

Cómo establecer
TUS METAS
para **CONSEGUIR**
lo que quieres en **LA VIDA.**

Estrategias para lograr tus objetivos
La Fórmula del Éxito.



MARÍA JOSÉ R. CONS

Primera edición: junio de 2022

© Copyright de la obra: María José R. Cons

© Copyright de la edición: Angels Fortune Editions

Código ISBN: 978-84-126062-1-8

Código ISBN digital: 978-84-126062-2-5

Depósito legal: B 18381-2022

Corrección: Juan Carlos Martín Jiménez

Diseño y maquetación: Tusideas

Edición a cargo de Ma Isabel Montes Ramírez

©Angels Fortune Editions

www.angelsfortunedititions.com

Derechos reservados para todos los países

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni la compilación en un sistema informático, ni la transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, ya sea electrónico, mecánico o por fotocopia, por registro o por otros medios, ni el préstamo, alquiler o cualquier otra forma de cesión del uso del ejemplar sin permiso previo por escrito de los propietarios del copyright.

«Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser con la autorización de sus titulares, excepto excepción prevista por la ley».

A mis padres por su mágico amor.

Cada línea de este libro es fruto de su ejemplo de disciplina y superación.

¡Os amo, siempre!

Gracias por adquirir
este libro

¡El éxito es un viaje, no un destino!

**Si quieres cambiar tu vida,
no pongas fechas.**

¡TU CAMBIO EMPIEZA HOY!

Índice

Notas de la autora

Prólogo

ME PRESENTO. SOY MARÍA JOSÉ R. CONS

CÓMO ESTABLECER TUS METAS PARA CONSEGUIR LO QUE QUIERES EN LA VIDA

I. LAS PRIMERAS PREGUNTAS QUE TE DEBES HACER PARA LLEGAR MÁS LEJOS EN TU VIDA

1. ¿Dónde estoy ahora?
2. ¿Hacia dónde quiero ir ahora?
3. ¿Cómo voy a conseguirlo?
4. ¿Por qué lo quiero ahora?
5. ¿En cuánto tiempo lo conseguiré?
6. Ejercicio de los 7 Niveles de Profundidad.
7. Recapitulemos.

II.- APRENDE A DESARROLLAR TUS METAS Y CÓMO ALCANZARLAS. PRINCIPIOS

1. Descubre qué quieres conseguir y márcate un objetivo.
2. Define tus metas y tus objetivos con claridad, de manera tangible.
3. Sé constante y busca metas que te motiven.
4. Tus metas deben ser realizables para ti. Aprende a elaborar tu Plan de Acción.
5. Cree que es posible conseguir tu meta y tus objetivos.
6. Márcate metas que te hagan crecer. Metas específicas.
7. Márcate metas con limitación temporal clara.
8. Revisa tus metas y tu progreso a menudo.
9. Fija tus metas para cumplirlas y no para abandonarlas. Concéntrate en lo que quieres.
10. No te detengas después de haber logrado tu meta.

11. No te preocupes por no lograr tus metas.
12. Recapitulemos.

III. APRENDE A MANEJAR TU TIEMPO Y A SER PRODUCTIVO

1. Establece un cronograma para tu proyecto.
2. Enfócate en tu meta. Reduce las distracciones.
3. Administra tu tiempo. Delega.
4. Sigue aprendiendo y utiliza la actitud adecuada.
5. Usa la tecnología como una herramienta, no como distracción.
6. Método para establecer prioridades. 4 Niveles de Importancia.
7. Recapitulemos.

IV.- HABILIDADES CLAVE PARA CONSEGUIR TUS METAS

1. Cómo fijar una actitud adecuada. Pregúntate si la tuya es adecuada.
2. Desarrolla estas 20 Habilidades para alcanzar tus metas.
3. Un cuento para pensar: el poder de la sencillez.
4. Recapitulemos.

V. EL PODER DE LOS HÁBITOS

1. El mejor hábito: crea tu sistema.
2. El ciclo de los hábitos.
3. ¿Cómo cambiar de hábitos?
4. Crear un hábito que perdure. Empieza hoy.
5. Recapitulemos.

VI. PROGRAMA TU MENTE PARA EL ÉXITO

1. Programa tu mente para el éxito.
2. Programación mental en los primeros siete años.
3. Reprogramación mental para lograr una mente triunfadora: pasos.
4. Herramientas poderosas para tu Programación Mental.

