

www.GanaDineroMientrasDuermes.com



Perdiendo el **MIEDO** a Ser Libre



por Alex Berezowsky

Copyright © 2007 Porte Publishing Inc.

Publicado por **Porte Publishing Inc.**

Todos los derechos reservados.



Todo el contenido de “Perdiendo el Miedo a Ser Libre ” es propiedad de Porte Publishing Inc.

Porte Publishing Inc. es la única empresa autorizada para publicar y distribuir el contenido de “Perdiendo el Miedo a Ser Libre ”. Queda estrictamente prohibido distribuir, vender o regalar copias de este libro sin la autorización previa de Porte Publishing Inc.

Si la información contenida en este documento es distribuida sin autorización previa, se tomará plena acción legal.

***** IMPORTANTE *****

Este documento es una transcripción exacta del curso en AUDIO de **Alex Berezowsky** titulado **“Perdiendo el Miedo a Ser Libre”**.

Por lo mismo refleja el estilo de un curso en audio, y no de una obra literaria.

Para escuchar el AUDIO original de este curso visita:

<http://www.ganadineromientrasduermes.com/descargar/miedo/>

Hola, soy Alex Berezowsky, de ganadineromientrasduermes.com y te quiero dar la más cordial bienvenida al curso “Perdiendo el miedo a ser libre”. Quiero platicarte un poco de por qué yo tomé la decisión de iniciar este curso, de crearlo para ti. Y fue finalmente, porque cuando yo empecé mi negocio me di cuenta de que enfrentaba varios problemas, varias adversidades. Una de ellas, por ejemplo, era el dinero, no tenía dinero para invertir; otra de ellas, por ejemplo, era que mi esposa estaba ganando dinero y yo no solamente no ganaba sino que gastaba dinero en mi negocio; otra de ellas, por ejemplo, era iniciar un negocio en algo que era totalmente nuevo y diferente como es el internet. Entonces, había muchas razones, que para mí representaban adversidades, para iniciar mi propio negocio.

Ahora, me fui dando cuenta, conforme fui empezando el negocio, de que una de las razones y una de las adversidades más importantes que me impedían avanzar, no era tanto el dinero, no era tanto la situación económica, no eran tanto los recursos, sino que era el miedo: cómo debía yo manejar internamente el miedo para poder realmente tener un negocio exitoso en internet. Quiero decirte que este tema del miedo, es uno de los temas más importantes para los emprendedores, no solamente en internet, sino cualquier tipo de emprendedor. Cuando un emprendedor sabe manejar el miedo, va a poder vencer muchísimas adversidades que tienen que ver con el negocio, y va a tener mucho más éxito.

Por lo mismo decidí hacer este curso, porque mi objetivo no es solamente que ganes dinero, el dinero es secundario; mi objetivo es que mejores tu calidad de vida. Y cuando tú logras dominarte a ti mismo, cuando tú logras dominar una emoción tan fuerte como es el miedo, vas a aumentar no solamente tu calidad de vida, sino vas a poder lograr lo que te propongas, cualquier objetivo que tú tengas, lo vas a poder alcanzar.

Entonces, en este curso voy a compartir contigo todas las técnicas y las estrategias que yo personalmente utilizo para lograr afrontar el miedo. Hasta la fecha hay situaciones que para mí son diferentes, cuando yo inicio un nuevo proyecto en internet, cuando lanzo un nuevo producto, hay muchas situaciones que todavía me siguen confrontando con este miedo, y que gracias a las técnicas y a las estrategias que voy a compartir contigo el día de hoy, es que lo puedo enfrentar y puedo tener éxito en casi todos los proyectos que yo inicio. En los que yo no tengo éxito, te puedo decir, no es por miedo; es porque hay circunstancias ajenas a mí que me impiden tener ese éxito. Pero el miedo, que es una de las principales razones, afortunadamente la tengo resuelta, y te voy a enseñar exactamente el día de hoy lo que tienes que hacer para resolver también tú ese tema tan importante como es el miedo.

Te quiero dar la más cordial bienvenida a “Perdiendo el miedo a ser libre”, mi nombre es Alex Berezowsky.

Bueno, vamos a empezar, vamos a hablar de ese tema tan apasionante y tan importante para tu desempeño y para tu éxito profesional, como es el miedo. Primero que nada, quiero que sepas que las técnicas que voy a compartir contigo el día de hoy, no únicamente te van a ayudar a tener mucho más éxito en internet, en tu negocio, en tu vida profesional, sino que te van a ayudar y te vas a dar cuenta por qué en unos momentos, a tener mucho más éxito en cada una de las áreas de tu vida.

