

# 10 SECRETOS PARA ALCANZAR CUALQUIER META QUE TE PROPONGAS

Por: Sandra Patricia Coral Dulcey

# 2011



En este libro encontrarás los 10 secretos que te ayudarán a lograr cualquier meta que te propongas. Pero recuerda, nada se ha logrado sin tomar acciones concretas hacia ello.

**PSICOEXITO PORTAL DEL ÉXITO Y LA  
SUPERACION PERSONAL**  
[www.psicosexito.com](http://www.psicosexito.com)  
[informes@psicosexito.com](mailto:informes@psicosexito.com)  
Apoyo: [correo@psicosexito.com](mailto:correo@psicosexito.com)

Este material está hecho para uso exclusivo de los suscriptores Psicoexito. No está elaborado para su venta.

## INTRODUCCION

Cuando nos ponemos objetivos o metas a alcanzar, muchas veces no tenemos definido realmente lo que queremos y es por ello que se dificulta la tarea de lograr el éxito, para ello es necesario estar seguro de lo que queremos alcanzar y utilizar una estrategia adecuada a seguir para lograr llegar hasta donde queremos.

La consecución de metas es un tema importante que a muchos nos preocupa, muchas veces tenemos muchos objetivos en mente pero no sabemos cómo llegar a ellos; es por ello que nuestra existencia se torna un tanto difícil al sentir que no poseemos las herramientas para alcanzar nuestros objetivos.

En este libro encontraras los diez secretos que te ayudarán a lograr cualquier meta que te propongas. Para que logres resultados sorprendentes es necesario que sigas cada uno de estos secretos y te pongas en acción tras tu meta.

Te deseo mucho éxito en tu proceso.

**Cordialmente,**

***Sandra Patricia Coral Dulcey.***

*Directora de Psicoexito el portal del Éxito y la Superación Personal.*

*[www.psycoexito.com](http://www.psycoexito.com)*

## **1. DECIDE QUE ES LO QUE REALMENTE DESEAS LOGRAR**

Cuando no tenemos clara nuestra mente, no podemos decidir y se nos dificulta mucho saber qué es lo que realmente deseamos lograr. En ocasiones, tenemos muchas ideas y creemos que en realidad sabemos lo que deseamos, quizás tenemos la sensación de estar luchando por algo de lo cual estamos bastante alejados. Cuando vivimos dicha situación; En realidad debemos reflexionar de manera consciente, tomándonos el tiempo que sea necesario para decidir la meta que deseamos alcanzar.



Definir una meta es algo importante ya que de esto depende que podamos llegar a ella en un breve tiempo. Pero si tu meta no ha sido eficientemente definida resultará casi imposible planear los pasos a seguir para lograrlo.

Te sugiero tomar nota acerca de lo que para ti es más importante en este momento, ¿Qué es lo que deseas alcanzar realmente ahora?

¿Por qué es importante para ti en este momento?

¿Qué beneficios obtendrás al alcanzar esa meta?

¿Se beneficiarán otras personas? ¿De qué forma?

¿Cómo será tu vida una vez consigas tu meta?

Al responder a estas preguntas, se facilitará la definición de tu meta, puesto que lograrás identificar las cosas que son relevantes para ti, además de que podrás visualizarte con tu meta alcanzada, esto te servirá de referencia para trazar un plan de seguimiento para conseguir tu objetivo.



## 2. HAZTE TOTALMENTE *RESPONSABLE DE TUS DECISIONES*

Muchas veces cuando definimos nuestra meta a alcanzar, deseamos que otras personas nos respalden y motiven para seguir luchando por lo que queremos.

Si bien es cierto que habrá personas que te apoyen y motiven en relación a tu decisión, también encontrarás que muchos de ellos serán quienes te critiquen y desanimen de manera que

corres el riesgo de perder el rumbo que has comenzado a caminar.

Pienso que es supremamente importante que estemos seguros de lo que queremos, y que estemos preparados para enfrentarnos a situaciones no tan agradables en el camino, quizás dudas y confusión al escuchar opiniones de otras personas, pero si en realidad deseas algo, no hay nadie más que tú para tomar la decisión final de seguir adelante con la empresa que ya tienes, arriesgándote a todo lo que pueda suceder en el camino.

Si deseas algo debes de luchar por él, sin importar la dificultad que otras personas te quieran mostrar acerca de tu meta, no hay nada peor que renunciar a tu sueño por miedo o basado en opiniones ajenas.

La experiencia de otros no tiene porque ser la misma que tu vivas, y al final el resultado positivo o negativo serán merito de quien tomo la decisión.

**LUCHA POR LO QUE QUIERES. SE RESPONSABLE DE TU META.**



### **3. INVESTIGA TODO LO QUE NECESITES ACERCA DE TU META**

Una vez que hayas solucionado los dos puntos anteriores, estás listo para comenzar a caminar tras tu meta, pero antes de comenzar es necesario que evalúes todo lo que necesitas saber acerca de la misma para que puedas organizarte para comenzar a tomar acciones concretas que te lleven a tu meta pronto.