5. Ejercicios mentales diarios para recodificar tu cerebro y crear tu nueva mentalidad.
6. Siente afecto por el cambio.
7. Advertencias.
8. Poderosos ejercicios para reprogramar tu mente. ¡Hazlos y tu vida cambiará!
9. Recapitulemos.

VII. APRENDE A USAR LA VISUALIZACIÓN CREATIVA

1. ¿Qué es la Visualización Creativa?
2. Entrenamiento en Visualización Creativa.
3. Ejercicios básicos de visualización.
4. Visualización de tus metas alcanzadas.
5. Recuerda que...
6. Recapitulemos.

VIII. LA AUTÉNTICA FÓRMULA DEL ÉXITO

1. La Fórmula del Éxito. Cada vez que quieras hacer algo distinto y conseguirlo, sigue estos pasos.
2. Conoce tus objetivos.
3. Conoce las razones por las que quieres ese objetivo.
4. Lánzate. Haz las cosas.
5. Conoce y mide tus resultados.
6. Cambia tu enfoque si tus resultados no se ajustan a tu objetivo.
7. Mejora tu Sistema de Activación Reticular (SAR). Convierte tu cerebro en un radar para el éxito.
8. Es muy importante tener objetivos en todas las áreas de la vida.
9. Un cuento para pensar: los tres leones.
10. Recapitulemos.

IX. RAZONES POR LAS QUE NO CONSIGUES TUS OBJETIVOS. ¿CUÁL ES LA TUYA?

1. No es lo que realmente quieres.
2. No es el momento adecuado para ti.
3. Tus objetivos están poco definidos.
4. Te centras solo en el resultado y no en el proceso.
5. Subestimas el tiempo y energía que vas a necesitar.
6. Toma de decisiones. Evita la parálisis por análisis.
7. Eres demasiado exigente. Libérate del perfeccionismo.
8. No crees que vas a conseguirlo.
9. Un cuento para pensar: el águila que no quería volar.
10. Recapitulemos.

X.- ¿CÓMO SUPERAR LOS FRACASOS?

1. Focalízate en una actitud positiva, incluso cuando falles.
2. Inténtalo de nuevo cuando fracasas.
3. Evita anclar tu pensamiento en el miedo o en el fracaso.
4. Aspira a ser feliz en otras partes de tu vida.
5. Recomendaciones para tener éxito.
6. Un cuento para pensar: cuento zen del bambú japonés.
7. Recapitulemos.

XI.- COMIENZA POR ESCRIBIR AQUÍ Y AHORA TU META. EL PROPÓSITO DE TU VIDA

1. Describe tu meta. El propósito de tu vida.
2. La Ley del Propósito de la Vida: **tu Ikigai**.
3. Un cuento para pensar: el farol del ciego.
4. Por último, quema tus naves.
5. Recapitulemos.

AGRADECIMIENTOS

SOBRE LA AUTORA

BIBLIOGRAFÍA

UNA ÚLTIMA COSA...

«LA CONSTANCIA Y LA
DISCIPLINA SUPERAN A LA
PROPIA NATURALEZA»

NOTAS DE LA AUTORA

Amad@ lector@:

Antes de que inicies este transformador viaje, aprendiendo CÓMO ESTABLECER TUS METAS PARA ALCANZAR LO QUE QUIERES EN LA VIDA, debes saber que cuando yo inicié mi viaje, cada paso hacia mi meta fue transformando mi vida. No solo la mía, sino la de mis seres queridos. Quiero que tú también transformes la tuya y la de los tuyos.

Cada uno de nosotros ha nacido para ser fuente de inspiración y de ayuda para los demás.

Aquí, en este libro, te encontrarás con tu IKIGAI.

Te preguntará qué es IKIGAI. Aunque te lo explico en detalle en el último capítulo del libro, te adelanto que es un concepto japonés que significa «la razón de vivir». Es el propósito de tu vida.

«La disciplina, el compromiso y la integridad crean milagros»

Gracias por tu generosidad y por tu tiempo.

Prólogo

¿Cuándo fue la última vez que querías hacer algo, pero no sabías por dónde empezar? ¿Qué es lo que quieres conseguir ahora? ¿Qué es lo que te motivará para ponerte en marcha para conseguirlo?

