



8/∞

**8 P R A S E M P R E**  
**C O R P**



powered by



*Rosina Cammarota*

# Para avanzar hay que retornar a nuestro interior.

*¿¡Hola!?! Soy Rosina Cammarota*

*En estos días, he escuchado historias de muchas personas que sienten miedo, incomodidad ante las incertidumbres que nos trae este momento, pero recuerden los conceptos traídos por Einstein y Napoleon Hill: cada adversidad, cada fracaso, cada dolor trae consigo la semilla de un beneficio igual o mayor.*

A lo largo de mi jornada como atleta, emprendedora, Coach y especialmente con la Meditación, aprendí que nuestros resultados y la realidad que experimentamos, están mucho más vinculados a cómo estamos dentro que a las circunstancias externas.

En este momento CEPA Mobility Care junto a Ousia Deep Coaching, (que ayuda a las personas a encontrar su esencia para avanzar como seres humanos completos, exitosos y prósperos) se unen para acompañarlos a transitar este camino de incertidumbre y desafíos que hoy nos toca enfrentar. Queremos ayudar a miles de personas a restablecer su equilibrio interior y mantener una mentalidad positiva, lo que permite el crecimiento y un alto rendimiento independiente de circunstancias desafiantes.

## Rosina Cammarota



*“El Éxito es la progresiva realización de un objetivo digno.”  
Earl Nightingale*

Los resultados en cualquier aspecto de la vida no ocurren por casualidad, el éxito es un proceso que debe entenderse profundamente, en el que todo lo que sucede dentro del Ser Humano (campo emocional, subconsciente) es decisivo para que pueda poner en práctica sus conocimientos, intelectuales, talentos y habilidades.

Para muchas personas, el funcionamiento de la vida es un enigma, un misterio profundo. Y debido a que no entendemos, a menudo nos sentimos víctimas de circunstancias, situaciones, personas y cosas.

El misterio es otro nombre para la ignorancia; todas las cosas son misteriosas cuando no se entienden, pero cuando entendemos la vida, ya no se ve tan misteriosa.

El hombre es una criatura en constante crecimiento, delante de quien se encuentra un océano ilimitado de progreso a ser navegado y conquistado a través del desarrollo de sus poderes inherentes.

El aforismo, "Como un hombre piensa en su corazón, así es Él", no solo abarca todo el Ser de un hombre, sino que es tan amplio como para alcanzar cada condición y circunstancia de su vida. Un hombre es literalmente lo que piensa, su carácter es la suma total de todos sus pensamientos.

Así como la planta brota, y no podría existir sin la semilla, cada acto de un hombre brota de las semillas ocultas del pensamiento, y no podría haber aparecido sin ellas. Esto se aplica igualmente a aquellos actos llamados "espontáneos" y "no premeditados", así como a aquellos que se realizan deliberadamente.

El acto es el florecimiento del pensamiento, y la alegría y el sufrimiento son sus frutos. De esta manera, un hombre cosecha el fruto dulce o amargo de su propia cosecha. Pensamientos en la mente que nos da forma. A través del pensamiento, forjamos y construimos lo que somos. Si la mente de un hombre tiene pensamientos malvados, el dolor vendrá sobre él al igual que el carro detrás de los bueyes ... Si la alegría persevera en pureza de pensamiento, lo seguirá como su propia sombra, seguramente ... "Del libro Tú eres lo que piensas, en tu corazón. James Allen

Quiero compartir con ustedes 8 conceptos que forman parte de cada camino de Éxito.

# 01

El progreso de todo individuo está determinado en gran medida por su estado mental dominante. La mente dirige y domina el poder a lo largo de la vida del hombre.

El estado mental predominante regulará la acción y la dirección de todas las fuerzas, facultades y poderes de la persona, dando forma a lo que muchos llaman destino.

El estado mental dominante se compone de varias actitudes mentales que el individuo adopta en relación con las cosas, los eventos y la vida.

Si sus actitudes son positivas y optimistas, independientemente de las circunstancias externas, su estado mental predominante corresponderá a una tendencia altamente constructiva y progresiva.

Si su estado mental dominante es hacia arriba, es decir, armonioso y positivo, todas sus fuerzas se dirigirán hacia canales constructivos. Si su estado de ánimo es discordante y negativo, casi todas sus fortalezas estarán mal dirigidas.