Y para empezar quiero que hagamos juntos un ejercicio que te va a ayudar a darte cuenta de la importancia que tiene el miedo, y de cómo el miedo ha impedido en muchas de las situaciones a lo largo de tu vida alcanzar la calidad de vida que tú quisieras alcanzar.

Primero que nada, quiero que cierres tus ojos en este momento, quiero que respires muy profundo, quiero que hagas tres respiraciones muy profundas y que te relajes. Respira muy profundo, relájate, y quiero que escuches mi voz, porque te voy a guiar en un ejercicio que te va a cambiar la percepción que tienes en este momento acerca del miedo. Entonces, cierra tus ojos, relaja cada uno de los músculos de tu cuerpo, y quiero que escuches mi voz.

Ahora, quiero que te imagines en este momento con mucho detalle, quiero que te imagines cómo hubiera sido tu vida si nunca hubieras tenido miedo, quiero que te imagines en cada una de las áreas de tu vida qué hubieras alcanzado, cómo hubiera sido tu vida en cada una de estas áreas, si nunca hubieras sentido el miedo, y si siempre hubieras sabido que todo lo que te hubieras propuesto lo ibas a alcanzar. Te repito, si siempre hubieras sabido que cada una de las cosas que te hubieras propuesto las ibas a alcanzar, y que nunca hubieras tenido este miedo al fracaso, o este miedo al riesgo, cómo hubiera sido tu vida.

Quiero que la visualices, en qué país, o en qué lugar, o en qué ciudad estarías viviendo en este momento, cuánto dinero estarías ganando exactamente y de qué forma lo estarías ganando; en qué estarías trabajando, en qué tipo de trabajo o de empleo o de negocio estarías desarrollándote profesionalmente, cuál habría sido tu desempeño académico en el área de la universidad, de la escuela, cuáles hubieran sido tus logros a nivel académico y qué hubieras alcanzado en esta área de tu vida. De qué tipo de gente te rodearías cada uno de los días de tu vida, con quién convivirías, y con quién pasarías cada uno de los días de tu vida.

Imagínate un día normal dentro de esta vida que hubieras alcanzado si nunca hubieras tenido miedo. ¿Cómo sería un día normal? ¿A qué hora te levantarías en las mañanas? ¿En dónde te levantarías, en qué ciudad, en qué país? ¿Cómo sería tu casa o tu departamento en el que vivirías? ¿Con quién estarías en ese momento? ¿Qué es lo que harías para trabajar ese día para ganar dinero? Y así, quiero que visualices cada una de las partes de un día normal en la vida que hubieras tenido si nunca hubieras tenido miedo.

Ahora quiero que muy lentamente abras tus ojos, y quiero que me escuches. Quiero que te des cuenta de la importancia que tiene el miedo en tu vida. Y quiero que te des cuenta cómo el miedo ha determinado, en una gran parte, la vida que en este momento estás viviendo. Muchas de las cosas que has alcanzado en tu vida, o muchas de las cosas que no has podido alcanzar, se deben al miedo.

Y quiero que sepas que el hecho de que yo haya tomado la decisión de hacer un curso, de crear este curso para ti, no es una coincidencia, es porque yo entiendo cuál es tu vida, entiendo cuál es la limitación que has tenido en tu vida para alcanzar los sueños que has querido alcanzar, para alcanzar la vida que has querido alcanzar, y entiendo cómo el miedo ha impedido que tengas toda esta vida que tú has querido tener. Y no estoy diciendo que tengas una vida que te disguste, puedes tener una vida que te guste bastante, puedes tener una vida en la que has alcanzado muchísimas cosas y, sin embargo, el miedo te está impidiendo alcanzar una vida mejor, y ser tú una mejor persona en todas las áreas, no únicamente a nivel económico, sino a nivel personal, a nivel físico, a nivel emocional, a nivel espiritual. Quiero que en cada una de las áreas de tu vida te des cuenta como el miedo juega un papel mayor importante, y como te ha impedido llegar al siguiente nivel. Y ese es el objetivo fundamental de este curso.

