo, pero solo los que están dispuestos a arriesgar y a abrir su corazón incondicionalmente serán los que podrán avanzar hacia su propósito. El paso más importante es encontrar el valor para pasar de una vida sin propósito a una alineada con este (más adelante te explicaré cómo hacerlo).

*Si un reto vale la pena, el simple hecho de intentarlo  
ya es un logro.*

### ¿QUÉ ES «EL PROPÓSITO»?

«El propósito» o «la llamada», que puede sonar un poco esotérico y a muchas personas les puede costar entender qué significa, es el sentido que queremos darle a nuestra vida, basado en quiénes somos, cuáles son nuestras fortalezas y talentos, nuestro carácter e integridad y nuestros valores más importantes. Vivir alineados con todo esto es esencial y necesario para vivir en plenitud y no terminar sintiéndonos perdidos y sin rumbo.

Para dar con nuestro propósito en la vida a veces hace falta probar, experimentar, fracasar, caerse y levantarse tantas veces como sea necesario hasta encontrar nuestro verdadero camino. Sin embargo, a pesar de la dificultad que entraña, lo cierto es que el propósito de vida es, por lo general, un fin básico y sencillo que está al alcance de todo el mundo.

Además, el propósito puede variar enormemente entre una persona y otra. Nuestro propósito no siempre tiene por qué cumplir con grandes objetivos, como por ejemplo el de ser una persona de grandes triunfos y poder económico. Nuestro propósito puede ser simplemente trabajar en cuerpo y alma por una vocación, ayudar a alguien, ser madre o padre, ayudar a una comunidad, escribir un libro que contenga el mensaje que quieres transmitir, aportar algo a la sociedad, etc. Dependerá de ti y de cuáles sean tus valores y metas determinar cuál es tu propio propósito de vida y cómo tendrás que trabajar para alcanzarlo.

---

### La pasión y el propósito de Alicia

---

*Desde niña, Alicia no solo se caracterizaba por el esfuerzo y dedicación en todo lo que hacía, sino por su gracia, infinita sonrisa y positivismo. Su madre, una ingeniera que se había separado cuando Alicia tenía apenas unos meses, siempre se implicó en cuerpo y alma en la educación de su hija de una manera muy exigente y disciplinada para evitar por todos los medios que su hija «fracasara en la vida». Temía que no alcanzara un buen estatus social, que no fuera feliz y que no consiguiera formar una familia, como le había pasado a ella, y proyectaba todas sus inseguridades en su hija, intentando que fuera perfecta.*

*Alicia sabía que tenía que sobresalir en todo lo que hacía. En el colegio, en las clases de baile, los cursos de inglés, en su aspecto físico y hasta en un futuro familiar conservador y socialmente ideal. Sabía que cumplir todas esas exigencias haría feliz a su madre, y por eso ponía todo su amor y alma en lo que hacía, intentando siempre dar lo mejor de sí para que ella estuviera contenta. Al fin y al cabo, amaba a su madre con toda su alma y todo lo que quería era verla feliz.*

*Su madre la acompañaba a todas partes. Tenía que tenerla controlada en todo momento para que no se «desviara» del camino, y Alicia, a pesar de tener una infancia exigente y distinta a la de las demás niñas de su edad, siempre supo llevarla de manera positiva y era una niña feliz. Además, en los momentos de debilidad y flaqueza, contaba con el apoyo de su madre que se encargaba de darle*

toda la seguridad que necesitaba diciéndole que ella era capaz de hacer todo aquello que se propusiera.

Alicia sentía una inmensa pasión por el baile y su sueño era ser profesora y quizás, algún día, tener su propia academia de baile. Pero ese sueño no coincidía con los ideales de su madre que quería que fuera ingeniera.