¿Eres de los que empiezan el año con buenos propósitos, pero al poco tiempo los abandonan? ¿Alguna vez te has preguntado por qué no eres capaz de alcanzar tus objetivos? ¿Te has sentido culpable, y piensas que no tienes voluntad, que eres incapaz de lograr lo que te propones? Todas estas preguntas nos enfrentan a una realidad que es bastante frecuente, no eres el único al que le ha pasado o le está pasando; a todos nos sucede en algún momento de nuestra vida.

Quiero decirte que tú no tienes ningún problema, que eres perfectamente capaz de lograr tus objetivos, de conquistar lo que te propongas. En realidad, el problema está en los métodos que utilizas para alcanzarlos, por eso te resulta difícil determinar tus metas y lograr tus objetivos.

En este libro encontrarás una guía-ruta, en la que descubrirás las estrategias que te guiarán para definir tus objetivos y alcanzar tus metas.

¿Cómo empezar cuando no sabes qué hacer? ¿Qué hacer cuando no sabes cómo empezar?

Quizá estés inmerso/a en la búsqueda de una meta. Quizá pertenezcas a ese tipo de personas que, constantemente, están buscando ideas y estrategias que pueden ayudarte en tus estudios, en tus negocios, en tus relaciones con los demás; nuevas ideas que te hagan sentir más feliz, más fuerte, más vivo.

Sabes que **¡no hay recetas mágicas!**

Conseguir metas supone aprender y vivir experiencias nuevas.

El éxito es una consecuencia de la aventura de lo vivido y lo aprendido en ese camino.

En el proceso de ir en pos de una meta aprendemos a desarrollar un sinfín de habilidades y destrezas, tales como: la motivación, la iniciativa, la creatividad, el compromiso, la

orientación al logro, la resolución de problemas, la gestión eficaz del tiempo... Sobre todo, nos lleva a la satisfacción personal para con nosotros mismos.

Confía en tu talento y en tus capacidades.

Al principio, **tendrás que hacerte preguntas.** Estas te harán descubrir dónde estás, a dónde quieres llegar y cómo lo lograrás.

Necesitas aprender a hacer una hoja de ruta («tu mapa del tesoro»), un plan donde establezcas detalladamente cómo alcanzarás tus objetivos y tu meta. Esto te permitirá llegar tan lejos como quieras llegar.

Diseña tu camino y emprende el viaje sin excusas y, sobre todo, sin mirar atrás.

¡Vamos, te acompañaré a través del desafío que supone alcanzar tu sueño!

Este libro está estructurado y explicado de forma sencilla, ordenada y comprensible.

Mi mundo es la docencia, por eso quiero que puedas ver, comprender y sentir lo que aquí quiero transmitirme, de la manera más cercana y asequible posible. Al final de cada capítulo te incluyo una Sección de Recapitulación (Recapitulemos), donde te resumo las ideas y conceptos más importantes tratadas en cada capítulo.

Este libro es la recopilación ordenada y sistemática de las estrategias, técnicas y consejos necesarios para alcanzar cualquier meta que una persona se proponga en la vida.

Da igual si tu meta es lograr ganar un campeonato deportivo, si quieres conseguir superar una Oposición o superar tu mejor marca personal deportiva, si quieres lograr el éxito empresarial, si quieres comprar una casa, si quieres mejorar tu estado físico o si quieres mejorar tus relaciones personales.

Todas estas estrategias funcionan, aplicándolas de forma ordenada y constante.

En tu interior está la semilla de la grandeza.

Eres capaz de desarrollar todo tu potencial, voluntad, disciplina y constancia para alcanzar

Empieza ya, tu meta te está esperando.

Aprovecha la oportunidad que tienes ante ti.

«*Todo es difícil antes de ser fácil*» - Goethe.

ME PRESENTO. SOY MARÍA JOSÉ R. CONS

Hola. Me llamo María José R. Cons y para mí es mágico poder hablarte a través de las páginas de este libro.

Me gustaría contarte quién soy, y cómo he vivido cada paso de «Cómo establecer tus metas para conseguir lo que quieres en la vida», y cómo las enseñanzas de este libro te ayudarán a conseguir tus metas, y a encontrar el propósito de tu vida: tu IKIGAI.