Afortunadamente estamos en un mundo donde la tecnología nos presenta un sinfín de información que está a un click de distancia.

Puedes acercarte a personas que ya hayan llegado a donde tú quieres llegar, y tomar nota de lo que ellos hicieron para tener un banco de información completa y continuar con el siguiente punto que te va a acerca mucho más rápido a la consecución de tu objetivo.



#### **4. ELABORA UN PLAN A SEGUIR PARA LLEGAR A TU META**

Ahora que ya tienes toda la información que necesitas es hora de elaborar tu plan maestro, es decir, los pasos que vas a seguir para llegar a tu meta.

Para elaborar este plan es necesario que organices cuidadosamente las cosas que deben realizarse en estricto orden, toma en cuenta las herramientas que necesites, los conocimientos que necesitas adquirir, los que ya tienes, las personas que puedan ser de ayuda para llevar a cabo tu plan, etc.

Este plan te dirá paso a paso lo que necesitas hacer para acercarte a la meta que deseas alcanzar, para ello necesitaras la información que recabaste anteriormente.

Diviértete diseñando tu plan, y ten en cuenta que debes



## **5. DEDICA TIEMPO Y ENFOQUE A TU META**

Evidentemente cuando estamos claros acerca de lo que deseamos alcanzar en nuestra vida, debemos estar dispuestos a tomar acciones concretas para lograr nuestro objetivo, y esto implica tiempo y dedicación trabajando para lograr tu meta.

Ninguna meta fue alcanzada, sentándose a esperar que milagrosamente las situaciones se dieran, porque incluso en los cuentos alguien hace algo para que se cumplan los deseos. Por ejemplo, en el caso de Aladino y su lámpara maravillosa, Aladino no hubiera conseguido sus 3 deseos sin que antes apareciera el genio, inclusive puedes imaginar que Aladino supiera que podría pedir los 3 deseos que se le ocurrieran y serían suyos y se sentaría a contemplar la lámpara deseando que el Genio apareciera para hacer realidad sus peticiones, y pasarían horas y por más que lo deseará si no tomaba otra acción diferente aparte de contemplar la lámpara el genio permanecería escondido por siglos.

¿Y qué paso entonces? Aladino hizo algo para lograr sus deseos, y tuvo que frotar la lámpara y de esa manera liberar al genio quién en agradecimiento le concedió sus 3 deseos.

Así mismo pasa con las metas, quizás no las consigas tan fácilmente con solo frotar una lámpara, pero evidentemente tienes que dedicarle tiempo valioso para seguir paso a paso un plan para llegar a ellas.

Enfocarte en lo que deseas realizando paso a paso las cosas que te acerquen a la consecución de tu meta, estudiando pacientemente todo lo que implique llegar a donde quieres llegar y aplicar con dedicación tus conocimientos acerca de lo que deseas, inevitablemente darán sus frutos, porque al final del camino, llegarás a tu meta como premio al esfuerzo y trabajo realizado durante el proceso. ¡ASI QUE ADELANTE!



## ***6. SIGUE PASO A PASO EL PLAN QUE ELABORASTE***

Ya que has elaborado tu plan de seguimiento, es donde comienza lo emocionante de este proceso. Ahora necesitas comenzar a poner en marcha el plan elaborado, es decir, comienza a seguir paso a paso cada una de las cosas que escribiste.

Ponerte manos a la obra para llegar hasta donde deseas llegar es un proceso emocionante, ya que tu motivación mayor será la seguridad de que tu esfuerzo, trabajo y dedicación no puede ser premiado con otra cosa que con el objetivo realizado.

Apégate a tu plan y trata de cumplir todas las fases tal como lo redactaste. Aunque es posible que en el camino existan cambios que haya que realizar, de acuerdo a las necesidades, ya que muchas veces planeamos las cosas pero las circunstancias cambian y es necesario ser flexible en estas circunstancias.

Recuerda un plan bien hecho facilitará el camino a tu meta, pero un plan bien hecho y llevado a cabo paso a paso será el puente perfecto para lograr el éxito.



## **7. BUSCA UN EJEMPLO A SEGUIR Y APRENDE DE ÉL**

Siempre que deseamos lograr una meta es importante contar con personas que ya hayan pasado por esa experiencia y que hayan logrado el éxito. Ya que nos servirán de ejemplo a seguir, para lograr nuestra meta de manera más sencilla.

Por ello elige a una persona exitosa que haya logrado algo similar a lo que tú deseas alcanzar. Luego, intenta investigar cómo hizo ella para lograr su meta, saber las situaciones que vivió en el proceso, los posibles obstáculos que surgieron en su camino y la forma en la que esa persona logro salir adelante y seguir avanzando hasta llegar a lograr su meta.

