

Episodio #306

CÓMO ESPERAR LO MEJOR Y GANAR SIEMPRE

Juan Vereecken y Alejandro Mendoza

La Ley de la Conducta Humana dice: Tarde o temprano tendremos lo que _____ tener.

Por supuesto que la pregunta que surge es: ¿_____ estás esperando?

La _____ más importante que enfrentamos en nuestra vida es la que ocurre en nuestra _____.

"El hombre no es derrotado por sus oponentes, sino por sí mismo."

—General sudafricano, citado por John C. Maxwell en El lado positivo del fracaso

📺 Video del tenista Novak Djokovic sobre la mentalidad

Lecciones valiosas de Novak Djokovic sobre la _____ en la cancha:

- _____ que tienes miedo: Reconocer el estado de tu mente es el primer paso para _____.
- _____ tus emociones con acciones controladas que te permitan _____: Gritar, hacer respiraciones fuertes y controladas, saltar.

DESARROLLA UNA MENTALIDAD GANADORA

1. Esperar lo _____ en _____

Esto comienza con la _____ de pensar de cierta manera, y al convertirse en _____, se desarrolla como mentalidad.



Episodio #306

CÓMO ESPERAR LO MEJOR Y GANAR SIEMPRE

Juan Vereecken y Alejandro Mendoza

"Los líderes somos distribuidores de esperanza."

—Napoleón Bonaparte

Para esperar lo mejor en todo, necesitas:

- _____ de personas que son así: Las personas negativas te _____ toda la esperanza.
- _____ tu pasado: Ten presente que ya has _____ grandes cosas y que ningún problema ha durado para siempre.
- Llenarte de historias y logros de _____: Esto te da _____, te hace sentir acompañado y te _____ a lograr más.
- _____ tu mente en las _____: Si te enfocas más en el éxito que en el fracaso, tus decisiones se _____ con esa _____.

2. Mantén una _____ de _____

No hay problema con tener dudas o incertidumbre. El problema aparece cuando empiezas a expresar esas preocupaciones —miedos, inseguridades, estrés— a través de tus _____ o lenguaje _____.

La _____ siempre ocurre _____ en la mente, luego en la realidad.

Mantener una actitud de triunfo es una tarea _____. Al principio fallarás, pero con el tiempo se vuelve parte de ti.

Si deseas ser una persona de gran _____, desarrolla esta mentalidad de triunfo, porque todos queremos estar _____ de alguien que nos inspira a ganar.



Episodio #306

CÓMO ESPERAR LO MEJOR Y GANAR SIEMPRE

Juan Vereecken y Alejandro Mendoza

3. Cree en ti, _____

Más allá de si tuviste o no a alguien que sembrara esta convicción en tu vida, tú puedes —y debes— estar seguro de que _____ lograr lo que te propongas. Siempre.

La seguridad en ti mismo y en tus _____ es clave para desarrollar una mentalidad que no _____ de las circunstancias ni de los _____ de los demás.

Y, sobre todo, sé esa persona que le dice a otros que cree en ellos. Todos sabemos lo poderosas que son esas palabras cuando vienen de alguien que _____.

Recomendamos:

- Estar en _____ positivos y de _____.
- Evitar intencionalmente ambientes o personas que te _____.
- Encontrar tus áreas de _____ y enfocar tu _____ en ellas.
- _____ en lo bueno que hay en tu vida.
- Celebrar tus victorias.
- Decidir que tú vas a ser tu mejor _____.

4. No perder el _____

El ánimo es _____ porque se _____ y se contagia.

"Si tu don es de liderazgo, lidera con entusiasmo."

—Romanos 12:8



Episodio #306

CÓMO ESPERAR LO MEJOR Y GANAR SIEMPRE

Juan Vereecken y Alejandro Mendoza

Palabras: esperamos, Qué, batalla, mente, mentalidad, Admite, enfrentarlo, Expresa, drenar, mejor, todo, decisión, hábito, Rodearte, absorben, Recordar, superado, otros, perspectiva, inspira, Fijar, posibilidades, alinearán, visión, actitud, triunfo, palabras, no verbal, derrota, primero, diaria, impacto, cerca, siempre, puedes, capacidades, dependa, comentarios, admiramos, ambientes, empoderamiento, menosprecien, fortaleza, tiempo, Meditar, amigo, ánimo, poderoso, percibe.