La época más feliz, cómoda y tranquila de mi vida fue mi infancia. Soy hija única y mis padres me colmaron de amor. Tuve todo aquello que quería, aunque siempre me inculcaron que ayudar a los demás era la mejor forma de agradecer lo que el cielo me regalaba.

Tienes un ejemplo de esto en mi libro «Mi último regalo de Navidad».

Fui a un colegio privado femenino. Y crecí siendo una niña alegre, curiosa y decidida. A veces hacía de guardaespaldas o de pequeña justiciera, tal y como Manolo, mi amiguito especial, lo hacía conmigo, cuando yo jugaba de portera al fútbol con los demás niños. Yo no «permitía», en mi colegio, que las niñas mayores pegaran a las pequeñas, por eso me llevé alguna que otra bofetada y empujón, pero lo agradecía, porque reafirmaba mi decisión de no dejar que acosaran a las pequeñas.

Sin embargo, en los últimos dos cursos sufrí lo que hoy se conoce como *bullying* escolar. Una niña repetidora más grande y frustrada, se metía conmigo, me robaba bolígrafos, hasta me cambió mi chándal nuevo por un chándal viejo, cuando me duchaba después de la clase de gimnasia. Aun así, no me amedrenté y no dejé que me venciera emocionalmente. En esos años, me ayudaron mucho mis actividades de atletismo y baloncesto. A esta niña, ahora ya convertida en una mujer hecha y derecha, su nombre es Nuria, la encontré en el autobús hace unos seis años. Estaba muy deteriorada, avejentada, mal vestida y sin trabajo. Ella me reconoció al momento y me saludó. Al bajarse del autobús me pidió perdón por todo el mal que me había hecho en el colegio. Me confesó que me tenía envidia y que disfrutaba burlándose de mí y robando mis cosas. Le dije que no

le guardaba rencor. De hecho, no había vuelto a pensar en ella desde que terminé mi formación en ese colegio. Sería muy cruel decirle que su vida actual era consecuencia de las semillas que plantó en su pasado. La ley del Karma es inexorable. Insensatos aquellos que creen que saldrán ilesos de sus tropelías. Sin embargo, el perdón es el mejor escudo contra la maldad.

Continúo.

En ese colegio de monjas era muy solicitado mi don de dibujar, me encargaba de hacer todos los carteles, letras y dibujos de las fiestas que durante el año se celebraban. Mi única meta era dedicarme al arte. A mis siete años, gané un concurso de pintura con la mención especial. Unos mecenas llamaron a mis padres para decirles que me darían una beca para hacer Bellas Artes en Madrid. Mi padre dijo que, primero, debía terminar mis estudios y después su niña decidiría lo que quería ser y hacer. Yo, sin duda, les dije que quería ser pintora. Nada me interesaba más, salvo hacer deporte y la naturaleza.

Aunque, a veces, aparecen en nuestra vida situaciones que truncan nuestros sueños, todo tiene un sentido y una razón. En ese momento, ni lo entendí, ni podía hacerlo. Era muy pequeña, tenía diez años, y mi único mundo se rompió.

Nuestra casa estaba llena de cajas embaladas para trasladarnos a Madrid. Faltaban veinte días para irnos, cuando diagnosticaron a papá un cáncer cerebral. Después de siete meses luchando, falleció. Dejó a su niña, a su esposa, y a su proyecto de ir a trabajar a Madrid para que yo pudiera hacer Bellas Artes.

Recuerdo cómo me llevaron a casa de una vecina, y que no volví a ver a mi papi. Aún hoy, el corazón se me oprime y las lágrimas me asaltan cuando lo recuerdo. Ahora sé que tenía que irse, que había completado su camino, y que yo tenía que sufrir esa experiencia para hacerme más fuerte... Desde entonces, cuando siento que las fuerzas me abandonan, llamo a mi padre: ¡papi, ayúdame!, y siento cómo su fuerza me abraza y el coraje vuelve a mí.

Todo se rompió en mi mundo. Mi madre estuvo tres meses sin hablar. Me cuidaba, me alimentaba, se preocupaba por mí, pero no hablaba. Un día, me miró y me dijo: «No puedo seguir así, tengo que salir a trabajar. Cuando vengas del colegio espera

en casita a mamá, y no abras a nadie. Mamá llegará tan pronto como pueda de trabajar. Tenemos que ser fuertes. Ahora ya no está papá, tenemos que salir adelante con nuestras fuerzas».