A Alicia la ingeniería no le interesaba demasiado pero no quería decepcionar a su madre, así que comenzó a estudiar la carrera. Sabía que combinar estos estudios universitarios con el baile no sería fácil pero estaba dispuesta a sacrificar algunas cosas como su vida social, su tiempo libre, sus tiempos de descanso y diversión para conseguir sus objetivos y poder realizar a la vez lo que le hacía feliz a su madre.

Gracias a todo su esfuerzo y dedicación, Alicia enseguida empezó a sobresalir. Sus estudios de ingeniería iban de maravilla y se convirtió en una de las mejores bailarinas de su país; sin embargo, Alicia no era feliz. Su personalidad comenzó a cambiar, ya no era la chica alegre y divertida que hacía bromas constantemente y se reía por todo... su mirada ya no brillaba como antes. Poco a poco, Alicia dejó de cuidarse, no le gustaba la persona que era por dentro, por lo que había decidido no cuidarse por fuera.

Como era de esperar, por culpa de esta decisión de hipotecar su vida e invertir la mayoría de su tiempo en algo que no le satisfacía, y que la había apartado totalmente del baile, Alicia empezó poco a poco a perder su propia esencia y la sonrisa que tanto la caracterizaba. Estaba totalmente descarrilada de su propósito y apartada de la persona que era realmente, de su don, sus habilidades.

A pesar de que estaba convencida de que nunca se dedicaría a la ingeniería, y de haber intentado dejar sus estudios varias veces, no lo había conseguido porque su energía era demasiado baja y no tenía suficiente fuerza para tomar sus propias decisiones. En su interior se había formado un vacío del que no sabía cómo salir y comenzó a sentirse realmente mal.

Un día, una vez finalizada su carrera y sintiéndose muy desgraciada, Alicia entendió que tenía que hacer algo con su vida antes de que fuera demasiado tarde. Se sentía al límite pero esta situación la

*empujó a emprender la búsqueda de la felicidad. Lo primero que hizo fue escuchar lo que decía su corazón. Cuando empezó este camino no sabía a dónde iba ni qué hacía, pero tenía algo claro: quería recorrerlo hasta encontrar su propia plenitud.*

*Alicia entendió que todas las respuestas estaban en su corazón, y que debía recuperar todo el tiempo en el que durante años no lo había escuchado. Comprendió que la felicidad se encontraba en su interior y que era su responsabilidad encontrar la propia y, por el contrario, no intentar completar o cumplir las expectativas de los demás.*

*Escuchando su corazón Alicia volvió a encontrarse con el baile, su pasión, y su propósito poco a poco comenzó a emerger de su interior. Abrió su propia escuela de baile en el centro de su ciudad, que, con el paso de los años, se convirtió en una de las más reputadas escuelas del país. Durante esos años de encontrarse a sí misma, Alicia mantuvo el corazón abierto de par en par. Conoció tanto los más altos picos como los más profundos valles. Durante el camino tuvo momentos de duda, otros de profundo dolor pero también muchos de máxima felicidad. Pero lo más importante, consiguió conectar otra vez con su esencia, autenticidad y valores.*

*Alicia decidió dedicar su vida a su pasión, sus valores y autenticidad, y así halló la plenitud en su interior. Hasta que no descubrió que sus dones y talentos eran su regalo y que había venido al mundo con una misión: aportar su don único y especial al mundo y ponerlo al servicio de los demás, no pudo ser verdaderamente feliz. Comprendió que si desperdiciaba su vida haciendo lo que los demás esperaban de ella, su aportación al mundo no sería la misma. Cuando por fin se dio cuenta de esto, decidió que no gastaría ni un día más de su vida viviendo una vida que no era la suya.*

---

Este relato ejemplifica cómo nos podemos dejar llevar por lo que los demás esperan de nosotros, aunque sus expectativas no casen con las nuestras, y cómo terminamos por alejarnos de lo que nos indica

nuestro corazón. Cuanto más tiempo pase, más doloroso será el cambio y más difícil será el retorno hacia la persona que realmente somos.