Episodio #306

CÓMO ESPERAR LO MEJOR Y GANAR SIEMPRE

Juan Vereecken y Alejandro Mendoza

La Ley de la Conducta Humana dice: Tarde o temprano tendremos lo que esperamos tener.

Por supuesto que la pregunta que surge es: ¿Qué estás esperando?

La batalla más importante que enfrentamos en nuestra vida es la que ocurre en nuestra mente.

"El hombre no es derrotado por sus oponentes, sino por sí mismo."

—General sudafricano, citado por John C. Maxwell en El lado positivo del fracaso

📺 Video del tenista Novak Djokovic sobre la mentalidad

Lecciones valiosas de Novak Djokovic sobre la mentalidad en la cancha:

- Admite que tienes miedo: Reconocer el estado de tu mente es el primer paso para enfrentarlo.
- Expresa tus emociones con acciones controladas que te permitan drenar: Gritar, hacer respiraciones fuertes y controladas, saltar.

DESARROLLA UNA MENTALIDAD GANADORA

1. Esperar lo mejor en todo

Esto comienza con la decisión de pensar de cierta manera, y al convertirse en hábito, se desarrolla como mentalidad.



Episodio #306

CÓMO ESPERAR LO MEJOR Y GANAR SIEMPRE

Juan Vereecken y Alejandro Mendoza

"Los líderes somos distribuidores de esperanza."

—Napoleón Bonaparte

Para esperar lo mejor en todo, necesitas:

- Rodearte de personas que son así: Las personas negativas te absorben toda la esperanza.
- Recordar tu pasado: Ten presente que ya has superado grandes cosas y que ningún problema ha durado para siempre.
- Llenarte de historias y logros de otros: Esto te da perspectiva, te hace sentir acompañado y te inspira a lograr más.
- Fijar tu mente en las posibilidades: Si te enfocas más en el éxito que en el fracaso, tus decisiones se alinearán con esa visión.

2. Mantén una actitud de triunfo

No hay problema con tener dudas o incertidumbre. El problema aparece cuando empiezas a expresar esas preocupaciones —miedos, inseguridades, estrés— a través de tus palabras o lenguaje no verbal.

La derrota siempre ocurre primero en la mente, luego en la realidad.

Mantener una actitud de triunfo es una tarea diaria. Al principio fallarás, pero con el tiempo se vuelve parte de ti.

Si deseas ser una persona de gran impacto, desarrolla esta mentalidad de triunfo, porque todos queremos estar cerca de alguien que nos inspira a ganar.



Episodio #306

CÓMO ESPERAR LO MEJOR Y GANAR SIEMPRE

Juan Vereecken y Alejandro Mendoza

3. Cree en ti, siempre

Más allá de si tuviste o no a alguien que sembrara esta convicción en tu vida, tú puedes —y debes— estar seguro de que puedes lograr lo que te propongas. Siempre.

La seguridad en ti mismo y en tus capacidades es clave para desarrollar una mentalidad que no dependa de las circunstancias ni de los comentarios de los demás.

Y, sobre todo, sé esa persona que le dice a otros que cree en ellos. Todos sabemos lo poderosas que son esas palabras cuando vienen de alguien que admiramos.

Recomendamos:

- Estar en ambientes positivos y de empoderamiento.
- Evitar intencionalmente ambientes o personas que te menosprecien.
- Encontrar tus áreas de fortaleza y enfocar tu tiempo en ellas.
- Meditar en lo bueno que hay en tu vida.
- Celebrar tus victorias.
- Decidir que tú vas a ser tu mejor amigo.

4. No perder el ánimo

El ánimo es poderoso porque se percibe y se contagia.

"Si tu don es de liderazgo, lidera con entusiasmo."

—Romanos 12:8



Episodio #306

CÓMO ESPERAR LO MEJOR Y GANAR SIEMPRE

Juan Vereecken y Alejandro Mendoza

¿Qué te parece si te recomendamos un ejercicio súper práctico para cambiar tu mentalidad cuando estás en una situación difícil?

En el canal de Juan Vereecken en YouTube vamos a continuar esta conversación, específicamente en la comunidad exclusiva.

Y es muy fácil unirte: solo haz clic en el botón que dice **UNIRSE** y de inmediato tendrás acceso a contenido práctico y accionable para seguir avanzando en tu ruta de crecimiento.