Un ejemplo a seguir, será útil para ti, y te mantendrá motivado, también te ayudará a conocer los aspectos negativos encontrados en el camino de manera que aprendas de su experiencia y pienses en posibles soluciones para los problemas que tú puedas tener en el camino.

Un modelo a seguir, no quiere decir que tengas que copiar o intentar ser exactamente como la otra persona. Si en cambio, que puedes aprender de las experiencias ajenas y poner tu sello personal con respecto a lo que estas buscando lograr. Escribir tu historia propia valiéndote de lo que puedas aprender de otras personas y convirtiéndote en un triunfador más que logra sus metas cuando se lo propone.



## **8. HAZ LOS CAMBIOS QUE SEAN PERTINENTES**

Cuando estás trabajando con dedicación y empeño en dirección a tu meta soñada, a pesar de haber investigado profundamente todo lo que necesitas para lograr tu meta, haber ideado un plan, encontrado un ejemplo a seguir y tener todo fríamente calculado para no cometer errores y lograr conseguir tu meta. Inevitablemente pueden existir cambios en el proceso que hagan que tus planes tengan que ser modificados.

No te cierres ni quieras que todo permanezca inflexible, cuando hay que hacer un movimiento diferente porque las circunstancias cambian, es necesario estar listo, para implementar una estrategia nueva que nos permita permanecer avanzando en el camino a nuestra meta.

Se flexible, ten a la mano diferentes alternativas, piensa en todo y sigue adelante hasta conseguir tu meta.



## **9. MANTEN UNA ACTITUD POSITIVA**

Indiscutiblemente la actitud es importante frente a cualquier cosa que se nos presente en nuestra vida, ya que nosotros somos dueños de nuestras emociones y somos capaces de transformar un día perfecto en un gran fracaso, o convertir un día de fracaso, en una grandiosa experiencia de aprendizaje. Todo esto lo podemos hacer con el poder que nos otorga ser dueños de nuestras emociones, es por ello que la actitud positiva, es algo importante cuando hablamos de alcanzar una meta.

Si piensas que no puedes, o que es imposible lograr tu meta, definitivamente ya estas destinado al fracaso; ya que tu mente estará programada para no lograr el objetivo trazado. Mientras que si estás seguro que puedes lograr tu meta, a pesar de que se presenten dificultades en el camino, tu mente estará programada para lograr tu meta, y buscará los métodos, técnicas, estrategias e instrumentos necesarios que te ayuden a lograr lo que deseas.

**Recuerda: MANTEN UNA ACTITUD POSITIVA TODO EL TIEMPO.**



## **10. VISUALIZA TU META DIARIAMENTE Y EMOCIÓNATE POR CADA PEQUEÑO LOGRO**

La visualización es una herramienta muy valiosa en lo que se refiere a alcanzar metas y objetivos.

La ley de la atracción dice que atraemos a nuestra vida todo aquello en lo que nos enfocamos, y que es necesario creer, sentir y vivir como si ya tuvieras aquello que deseas atraer a tu vida, para poder

tenerlo rápidamente. Es aquí, donde entra la visualización creativa, ya que utilizamos el poder de nuestra mente para proyectar nuestra meta lograda, el ejercicio es sencillo, tienes que poner en tu mente las imágenes de tu meta lograda, como te sentirás, como actuarás, de qué manera será tu vida una vez tienes tu meta lograda, visualízalo, siéntelo y de esa manera estas atrayendo a tu vida esa meta en la que te enfocas.

Realizar tu visualización diaria es algo que necesitas para que tu mente se acostumbre a esa imagen, experimente en tu mente las sensaciones y emociones de manera que con la practica tu mente no tendrá otra alternativa que atraer a tu vida esas imágenes en la realidad, ya que tu cerebro no distingue lo tangible de lo intangible.

Emociónate por cada logro por pequeño que sea, cada paso que des que te acerque más a tu meta, es un motivo para celebrar porque tu camino se

acorta rápidamente, la distancia entre tu meta y tú es mucho más corta, cada vez que logras algo nuevo, por ello, no dejes de observar cada pequeño avance y felicitarte por ello, y sigue adelante con la firme seguridad de que lograrás tus deseos.

**TU PUEDES PORQUE TIENES TODO LO NECESARIO PARA LLEGAR A DONDE TE PROPONGAS, LO UNICO QUE NECESITAS ES LA FIRME DECISION DE QUERER HACERLO.**

**Nota:** Espero que este E-book haya sido de utilidad para ti y que logres cada meta que te propongas siguiendo estos sencillos secretos.

**Visítanos en:**

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

**Visita mis blogs en:**

<http://caminoalarealizacionpersonal.blogspot.com/>

<http://psicosexito.wordpress.com/>

**Sígueme en mis redes sociales:**



**SI DESEAS RECIBIR EL BOLETIN PSICOEXITO EN TU CORREO ELECTRONICO O RECOMENDAR ESTE BOLETIN A ALGUIEN MÁS COMPLETA TU SUSCRIPCIÓN AQUÍ:**

<http://suscripboletin.psicosexito.com/>