***Nunca fallas, solo cuando dejas de intentarlo.***

Alicia se pierde al no escucharse a sí misma y al tratar de hacerlo todo: lo que ella quiere y lo que los demás esperan de ella, y empieza a adentrarse en un torbellino de dificultades del que sale mal parada. Se da cuenta de que cada uno de nosotros somos responsables de nuestra propia plenitud y felicidad, y que si intentamos complacer el propósito de los demás es probable que nos alejemos de nuestro propósito de vida real.

## TÚ DECIDES SI QUIERES VIVIR CON PROPÓSITO

Es posible que aún no hayas encontrado tu propósito y que te parezca difícil, o incluso imposible, poder encontrarlo. O quizás pienses que no tienes ningún propósito.

No tener un propósito o un talento único sería equiparable a decir que no tenemos una combinación de genes única y diferente a todos los demás. Todos llegamos a este mundo con un sello personal y el propósito para cada uno de nosotros también lo es.

El talento no es un regalo que solo obtienen unos pocos afortunados, sin embargo, hoy en día solo unos pocos afortunados conocen su talento. Y la razón por la que esto sucede es porque son pocos los que han tenido el valor y coraje suficientes para mirar dentro de su corazón, y dar el cambio hacia una vida con propósito.

Tú eres el último responsable de encontrar tu propio propósito, haciendo un trabajo de introspección, autoconocimiento y autogestión. Un *coach* o mentor te puede ayudar, guiarte en el camino y crear la responsabilidad y el compromiso contigo, pero, al final, la decisión de comenzar el cambio hacia una vida con propósito es únicamente tuya.

Tú eres el que va a poner la intención, las ganas y esfuerzo en hacer el trabajo para conectar con tu corazón y encontrarlo. Solo encontrando tu propósito entenderás el sentido de por qué haces lo que haces.

## NO PERMITAS QUE NADA TE FRENE EN LA BÚSQUEDA DE TU PROPÓSITO

Es muy común que suceda que conectamos en algún momento con nuestro propósito pero que por alguna razón no lleguemos a alcanzarlo. Lo que sucede es que los esfuerzos que supone llegar a nuestros objetivos son importantes y requieren trabajo, que probablemente no de resultados a corto plazo. La mayoría de las personas suelen desanimarse al no conseguir llevar a cabo su deseo rápidamente y abandonan, dejan de lado su idea o proyecto y se frustran.

El ser humano tiende a pensar que es capaz de conseguir grandes resultados en muy poco tiempo, y subestima lo que se puede conseguir a largo plazo. Y lo cierto es que cumplir nuestros sueños es más fácil que conseguir grandes resultados en poco tiempo, si realizamos pequeñas acciones de una manera constante. El problema es que la mayoría no estamos dispuestos a invertir nuestro tiempo y esfuerzo a largo plazo. Por lo que si no vemos resultados instantáneos, nos impacientamos, y, por esta falta de *feedback* automático, la mayoría de nosotros abandonamos.

***Debemos ser capaces de superar pequeños sacrificios sin ver resultados a corto plazo y sin tirar la toalla demasiado pronto, para así poder llegar a nuestras metas.***

Estamos muy acostumbrados a no hacer ningún sacrificio sin resultados inmediatos. Nuestra sociedad se alimenta de pequeños placeres a corto plazo (*likes* en redes sociales, ropa a la última moda, coches último modelo, comida rápida, la instantánea adrenalina del

juego y el entretenimiento...), pero no entendemos que todo esto no hace más que aumentar el vacío que nos inunda y del cual somos incapaces de escapar. Lo cierto es que en general nos autoengañamos y preferimos entregarnos a los placeres inmediatos antes que arriesgarnos a enfrentar lo desconocido.