Pero adoptar esta actitud mental requiere conocer cómo funciona nuestra mente, cómo funcionamos emocionalmente, cómo funciona el universo y, lo más importante, qué tan comprometidos estamos con este viaje hacia el éxito.

**No manifestamos, atraemos o creamos lo que queremos,  
sino, todo lo que está en armonía con nuestro estado mental.**



## 02

Identificaremos lo que realmente quieres, pero también observando y reconociendo dónde estás, y no me refiero a dónde estás físicamente, sino a dónde estás mentalmente.

*¿Qué es lo que realmente quieres y dónde estás?*

Cuando tu Conciencia comprende cómo visualizar lo que deseas desde el fondo de tu corazón, comienzas a conectarte, percibir y atraer todas las cosas que conducen a tu realización.

¡Esta oración simple tiene mucho contenido entre líneas! En primer lugar, requiere que cada uno de nosotros comprenda lo que realmente queremos.

*¿Qué es lo que realmente quieres desde el fondo de tu corazón?*

*¿Cómo quieres vivir?*

*¿Cuál es tu porqué, tu propósito?*

Este es el punto de partida de un viaje de autoconocimiento, donde cada paso construye el a continuación, y dónde están las reglas del juego de la vida (leyes naturales inalterables) que debemos saber para realizar nuestros sueños.

La dificultad no está en lo que quieres, está en tu paradigma actual, que es responsable de los resultados que estás obteniendo ahora.

Estoy segura de que sabes que tienes la capacidad de lograr mucho más de lo que estás haciendo, entonces, ¿por qué no puedes hacerlo? Porque saber o creer en niveles conscientes e intelectuales no es suficiente. Los resultados no provienen del intelecto. Es necesario creer en niveles profundos, en el subconsciente donde están nuestras creencias y valores, la imagen de nosotros mismos, los miedos... Es en el campo emocional donde ocurre la magia. Es integrando pensamientos, sentimientos y acciones, que comenzamos a caminar hacia nuestro sueño. Vivir y demostrar este "yo creo" en cada decisión y pensamiento.

**Tómate el tiempo para reflexionar sobre dónde te encuentras en cada aspecto de la vida y dónde te gustaría estar:**

*¿Dónde estoy?*

*¿Dónde quiero estar?*

Realización

Dinero

Salud

Familia

Espiritualidad

Vida social

Caridad,

Filantropía,

etc.

## 03

### ¿Cómo sabemos si estamos en el camino correcto?

*Tomás Edison dijo: “Sé que este mundo está gobernado por una inteligencia infinita. Todo lo que nos rodea, todo lo que existe, prueba que hay leyes interminables detrás de esto. No se puede negar ese hecho. Es matemático en su precisión”.*

Bob Proctor, menciona a Werner von Braun, considerado por muchos como el padre del programa espacial. Von Braun dijo que “las leyes naturales de este universo son tan precisas que no tenemos dificultades para construir una nave espacial, enviar personas a la luna y podemos cronometrar el aterrizaje con una precisión de una fracción de segundo”.

El punto es que en la mayoría de los casos no relacionamos el funcionamiento del todo, con el funcionamiento de nuestra vida. Muchas veces incluso consideramos que las cosas suceden por casualidad o por acaso, sin ninguna relación entre lo que sucede dentro de nosotros y lo que estamos experimentando como realidad manifiesta.

Veamos nuestros resultados y veamos aquellos con los que no estamos satisfechos. Ahora vamos a reflexionar sobre lo que pensamos y sentimos acerca de ellos. Estoy seguro de que los pensamientos y las emociones serán predominantemente negativos. Y podemos pensar que estos pensamientos y emociones se deben a los resultados, pero en realidad es todo lo contrario. La realidad es consecuencia del estado mental-emocional dominante.

Pero no se trata apenas de hacer afirmaciones o pensar positivamente. El cambio es mucho más profundo. Necesitamos tomarnos en serio nuestros deseos, darnos la oportunidad de soñar, creer y lograr. ¡Y debemos comenzar a actuar consistentemente con todo esto!