Mi objetivo fundamental en este curso, “Perdiendo el miedo a ser libre”, es que logres perder el miedo realmente, a nivel consciente y a nivel inconsciente, para lograr tener la vida que siempre has querido tener, para lograr alcanzar la independencia financiera que siempre has querido alcanzar. Porque te repito, el principal problema para que tú logres la libertad financiera, no es un problema de recursos, no es un problema de dinero, no es un problema de habilidades o de conocimientos técnicos, o financieros, o económicos, es un problema de miedo, y es un problema psicológico que hoy te voy a ayudar a resolver.

Ahora, primero que nada, quiero que te imagines a la persona promedio, cuál es una persona promedio que se levanta en la mañana, consiguió un buen trabajo, un buen empleo, entonces se da un baño, desayuna y se apura para llegar a la hora que tiene que llegar a su trabajo, a las ocho y media de la mañana, nueve de la mañana, tiene que estar ya en una oficina, que posiblemente no queda tan cerca de su casa, entonces tiene que irse con mucho tiempo de anticipación. Entonces, llega a la oficina y trabaja en un empleo, que no necesariamente es el empleo en el que le gustaría estar, y no

necesariamente la oficina es el lugar físico en el que le gustaría estar cada uno de los días de su vida.

Sin embargo, llega a su empleo, a las ocho y media, nueve de la mañana, pasa en ese lugar ocho o nueve horas diarias —si es que le va bien, porque en muchos de los casos son hasta diez, o a veces hasta doce horas diarias en ese lugar físico—, pasa ocho a doce horas diarias en un lugar físico, al terminar el día regresa a su casa muy cansado, muy agotado, a ver a su familia, ya con la poca energía que le queda después de haber pasado ese largo día trabajando. Y al día siguiente, inicia exactamente la misma rutina. Esto sucede cinco días a la semana, veinte días o más al mes, y estamos hablando de que la mayor parte de las horas de nuestra vida, están siendo vividas de una forma como no quisiéramos vivir.

Ahora, hay mucha gente que está feliz con su empleo, está feliz con su trabajo, y está feliz con la vida que ha podido lograr. Sin embargo, yo te puedo decir que hay muchísima gente en esta historia que te acabo de compartir, que tiene que vivir esta rutina todos los días de su vida, que tiene realmente que ir a trabajar y estar ocho, diez o doce horas diarias en un empleo en el cual no quisiera estar, con gente que no quisiera estar, en un lugar físico en el cual no quisiera tampoco estar. Esta es la historia de la vida de muchas personas.

Y entonces, imagínate que en este mismo empleo o en este mismo trabajo, tengan que estar diez, o veinte, o treinta, o cuarenta años de su vida. Imagínate pasar la mayor parte de tu vida en un lugar y en un trabajo que no te gusta y en el cual no quieres estar. Y yo te puedo decir lo más importante, y es por lo que te platico esta historia, que la mayor parte de esas personas tienen que vivir esta triste historia por miedo; por miedo a pensar diferente, por miedo al cambio, por miedo a dejar, y a perder la seguridad económica, la seguridad psicológica y la seguridad social, por miedo a pensar de una forma diferente, y por miedo a tomar una decisión que implica un riesgo. Y este miedo les está impidiendo vivir la vida como realmente la quieren vivir y alcanzar los objetivos que realmente quieren alcanzar.

Date cuenta de la importancia que tiene el miedo, no únicamente en tu vida, sino en la vida de millones de personas que todos los días tienen que vivir una vida como les tocó vivir, y que no tienen la forma de manejar el miedo para tomar una decisión, y para lograr salir de esta historia que tienen que vivir hasta el último día de sus vidas.

Y por eso quiero felicitarte de verdad por estar escuchando este curso, porque el hecho de que tú estés en este momento escuchando mi voz, escuchando este curso, quiere decir que hay, hubo algo, hubo algo en el momento que tomaste la decisión de escuchar este curso, que te hizo pensar diferente. Hubo algo que te hizo darte cuenta de que puedes cambiar, de que puede ser que tengas miedo a algunas cosas, y que si tú lograras quietarte ese miedo tu vida podría ser mejor, y podrías alcanzar la vida que imaginaste en el ejercicio que te hice hace unos minutos al iniciar este curso.

Ahora, en este curso vamos a hablar de un tipo de miedo muy específico al que yo denomino “el miedo a ser libre”. Y te vas a dar cuenta cómo es fundamental que tú entiendas qué significa el miedo a ser libre, y sobre todo que tú entiendas cómo dominar este miedo para que realmente puedas alcanzar la libertad financiera, y la calidad de vida que siempre has soñado.