Además, existe otro problema en la actualidad: las redes sociales, que en realidad no hacen más que aumentar nuestra sensación de desasosiego al mostrarnos solo la cara exitosa de los demás, una que es solo virtual y no real, y que esconde el verdadero trabajo y sacrificio que existe detrás de estos «éxitos». En esta realidad virtual, ens seguida idealizamos las situaciones y creemos que en realidad los objetivos son fáciles de conseguir, ya que solo vemos la punta de iceberg. Y no quiero generalizar, es probable que algunos hayan tenido suerte, pero forman parte de la minoría, y además, en muchos casos esta supuesta suerte los pilla desprevenidos y sin estar preparados, y a los pocos años esta se puede volver en su contra.

Nuestro terrible miedo a la desaprobación social nos paraliza. Nos aterroriza el qué dirán y no ser aceptados. Pero debes tener presente que, al final, esas mismas personas que no nos aceptan son las que tampoco se atreven a luchar por sus propios sueños.

Estamos demasiado centrados en fijarnos en lo que destaca en los demás en lugar de buscar los tesoros que se encuentran dentro de nosotros mismos. ¡Atrévete a conectar contigo mismo y verás lo que te digo! Conocer los tesoros que se esconden en tu interior, que son infinitos, te permitirá descubrir tu propio don especial. Tenemos que eliminar la creencia de que no somos capaces, de que no somos lo suficientemente inteligentes, hábiles, guapos, o lo que sea que creamos que necesitamos para cumplir nuestro sueño. Tienes un don y este es diferente al de cualquier otra persona en este mundo, así que es tu misión explotarlo para satisfacerte a ti mismo y para ponerlo al alcance de los demás.

No te quedes donde estás por el miedo al cambio y la incertidumbre: avanza. Este es un paso que tienes que dar para vivir una vida plena y con sentido. Tú eliges quedarte donde estás hoy o emprender un camino y vivir la vida que te espera y por la que estás aquí.



Si no conoces tu propósito es que no has luchado lo suficiente por encontrarlo. Enfrenta la incertidumbre y supera las dificultades para vivir una vida plena y con propósito.

Si necesitas inspiración para empezar a conectar con tu propósito, en [www.imposibleessolounaopinion.com](http://www.imposibleessolounaopinion.com) encontrarás una guía de visualización que te servirá como primer ejercicio para adentrarte en tu interior.

### *Preguntas de reflexión:*

Para que puedas empezar a conectar con tu propósito y dar los primeros pasos hacia la vida que quieres para ti, reflexiona y responde brevemente las siguientes preguntas:

- ¿Qué es lo que más te gusta hacer en tu tiempo libre?
- ¿Qué otras actividades o ejercicios practicas para pasarlo bien y disfrutar?
- ¿Qué parte de tu trabajo es la que más disfrutas?
- ¿Qué es lo que más te apasionaba hacer de niño?
- ¿Cuáles son tus habilidades más significativas? O ¿qué conocimiento especial tienes?
- ¿Qué es lo que te gusta hacer por los demás?

Cualquier área de tu vida vale. Puedes hablar tanto del plano familiar, sentimental, aficiones tales como el deporte, la música, el arte, o cualquier área con la que disfrutes y te sientas identificado. Luego reflexiona sobre cada pregunta y responde brevemente el porqué lo que has respondido es importante para ti.

### *Ejercicios de introspección:*

Ahora realiza una lista anotando en una libreta los valores que se encuentran detrás de tus respuestas. Tienes que apuntar al menos 5 valores que representan cada una de tus respuestas.

Por ejemplo, si hemos respondido que nos gusta viajar, los valores que se pueden encontrar detrás del viajar son la aventura, la cultura, el descubrir y conocer cosas nuevas, viajar y compartir con la familia, etc.

### *Reto:*

¿Has dejado de hacer alguna de las actividades que has mencionado anteriormente?, o ¿te gustaría aportar de nuevo alguno de los valores de tu lista a tu vida?

Incorpora a partir de hoy una hora por semana de aquella actividad o recreo que has dejado de lado y que tanto te gusta para volver a conectar con tu auténtico yo y disfrutar de aquello que tanto te llena.