# 04

*¿Su modelo mental es obsoleto?*

Independientemente de lo que haya sucedido en tu vida, independientemente de las circunstancias actuales, si tus resultados no están ocurriendo satisfactoriamente o si todavía hay cosas terribles presentes en tu estado emocional, existe una técnica de 3 pasos, presentada por Michael Beckwith, que te ayudará a reprogramar tu mente y tus expectativas:

- 1) Necesitamos aceptar la situación actual, sea lo que sea. Necesitamos reconocer que estamos en esta situación y aceptarla para tomar las mejores decisiones.
- 2) Necesitamos aprender a observar el aprendizaje que nos trae. ¿Qué lección debemos aprender? Tomemos el tiempo para aprender todo lo que necesita ser aprendido.
- 3) Perdona y deja ir todo lo demás. ¡Perdonarnos a nosotros mismos y a los demás es muy poderoso! De hecho, una de las acciones más libertadoras. Una de las formas más efectivas de aumentar nuestra conciencia y salir de la situación no deseada, es el perdón.

Una vez que se realizan los 3 pasos, estamos en condiciones de decidir cómo vamos a pensar acerca de la situación actual y cómo vamos a avanzar hacia nuestro objetivo, ahora libre, creando el camino más apropiado, sin culpa, sin dolor. Con esto, automáticamente estaremos en sintonía positiva, con la capacidad de conectarnos con pensamientos positivos y elevados, afectando así la interpretación de todo y las decisiones a tomar.



# 05

*La decisión es tuya, la responsabilidad también.*

Existe una habilidad que, en un instante, puede cambiar cualquier escenario o situación por usted. Tiene el potencial de mejorar casi cualquier situación personal o profesional en la que puedes encontrarte a ti mismo ... y literalmente puedes empujarte por un camino de increíble éxito. Tal habilidad mental mágica se llama DECISIÓN.

Las decisiones, o la falta de ellas, determinan el fracaso o el éxito de muchas carreras y empresas. Las decisiones no solo afectan tus ingresos; toda tu vida está dominada por ese poder. Tu salud mental y física, el bienestar de tu familia, tu vida social, el tipo de relaciones que desarrollas ... todo depende de tu habilidad para tomar decisiones sólidas.

La piedra más grande en el camino que encontrarás mientras tomas decisiones importantes en tu vida, son las circunstancias. Dejamos que las circunstancias nos aparten de nuestro camino cuando deberíamos estar haciendo nuestro mejor esfuerzo. Más que cualquier otro factor, es la circunstancia que destruye sueños y termina metas.

¿Cuántas veces te has encontrado pensando: "Quería hacer o tener esto, pero no puedo porque...?" Lo que viene después del "porqué" es la circunstancia. Las circunstancias pueden hacer que tu vida se desvíe, pero nunca dejes que te impidan tomar decisiones importantes.

George Bernard Shaw dijo: "La gente siempre culpa a las circunstancias de lo que son. No creo en las circunstancias. Los que hacen bien en este mundo son aquellos que salen a buscar las circunstancias que desean y, si no pueden encontrarlas, las crean."

La responsabilidad es una elección. Es como la clave de la libertad. Tu futuro puede ser todo con lo que has soñado y más. Tienes el talento y las herramientas para experimentar un hermoso día tras otro.

Val Van de Wall escribió: "Cuando una persona se hace responsable de su propia vida y de los resultados que obtiene, deja de culpar a otros por las consecuencias. Como no es posible cambiar a otros, culparlos es inapropiado. Culpar a otros hace que la persona sea encarcelada en una prisión que él construyó. Cuando se asume la responsabilidad, se elimina la culpa y eres libre de crecer".

Aquí hay una declaración maravillosa que puedes leer, recordar o escribir todas las noches antes de dormir o todas las mañanas antes de levantarte de la cama:

*Soy responsable de mi vida ... de mis sentimientos.*

*Soy responsable por mi crecimiento personal.*

*Y por todos los resultados que obtengo.*



## 06

*Piensa, imagina, siente y realiza*

Como dice mi mentor Bob Proctor, todo se crea dos veces, primero en la mente, luego en el plano físico que llamamos realidad manifiesta. Todos queremos algo que aún no hemos logrado, es nuestra naturaleza, ¿vamos a practicar?

Debes poder verte a ti mismo, con tu ojo interno, ya en posesión del bien que desees. Visualízate viviendo esto, observa lo que sientes. Siéntete orgulloso y agradecido de haber tenido éxito. (No se trata de pensar que lo ganarás en el futuro, tienes que sentir que ya estas en ese lugar ahora).

*Obsérvate, en tu mente, ya en posesión del bien que desees. ¿Sabías que así es como trabajan los atletas de alto rendimiento?*

Yo mismo he usado esta técnica muchas veces, desde que tenía 16 años, cuando hice el Método Silva de Control Mental (Método Silva).