Fueron unos años muy duros para ella. Yo comencé a entender el valor del dinero. El dinero es necesario para pagar muchas necesidades de nuestra vida. Mamá siempre estaba preocupada por el dinero. Por eso, mi decisión de ser pintora cambió, y también mi discurso en relación a la vida.

—Mamá, cuando sea mayor ganaré mucho dinero y no volverás a preocuparte por él. No gastes en mí, no necesito nada —le decía cada día.

A partir de ahí, comencé a estudiar con hambre de aprender todo y de todo. Leía tantos libros como podía, de filosofía, de historia, de gramática, de astronomía, de botánica, de mitología, de poesía...

Terminé el instituto con sobresaliente de media y me matriculé en la Facultad de Derecho, de la Universidad de Santiago de Compostela. Y después completé un Máster de Bolsa y Mercados Financieros en la Facultad de Económicas y Empresariales de la misma Universidad.

En mi segundo año de carrera, tuve una experiencia cercana a la muerte. Yo, en esas fechas, me ponía una vacuna personalizada para mi alergia al polvo, y un día, en el ambulatorio, me inyectaron una sobredosis de mi vacuna (esta experiencia la relato en mi libro «La otra vida»). Estuve casi al otro lado y, una vez allí, no quería volver. Me sentía feliz, pero me obligaron a volver. Recuerdo perfectamente: «Aún no es tu hora. No puedes pasar. Tienes que volver». Tenía que cumplir mi misión, aquello para lo que había nacido. Todos hemos venido a aprender y a realizar nuestro propósito de vida. Mi vida había cambiado tanto, que no había vuelto a pintar. Ya no sentía la necesidad de hacerlo.

Cuando terminé mis estudios de Derecho tenía que tomar otra gran decisión. ¿A qué me dedicaría? ¿Trabajaría en un despacho? ¿Prepararía una oposición? ¿Trabajaría en una empresa? No tenía ni idea de cuál era mi mejor opción.

Sin embargo, comencé a invertir en Bolsa, a aprender por mi cuenta y a sacar conclusiones de todo lo que leía en los periódicos. En aquellos tiempos, internet y «San» Google no existían como ahora.

Con 25 años comencé a construir mi portafolio o cartera de inversiones. Me inicié contratando fondos de inversión en el Banco Santander. Tenía que ser una inversora agresiva, porque estaba comenzando a construir mi patrimonio. Ser una inversora agresiva significa, en el perfil del inversor, que estás preparado para escenarios en los que la inversión puede verse afectada (bajada de valor) y que tienes la paciencia necesaria para esperar a que la inversión se recupere, en caso de un mercado bajista (bajadas progresivas en renta variable). La renta variable es un tipo de inversión en la que la recuperación del capital invertido y la rentabilidad de la inversión no están garantizadas, ni son conocidas de antemano. Por eso, en la publicidad de estos productos financieros te explican que las rentabilidades pasadas no te aseguran rentabilidades futuras. Yo elegía los fondos más rentables, los escogía, sobre todo, entre los sectoriales. Estudiaba su histórico, cómo había sido la evolución que habían tenido en los años anteriores, uno, tres o cinco años, y su correlación o no con el mercado actual, si subía o bajaba con la misma intensidad o no que el mercado actual de ese momento. Mi propósito, mi objetivo específico, era enfocarme de manera eficiente y efectiva para que mi patrimonio aumentara cada año, para llegar a ser libre financieramente, para comprar mi casa soñada con jardín, sin necesidad de pedir una hipoteca, y hacerlo antes de los cincuenta años. Sin saberlo, había definido una de mis metas y objetivos perfectamente. Era específico, quería construirme un patrimonio. Era medible, mes a mes podía comprobar y monitorear cuánto aumentaba el valor de mis inversiones. Era alcanzable, yo sabía que podría con mi esfuerzo y capacidad ganar millones de pesetas, aún faltaban unos cinco o seis años para que desapareciera la peseta española (el euro comenzó a circular como la nueva moneda en España, el 1 de enero de 2002). Era relevante, significaba cumplir la palabra que di a mi madre de que no sufriría, ni se preocuparía más por el dinero. Y había fijado un plazo concreto. Antes de los años que tenía en ese momento, veinticinco, lograría un patrimonio

suficiente para mamá y para mí. Recuerdo que uno de los primeros fondos en los que invertí era de semiconductores. En aquel momento me parecían muy interesantes, porque se utilizan en la fabricación de muchísimos dispositivos electrónicos y creía que su evolución y utilización serían fundamentales en el futuro. Hoy en día, sufrimos la escasez de los semiconductores y vemos cómo afecta negativamente su carencia a la economía global.