Como ya te he comentado en algunas otras ocasiones, vivimos en una época privilegiada a la que yo denomino “la era de la calidad de vida”. Realmente, nunca había sido tan fácil para los hombres y las mujeres del mundo, gozar de una gran calidad de vida, y todo esto es gracias a la tecnología, gracias al internet, gracias a las computadoras, gracias al modelo nuevo de negocio que está surgiendo a nivel mundial, y en el cual yo explico un poco más en el curso “Gana dinero mientras duermes”. Pero, vivimos en una época realmente privilegiada, en el que es muy fácil que cada uno de los emprendedores que quieren iniciar su propio negocio, lo puedan hacer desde su casa o desde cualquier parte del mundo.

Antiguamente, tú tenías que trabajar en una gran empresa para tener seguridad, dependías realmente del sueldo que esa empresa te iba a proporcionar y, realmente, la gente que trabajaba en una empresa lo hacía a lo

largo de muchos años, de diez, de veinte, de treinta, de cuarenta años. Mucha gente incluso se retiraba en esa empresa, se jubilaba, y seguía recibiendo dinero aun después de ya no trabajar en esta compañía o en esta empresa.

Ahora, como yo lo explico en el curso “Gana dinero mientras duermes”, este modelo ya no es el modelo actual. Actualmente, gracias a la tecnología, gracias a las computadoras, gracias al internet, es mucho más fácil para la gente buscar una seguridad de una forma diferente. Y no sólo eso, lo que antes representaba una seguridad, que es trabajar en una gran empresa, tener un buen empleo, actualmente puede ser mucho más inseguro que tener tu propio negocio. Muchas veces, las empresas se fusionan, muchas veces son adquiridas o compradas por otra empresa más grande, y mucha gente pierde su trabajo, o pierde su empleo, y depende de alguien más; su vida y su tiempo depende de otra empresa o de otra persona, y realmente no tienen control absoluto de su vida y de su destino.

Entonces, el modelo ha cambiado, y actualmente, el modelo de seguridad ya no es trabajar para una empresa diez, veinte, treinta, o cuarenta años. Actualmente puede ser mucho más seguro —si lo sabes manejar bien y si lo sabes controlar de una forma adecuada— tener tu propio negocio, y el internet lo hace mucho más sencillo. Ahora, ¿cuál es el problema de todo esto? ¿Por qué la gente no inicia su negocio en internet? ¿Por qué si la tecnología es tan avanzada actualmente la gente no se da cuenta de esto? ¿Y por qué la gente no toma acción? Y yo te quiero contestar que no tiene nada que ver con que la gente no lo quiera hacer, y con que la gente no se dé cuenta de esos avances tecnológicos, realmente el problema está en lo que yo denomino el miedo a ser libre.

La gente ya está programada mentalmente para el modelo tradicional de ganar dinero y de ganarse la vida. La gente ya está condicionada porque creció en ese ambiente, creció con ese modelo de negocio, y creció con ese modelo de trabajo, y la gente ya está condicionada y programada para ganar dinero con un sueldo, para tener una seguridad económica —entre comillas— con una empresa, con un empleo a largo plazo. Y todo esto es porque los padres de la gente que estamos viviendo estos cambios vivieron en el modelo tradicional de

negocios, entonces ellos obviamente nos educaron —en mi caso sucedió exactamente lo mismo— con este modelo tradicional de ganar dinero, con este modelo tradicional de negocios. Y, obviamente, el hecho de que nosotros podamos pensar de una forma diferente, y dar un paso a ese nuevo modelo de negocio gracias a la tecnología nos va a costar mucho trabajo y esto es a lo que yo denomino el miedo a ser libre. Es el miedo a dar ese paso al siguiente modelo de negocio y es, sobre todo, el miedo a dejar lo que ya conocemos, y lo que nuestros padres también a su vez ya conocieron.