## NO ESPERES MÁS Y VIVE UNA VIDA CON SENTIDO

Seguramente tú también quieras vivir una vida plena, llegar lejos, cumplir tus sueños. Algunas personas persiguen tener libertad financiera, otras quieren dedicarse a su familia, o formar una. Otras quieren sentirse realizados personal y/o profesionalmente, dejar un legado en la sociedad en la que viven, o, simplemente, quieren dejar su legado a sus personas más queridas y cercanas.

Vivir una vida con propósito es vivir una vida en paz y tranquilidad con uno mismo, es estar alineados con lo que hacemos y decimos. Es una vida en la que honramos nuestros talentos, don natural y nuestros valores para traerlos al mundo y ponerlos al servicio de los demás.

Sea cual sea tu sueño, tu objetivo o tu propósito, puedes llegar tan lejos como te lo propongas, puedes conseguir todos tus objetivos. No importa lo difícil que sea el comienzo. La mayoría de las personas con más éxito en la vida son las que lo han tenido más difícil, ya sea personal, económica o emocionalmente. No hay excusas. Si lo puedes imaginar, es porque está dentro de tus capacidades personales, aunque ahora mismo te parezca imposible de creer. Es

cuestión de conocerte, de entender cuáles son tus valores, tus talentos, fortalezas, debilidades y, no menos importante, de trazar un plan de acción que te lleve hacia ellos.

*Si lo puedes imaginar significa que lo puedes realizar.*

Para poder conocer y experimentar el mundo tienes primero que conocerte y experimentarte a ti mismo. Solo el que se conoce a sí mismo es capaz de liderar su propia vida. De lo contrario, se encontrará en una fuerte corriente arrastrado constantemente hacia donde lleva la sociedad. No te preocupes, a lo largo de este libro te iré explicando cómo hacerlo, qué herramientas necesitas para conseguirlo y cómo mantener tu éxito personal a lo largo del tiempo.

Recuerda que vivir una vida plena está al alcance de todos nosotros. Todos podemos vivir una vida alineada con nuestro propósito, una vida en la que podamos ser conscientes de quienes somos realmente y de lo que queremos para nosotros y para nuestro entorno.

Debemos respetarnos y conocernos para traer así nuestro propósito y mensaje al mundo para enriquecerlo.

## NO PERSIGAS TU ÉXITO Y CONSTRUYE TU PLENITUD

Hay quienes persiguen el éxito sin saber por qué. Creen que serán felices al conseguirlo, e imitan a las personas que consideran «exitosas». Consideran que son felices viéndolas solo desde fuera, y, en lugar de buscar en su interior, buscan en el exterior y deciden imitar a otros, creyendo que si estos han logrado ser felices, ellos lo podrán ser haciendo lo mismo. Imitar o copiar a los demás haciendo algo lejos de nuestro propósito es la fórmula ideal del fracaso. El éxito en la vida se consigue viviendo nuestro propósito, y este se encuentra solo en nuestro interior.

***Si todos escuchamos nuestro corazón y propósito viviremos  
en un mundo plural, heterogéneo y rico.***

Nadie puede llevar a cabo mejor tu propósito que tú mismo. No importa lo mucho que se parezca al propósito de la persona de al lado, el tuyo tiene su toque especial y diferente, y, si lo conoces bien, nunca nadie podrá imitarlo.

Quien sigue puramente su propósito no tiene miedo a que le copien, ya que sabe que su talento y propósito son tan puros y diferentes como su ADN; y si un propósito es puro nunca podrá ser mejorado (quizás copiado, pero no mejorado).

Ahora que ya conoces la importancia de vivir una vida con propósito, te invito a que aproveches cada una de estas páginas y ejercicios para adentrarte en el maravilloso mundo de tu ser y encontrar así tu propósito de vida.

***El propósito de la vida es una vida con propósito.***