Recuerdo cómo a finales de ese mes de agosto en el que había cumplido veintiséis años, me acerqué a la Oficina del Banco para hablar con el asesor que llevaba mi cartera de inversión. Quería cambiar unos fondos que no iban como yo esperaba y el asesor me ofreció un producto financiero que no me gustó nada. Él insistía en que era muy interesante y que probará con él, pero me negué en rotundo diciéndole que me «ofendía» con ese producto. Yo jamás contrataría algo así, quería un producto líquido que pudiera mover con total libertad y de manera rápida. Me animó a hablar con el gestor de Banca Privada del Banco, para hacerme ver que él sí podría convencerme. Hablé con él por teléfono, no más allá de tres frases. Le dije: «No me ofrezca lo que usted no contrataría» y ocurrió algo inesperado. Me dijo que quería conocerme, que le esperara un momento, que no tardaría nada en bajar (él trabajaba en la segunda planta del banco y yo estaba en la planta baja). Apareció un señor mayor, canoso, con gafas y con rostro amable. Me estrechó efusivamente la mano y me dijo que estaba encantado de conocerme, que hasta ahora nadie le había hablado así. Mucho menos una mujer tan joven y sin experiencia en mercados financieros. Me dijo que solo gestionaba patrimonios a partir de veinticinco millones de pesetas, en Banca Privada, pero que yo podría ir a hablar con él cuando quisiera. Le respondí: «Yo ahora no tengo veinticinco millones, solo tengo tres millones, pero los tendré, y muchos más». Lo dije con toda mi fuerza, convicción y fe. Él afirmó con su cabeza y me dijo muy sonriente: «Estoy seguro de ello».

Hoy ya he conseguido lo que me había propuesto. Cumplí la palabra que le había dado a mi madre y con el compromiso que había firmado conmigo misma cuando tenía veinticinco años. No ha sido fácil, pero qué hay fácil en la vida que antes no haya sido difícil.

Un día acompañé a una amiga a una entrevista de trabajo, **ella** siempre me decía que yo le aportaba calma, y allí ocurrió lo increíble. El seleccionador insistió en que quería entrevistarme, aunque le reiteré que solo había ido a acompañar a mi amiga. Quedó encantado con mi seguridad y aplomo y me dijo que el puesto era mío. Dirigiría un equipo de personas.

Conseguí mi primer trabajo, sin tener experiencia, sin haber presentado mi currículum y sin que tuvieran referencia alguna sobre mis aptitudes. Mi actitud lo hizo todo.

Trabajé un año en esa gran empresa, pero sentía que tenía que emprender nuevos caminos. Aquello no era lo que quería, necesitaba encontrar aquello para lo que había venido, aquello para lo que me había quedado.

Mi nuevo objetivo era ser funcionaria de la Administración General del Estado. No conocía a ningún funcionario que me contara los pormenores del trabajo, cómo debía estudiar, cómo de difícil era el examen y si era factible mi objetivo.

Pregunté en una academia antes de dejar mi trabajo y me dijeron que lo único que había que hacer era estudiar. Compré el temario y, con unos pocos temas y meses de preparación, fui al examen, y claro, no pasé al segundo examen.

Terminé mi año de contrato. Y me fui. Mi objetivo ya estaba fijado: sería funcionaria. Si el agujero por el que había que pasar era diminuto, no importaba, yo lo lograría. Solo necesitaba una plaza, una era suficiente, y esa era para mí. Haría todo lo necesario, aunque dejara mi tiempo de vida por el camino. Me encerré en casa y me puse a estudiar con orden, disciplina y con mi «mapa del tesoro». Todo eso me sirvió para conseguir mi plaza de funcionaria. Todo el trabajo que tuve que hacer, todas las aptitudes y actitudes que tuve que desarrollar sirven para conseguir cualquier objetivo.

