



En este número:

Secretos para la Realización Personal	1
La manera como yo lo veo...	1
Espíritus Hambrientos (parte I)	2
Consejo del mes	2

¡Aproveche! La primera sesión de Coaching sin costo. Segura Armand Consultores ofrece por tiempo limitado **Coaching Ejecutivo y de Vida** para usted y sus ejecutivos. ¡Logre sus objetivos, usted tiene los recursos para hacerlo!



Secretos para la Realización Personal

¿Hay algo que quieras cambiar o lograr en tu vida?

Probablemente quieras...

- Comenzar un negocio
- Lograr un objetivo en tu trabajo
- Desarrollar tus habilidades de liderazgo
- Tener una nueva carrera (o un aumento)
- Solucionar algún conflicto
- Alguna otra cosa

No importa lo que desees cambiar o conseguir, los secretos del éxito son los mismos...

#1: Sé claro. Decide qué quieres y sé tan específico como sea posible. Mientras más claro seas en lo que quieres en la vida, es más posible que lo logres.

#2: Obtén perspectiva. Mucha

gente no le dice a nadie lo que quieren o con qué están batallando y por eso no tienen una perspectiva externa.

#3: Obtén soporte. Muy pocas personas (si es que hay alguna) logran algo solos. Las estrellas del deporte tienen compañeros y coaches.

Con el **coaching** tú puedes:
Crear una visión clara del éxito sabiendo exactamente qué deseas, hacia dónde vas y qué necesitas hacer para que suceda.
Descubrir retos ocultos que puedan estar saboteando tu habilidad para hacer

cambios duraderos o que están deteniendo tu progreso.
Encontrar los recursos para lograrlo.

Pueden ser temas de negocios, personales, de pareja, padres-hijos, etc.

Se trata de que la persona encuentre su camino y sus recursos por sí misma. Se trata de que la persona se haga responsable de sí misma y de lo que le sucede.

Segura Armand Consultores le ofrece Coaching Ejecutivo y de Vida. Contáctenos. ☐

La manera como yo lo veo... Por Carlos Segura

En su libro "The Business Bible" sobre valores éticos en el trabajo, Rabbi Wayne observa que el hacer selecciones éticas puede ser más sencillo de lo que parece:

Sólo habrá algunas pocas decisiones trascendentes que tendrá que tomar. La mayoría pueden ser pequeñas, decisiones del día a día que, tomadas en conjunto forman un patrón de comportamiento que lo guía a usted y lo define. No hace mucho un hombre completó una

caminata a través de Estados Unidos. Empezó en Nueva York con los pies en el Océano Atlántico y terminó en California, donde metió sus pies en el Océano Pacífico. Mientras se acercaba a su destino, un gran contingente de medios de comunicación lo seguían en sus últimos pasos. Alguien le preguntó, "¿Cuál fue la parte más difícil de atravesar el país caminando?" "¿Fue el sol abrasante?" "¿Las frías lluvias?" "¿Cruzar las montañas?" "¿Fue el cansancio que le llegaba en las noches? El

caminante contestó, "no fue ninguna de esas cosas", "La parte más dura de cruzar el país fueron los pequeños granos de arena que se metían en mis zapatos." Cuando enfrenta la pequeñas cosas primero, cuando enfrenta los pequeños problemas conforme van saliendo, eventualmente podrá domar al monstruo de la inmortalidad y vencer a cualquier dragón de imperfección ética. ☐



“La persona promedio mira sin observar, oye sin escuchar, toca sin sentir, come sin saborear, se mueve sin fijarse... y habla sin pensar.”

— Leonardo da Vinci

Contáctenos ahora y pregunte por una sesión inicial SIN COSTO para discutir sus requerimientos y ver cómo podemos crear una solución individualizada para su negocio.

Espíritus Hambrientos (parte 1)

Por Yvonne Armand

Estando en una clase de chakras, este término apareció en la presentación que la maestra estaba dando hablando de niveles de crecimiento espiritual. No era el tema de clase ni se hizo hincapié en ello, sin embargo a mí me saltó a la vista y se me impactó en el corazón.

¿Alguna vez has sentido que alguien “te come”? yo sí, es una sensación extraña, difícil de describir y mucho más difícil de darse cuenta. Me ha llevado muchos años lograr identificar esta

situación en mi vida y otros tantos más quitarme para no permitir “ser comida” o “comer”.

Este término me pareció maravilloso, he estado rodeada de espíritus hambrientos y yo he sido uno de ellos también.

¿Estás hoy siendo un espíritu hambriento?, ¿estás junto a un espíritu hambriento?

¿Sientes que nada te llena, sientes que nada te satisface, nunca nada es suficiente, quieres más, más amor, más atención, más comida, más ejercicio, más tiempo,

más espacio, más diversión, más tabaco, más droga, más, más, más...?

¿Sientes que no eres suficiente, que siempre te falta algo para satisfacer al otro, hacer mejor el trabajo, hacer mejor la comida, limpiar mejor, ser mejor, amar mejor, estudiar mejor, estar mejor, mejorar, mejorar, mejorar...?

(Continuará...) □

Consejo del mes.

De un amigo a otro.

Cuando se encuentre en alguna situación difícil con alguna persona y no sepa cómo reaccionar trate esto:

Olvídese totalmente a la persona con la que está discutiendo. Sólo imagine que su mejor amigo está en la misma situación exactamente. ¿Cómo manejaría la situación con él/ella?, ¿Tiene la respuesta? Entonces vaya y hágalo. En la mayoría de los casos, esta será su mejor solución...■



Segura Armand
Consultores, S.C.

Coaching y Consultoría Especializada para su Negocio

Visítenos en: www.seguraarmand.org

O contáctenos en: contacto@seguraarmand.org

Visite nuestro Blog **El Lado Humano**: <http://seguraarmand.org/wordpress>

Síguenos en Twitter: <http://twitter.com/SeguraArmand>