Ahora, este miedo al que yo denomino “el miedo a ser libre”, lo divido en tres áreas: la primera es el miedo económico, la segunda es el miedo social, y la tercera es el miedo personal. Y pon mucha atención en lo que te voy a platicar en este momento, porque seguramente te vas a identificar con mi historia y con lo que te voy a platicar, y te va a ayudar mucho a clarificar la situación que estás viviendo en este momento. Entonces, te voy a platicar mi historia personal de cuando yo inicié mi propio negocio en internet y cuáles son los miedos que yo tenía en cada una de estas áreas, y cómo fue hasta después que me di cuenta y que hice consciente cada una de estas áreas y los miedos que yo había tenido y cómo los fui venciendo. Y gracias a la experiencia que yo tuve, y gracias a que pude vencer este miedo, es que logré alcanzar el éxito que actualmente tengo en internet. Y es por eso que quiero compartir contigo cómo fue mi historia cuando empecé mi negocio, en cada una de estas áreas. Pon mucha atención.

Cuando yo empecé mi negocio hace algunos años en internet, tenía esas tres áreas de miedo. A nivel económico quiero platicarte —seguramente ya te lo he comentado, pero si no, quiero platicarte— que yo me casé el mismo año que empecé mi negocio, entonces ya te imaginarás la responsabilidad económica que yo tenía. Cuando estaba recién casado, obviamente tenía que yo aportar una cantidad de dinero en teoría a la familia, y te digo en teoría, porque como yo estaba iniciando mi negocio mi esposa en ese momento estaba trabajando, y no se pudo salir de trabajar, tenía que seguir trabajando. Porque ella, como siempre, me ha apoyado incondicionalmente, y me apoyó para que yo iniciara esta gran locura, lo que yo llamo una locura porque

finalmente todos pensaban que era una locura también, porque era realmente iniciar un negocio en una industria nueva, con un mercado diferente, en algo totalmente distinto, que la gente yo les platicaba un poco del internet y la gente se me quedaba viendo a los ojos y como que no entendía muy bien a qué me dedicaba.

Entonces, era una situación muy, muy difícil, y a nivel económico me costó muchísimo trabajo, te voy a platicar por qué. Imagínate ese momento. Yo me acababa de casar, mi esposa estaba trabajando, yo tenía mucha presión encima porque finalmente yo quería aportar a la familia también dinero, y no sólo eso, yo tenía un objetivo muy concreto, que era que mi esposa dejara de trabajar. Ella no me lo pedía en ese momento, pero yo tenía la convicción de que si ella trabajaba, era por gusto y era porque realmente quería hacer lo que estaba haciendo, pero no por necesidad. Y quería alcanzar ese sueño, sacarla de ese trabajo, sacarla de trabajar.

Entonces, a nivel económico, tenía mucho miedo de no poder alcanzar este objetivo, tenía mucho miedo de que ella tuviera que seguir trabajando, de que ella tuviera que seguir aportando el dinero en la familia, tenía mucho miedo de que teníamos muy poco dinero en ese momento, mes con mes, y que yo no solamente no ganaba dinero, sino que cada mes yo gastaba parte del dinero que mi esposa ganaba para invertirlo en mi negocio en internet. Entonces, imagínate el miedo que yo sentía, cuando no únicamente yo no ganaba dinero, sino que tenía que pedirle dinero del que ganaba mi esposa para iniciar y para invertir en este negocio en el cual yo tenía una fe ciega. Yo estaba totalmente convencido, y estoy hasta la fecha obviamente, porque ya es un panorama diferente, que el internet realmente me iba a dar esa independencia financiera y económica que afortunadamente pude alcanzar y que tú también vas a poder alcanzar.

Entonces, en ese momento yo tenía mucho miedo, y aunque yo aparentemente le decía a la gente que yo no tenía miedo y que todo iba a salir bien, y tenía una gran máscara, haciendo pensar a la gente que yo no tenía miedo. Pero si te soy totalmente sincero y totalmente honesto, tenía mucho miedo interno, tenía mucho miedo de seguir gastando ese dinero mes con mes,

tenía mucho miedo que después de que toda esta inversión se hubiera hecho, no pudiera recuperar ese dinero en internet, en este proyecto que yo estaba iniciando. Y, tenía mucho miedo que el tiempo estaba pasando y que, obviamente si esto no funcionaba, yo no iba a estar trabajando, no iba a estar en un empleo, y para pedir trabajo otra vez en una empresa, cada vez iba a ser mucho más difícil porque yo no podía decir obviamente en mi currículum o en mis documentos que yo había estado intentando un negocio y que no funcionó. Entonces, a nivel económico había muchísima presión, tenía muchísimo miedo de toda esta situación que te acabo de explicar.