Yo no me rendí, no podía hacerlo. No había nadie a mi espalda para recogerme si caía. **Tenía que triunfar sí o sí. Esa es la idea, determinación inquebrantable.** No había ninguna puerta de escape, solo podía triunfar, era mi única salida posible.

Y contra todo pronóstico, sin que nadie me indicara lo que era importante, y sin conocer las estrategias que hoy enseño a

mis alumnos, superé cada examen, mi periodo de prácticas y me nombraron, por fin, funcionaria de carrera.

A los pocos años me llamaron de una academia para enseñar en mi oposición la parte «más ladrillo» del temario, que es Derecho Presupuestario y la Ley de Contratos del Sector Público. En esa academia, los alumnos salían de la clase cuando entraba la profesora para explicarle estos temas. Me preguntaron si sabría explicarlo y les dije que sí. Además, nadie saldría de mi clase sin aprenderse el tema de Derecho Presupuestario, el de la Ley de Contratos del Sector Público y el Estatuto Básico del Empleado Público, eso lo tenía clarísimo, por más que tuviera que cerrar la puerta con llave. Ante este desafío tuve que desarrollar capacidades internas que desconocía, tuve que mejorarme para poder conseguir que mis alumnos se «enamorasen» de la legislación y que así pudieran dominarla. Fui haciendo y maquetando el temario que yo hubiera querido tener, visualmente cómodo para estudiar, bien estructurado, con lo importante en letra negrita, con esquemas, con ejemplos... No me pregunté si sabría hacerlo, si una sola persona podía hacerlo, si era demasiado ambicioso para alguien que estaba trabajando y tenía tiempo limitado. Tardé tres años en completar todo el temario, no descansé un solo día, dormía de cinco a seis horas diarias, me alimentaba bien, pero no me permití ni un solo día de procrastinación.

Mi pasión infantil por la pintura se rompió con la muerte de mi padre. Pero nada sucede por azar. No hay casualidades, sino que hay causalidades.

Querid@ lector@, aquí y ahora te voy a abrir mi corazón y a decirte en qué creo.

Creo que la vida es un aprendizaje. Creo que cada uno de nosotros ha decidido nacer para vivir una serie de experiencias. Que estas experiencias son necesarias para que nuestro ser se haga más sabio. Y que cada acontecimiento de nuestra vida nos encamina y nos encauza hacia el río que debemos navegar. Cada decisión nos acerca o nos aleja de nuestro verdadero camino. Y cuando nos alejamos, aparecen circunstancias que nos «obligan» a cambiar el rumbo, y a redirigirnos hacia donde debemos ir. Es como cuando una gran roca cae en el cauce de un río y le impide

fluir. El agua del río siempre buscará una salida. Así, en nuestra vida ocurrirán sucesos que aparentemente la desorganizarán, pero solo buscan reubicarla.

De pequeña, en el colegio nos preguntaban qué queríamos ser de mayores. Casi todas mis compañeras de curso decían que querían ser profesoras. Con seis años, nuestros profesores son algo así como dioses que lo saben todo, y nosotros queríamos, algún día, poder ser como ellos. Sin embargo, yo decía que no quería ser profesora. Quería ser pintora, profesora... nunca. Hoy enseñar es la pasión de mi vida. Nada hay tan gratificante como poder ayudar a otros a conseguir lo que uno es, lo que uno tiene, y más aún, lo que ellos quieren ser y aquello que quieren conseguir. Poder servir de ayuda, a veces incluso de guía, pero siempre acompañando en el proceso de crecimiento, este es mi IKIGAI, es mi propósito de vida. Por eso, me decidí a escribir este libro, para que aquel que no sabe cómo alcanzar sus sueños ni sus metas, aprenda cómo hacerlo y pueda conseguirlos.

Te preguntarás dónde ha quedado mi pasión por pintar. ¿Por qué ahora ya no dibujo, ni pinto como lo hacía de pequeña? Pintar era el lenguaje de mi alma, la exteriorización de mi sensibilidad era mi forma de respirar la vida, era mi deseo de entregar belleza al mundo. Era mi forma infantil de expresar mis sentimientos, de entregar mi amor. Ahora «dibujo» enseñando. Dibujo en las mentes y en los corazones de mis alumnos, no solo legislación, sino todo lo que aquí encontrarás. El arte es amor, y el amor se imparte con cualquier disciplina.