Te pediré, durante los próximos cuatro o cinco minutos: siéntate, relájate y visualízate en posesión del bien que desees.

## 07

*Cuenta tus bendiciones, agradece y aprecia siempre.*

¡La gratitud, así como el saber apreciar y extraer lo bueno de TODO, es un hábito! Y este gesto nos trae muchos beneficios.

La práctica de la gratitud tiene efectos fisiológicos y hace que nuestro cerebro comprenda que merecemos más.

Cuando nos sentimos agradecidos, nos conectamos con cosas buenas, por lo tanto, revivimos esta vibración, y como resultado, entramos en un ciclo de crear más cosas buenas.

El hábito de apreciar nos hace crecer permanentemente, es el ejercicio de educar a nuestra mente para buscar el bien en todo, siempre.

Y es a través de este hábito que podemos crecer, porque solo entonces sabremos cómo usar cada desafío como un paso en dirección al éxito.

Seguramente tienes alguna referencia o recordatorio de situaciones que parecían ser el final, pero que se han convertido en un nuevo comienzo, porque alguien pudo ver la oportunidad en medio del caos.

# 08

## *La fuerza de la persistencia y la disciplina*

La persistencia, la FUERZA DE VOLUNTAD y la disciplina son más importantes que las circunstancias.

La fuerza de voluntad y el deseo, cuando se combinan adecuadamente, forman un par irresistible. Las personas exitosas tienen fuerza de voluntad, que combinan con persistencia y la aplican para lograr sus objetivos. Sin embargo, muchas personas se rinden ante los primeros signos de dificultad y molestia, a veces incluso antes de intentarlo. ¡Pero aquellos que persisten sin importar nada son los que alcanzan la cima!

La historia está llena de ejemplos, algunos famosos son: Ford, Carnegie, Rockefeller y Edison ...

Algunos ejemplos recientes y más cercanos son Usain Bolt, Michael Phelps, si observamos su dedicación, no hay duda de que la fuerza de voluntad y la persistencia fueron factores importantes en su éxito.

¡No hay sustituto para la persistencia! ¡No puede ser reemplazado por ninguna otra cualidad!

Y a veces parece que hay algún mecanismo oculto que impide que cualquiera disfrute de grandes logros sin pasar la prueba de persistencia.

**Podemos decir que la persistencia es un estado mental y, por lo tanto, se puede cultivar. Como cualquier estado mental, la persistencia se basa en causas definidas, entre las cuales se describen a continuación:**

- Definición de propósito. Saber lo que se quiere y comprender por qué, es el primer y quizás el más importante componente, para superar muchas dificultades.
- Deseo. Es relativamente fácil adquirir y mantener la persistencia en la búsqueda del objeto de intenso deseo.
- Autoconfianza. La creencia en la propia capacidad de llevar a cabo un plan alienta a la persona a seguirlo persistentemente.
- Definición de planes. Los planes organizados, incluso si son débiles y totalmente inviables, fomentan la persistencia. No importa si no podemos ver todo el camino, lo importante es caminar lo más lejos posible y desde allí podremos ver mejor.
- Cooperación. Ser solidario, comprender y cooperar armoniosamente con los demás tiende a desarrollar la persistencia.

## 08

- Visualización o Mentalización. El hábito de concentrar el pensamiento y visualizar la realización del sueño crea la manifestación de esta realidad.
- Hábito. La persistencia es el resultado directo del hábito. La mente absorbe y se convierte en parte de las experiencias cotidianas de las que se alimenta. El miedo, el peor de todos los enemigos, debe ser entendido y transformado en confianza.
- El Bien para TODOS. Asegúrate de que tu deseo se ajuste al plano más amplio, la evolución del ser humano, el bienestar de todos y la contribución al planeta.

*Literalmente puedes aprender cómo hacer realidad tus sueños más salvajes.*

*Regístrese en 8/ParaSiempre y descubra la grandeza que existe dentro de usted. Tiene recursos ilimitados de potencial y capacidad esperando a ser desarrollados.*

*CEPA Mobility Care y OUSIA ofrecen 1 seminario web gratuito para que usted, su equipo y su familia tengan acceso a las mejores herramientas para desarrollar una mentalidad y un corazón que lo fortalecerán internamente, aportando autoconocimiento, serenidad y la posibilidad de una realización exitosa.*

**CONTACTO@OUSIACONSULTING.COM**