Ahora sé que no elegí nacer para perfeccionarme en la pintura. «La vida» de una manera brutal hizo que tuviera que elegir otro camino, porque mi idílica vida desapareció. Y digo «elegir», porque creo que nacemos libres. Nosotros damos forma a nuestro destino con cada decisión que tomamos, por pequeña que esta sea. Por eso, mi camino se llenó de experiencias que me «ofrecieron» la posibilidad de aprender a superarme, a decidir qué quería ser y qué quería hacer con mi vida, para así después poder enseñarlo a otros.

Tener un propósito imparable, una determinación inquebrantable, me hizo llegar a donde estoy. Tengo

veinticinco años de antigüedad como funcionaria de carrera y sigo dedicándome a lo que me apasiona, que es enseñar y servir de ayuda a otros.

Enseño a mis alumnos a conectarse con su héroe interior. Tú también lo lograrás, tu vida cambiará radicalmente.

¿Era posible? Sí, yo lo hice posible. No pensé si podía hacerlo, solo lo hice, sin descanso, sin preguntas, sin dudas, sin pensar en una segunda opción, porque esa era mi única opción.

Durante todos estos años seguí aprendiendo cada año una materia distinta, todas necesarias y enriquecedoras. Aprendí tai-chi chuan. Reflexología podal. Criminología. Construcción de bancales y horticultura (hoy cultivo mis propios tomates, pimientos, cebollas, puerros, acelgas, judías, calabazas, fresas...). Acudí a cursos de desarrollo personal y no paré de leer y aprender.

Para ayudar a mis alumnos y a cualquier persona que quiera conseguir sus metas, redacté este manual. En él se recogen, de forma ordenada, las estrategias de las que me serví para conseguir mis objetivos y mis metas. Aquí te descubro la fórmula del éxito. Siempre ha estado presente en mi vida, aún sin verla escrita. Podía respirarla. Por eso, al igual que con un perfume, te muestro su composición y su formulación.

¡Puedes lograr todo lo que quieras! Solo tienes que aprender cómo hacerlo. Aquí te muestro las claves para conseguir tus metas.

Si quieres alcanzar la gloria de tus sueños, es tuya. ¡Tómala! Ponte manos a la obra, haz que sea una realidad.

¿Cómo? Con tu **acción masiva imparabile**.

No hay mayor satisfacción que poder ayudar a otros a conseguir lo que uno ha logrado. Así lo hago con mis alumnos, ellos quieren ser funcionarios y yo les muestro el camino para conseguirlo. Por eso, en este libro quiero compartir contigo mis estrategias, mi fórmula del éxito, para que consigas aquello que quieres ser y aquello que quieres conseguir en tu vida.

Gracias por permitirme acompañarte en tu viaje.

Mi mano siempre está presta para sostenerte y mi voz siempre dispuesta para motivarte.

Este libro está escrito para ti.

Aquí y ahora comienza tu viaje, ese que te llevará a conseguir tu meta.

Sin darte cuenta, irás cambiando en cada curva del camino, y cuando llegues, no solo habrás alcanzado tu meta, te habrás convertido en un héroe, porque te habrás superado y mejorado a ti mismo.

No solo es importante la meta, lo realmente importante es en quién te conviertes al conseguirla.

¡Vamos, tu cambio comienza ahora!

Acerca de la autora



M^a José R. Cons nació en Vigo. Estudió Derecho y cursó un Máster de Bolsa y Mercados Financieros en la Universidad de Santiago de Compostela.

Es funcionaria de carrera de la Administración General del Estado.

En su larga trayectoria como Preparadora de Oposiciones de la A.G.E. se ha desarrollado como mentora, ayudando a sus alumnos a conseguir su sueño de ser funcionarios.

Es una escritora polifacética y curiosa, que se interesa por múltiples géneros.

Ha escrito para la Serie Historias para Emocionar. «Descubriendo el milagro de la Navidad». «Un regalo adelantado en Navidad». «Tu recuerdo» y «La otra Vida», historia autobiográfica, entre otras.

De su mano, conseguirás con este libro que cruces la meta de tus propósitos.