Ahora, a nivel social también sucedieron bastantes cosas que te quiero comentar, que te quiero platicar, porque a nivel social también es importante que hagas conciencia del miedo que te puede estar impidiendo la calidad de vida que tú quieres tener. Imagínate cuando yo me daba cuenta que la gente que había estudiado lo mismo que yo había estudiado, que la gente de alguna forma de mi nivel que yo conocía, que ya estaba recibiendo un muy buen sueldo, que ya tenían muy buenos empleos, muy buenos trabajos, que seguían creciendo en la escalera corporativa —si así la queremos llamar—, que de alguna forma cada vez les iba mejor en su empleo y en su trabajo y tenían una seguridad —otra vez entre comillas— que les iba a permitir un ingreso mensual seguro.

Entonces, yo me daba cuenta de que toda esta gente de mi edad, toda esa gente de mi mismo nivel, toda esta gente a la que obviamente yo estaba acostumbrada a tratar, que yo iba por ejemplo a reuniones, que yo iba a eventos sociales y que me los encontraba y que platicábamos, y que estas personas obviamente estaba recibiendo un ingreso seguro y estaban en el modelo tradicional y socialmente aceptado. Y repito: estaban en el modelo tradicional y socialmente aceptado.

Y obviamente, cuando yo me ponía a platicar con esas personas y que les comentaba más o menos de lo que estaba haciendo, de un proyecto en internet y de vender información, y todos los proyectos y planes que tenía, pues la gente se me quedaba viendo bastante incrédula y me decían: “Bueno, pero por qué no te consigues un trabajo y al mismo tiempo estás haciendo esto”, o

“¿Por qué no mejor cambias de idea?”, o me proponían ideas de negocio distintas. Y de alguna forma, para mí, cada vez que yo me enfrentaba a la sociedad y platicaba con cada una de esas personas de mi medio, y de alguna forma de gente que me conocía, y te voy a ser totalmente honesto: me daba miedo, me daba mucho miedo. Punto número uno, la comparación con lo que la gente ya estaba ganando con un sueldo seguro, me daba mucho miedo yo no poder lograr y alcanzar ese mismo ingreso que ellos tenían ya de una forma segura. Y punto número dos, a nivel social, me daba mucho miedo qué iba a suceder si mi proyecto fracasaba.

Porque —como te lo acabo de comentar— yo ante la gente ponía una gran máscara obviamente de que todo estaba bien, de que yo no tenía ningún miedo, de que todo estaba bajo control, porque obviamente yo tenía que autoconvencerme de que todo estaba en orden y de que todo estaba funcionando perfectamente bien. Pero muy dentro de mí, y siéndote totalmente honesto, tenía mucho miedo a qué iba a suceder si mi proyecto no servía, si mi proyecto no funcionaba, y si unos meses o unos años después tenía que pedir trabajo, y tenía que empezar mucho más atrás que toda la gente a la cual yo ya le había asegurado y ya le había platicado de mi proyecto, y le había prometido y le había dicho que iba a funcionar.

Entonces, quiero que entiendas muy bien mi situación, imagínate exactamente en esa situación en la que yo estaba. Posiblemente es algo de lo que a ti te suceda también, no conozco tu historia pero te lo estoy platicando porque es la situación en la que yo estaba hace algunos años que inicié mi negocio y estos eran mis miedos a nivel social.

Ahora, el tercer punto, a nivel personal, tenía también muchos miedos personales, y te voy a platicar un poco cuáles eran. Yo también, obviamente, al igual que muchas personas, estaba programado y estaba condicionado al modelo tradicional de negocio. Entonces para mí, yo también tuve algunos empleos, trabajé en algunas empresas con un modelo tradicional, yo también ganaba un sueldo y, obviamente, me daba mucho miedo salirme de esta zona de confort; salirme de la zona de confort de que obviamente —como te lo he comentado— yo tenía ya una licenciatura, tenía dos maestrías, una de

administración de empresas, una de mercadotecnia, tenía experiencia profesional. Y obviamente, yo podía pedir un trabajo y muy posiblemente lo iba a conseguir. Entonces, muy posiblemente iba a conseguir un buen ingreso, un buen sueldo, entonces me daba mucho miedo a nivel personal salirme de esta seguridad, salirme de esta zona de confort, para arriesgarme, para aventurarme a un terreno totalmente desconocido, y un terreno que requería esfuerzo y que también requería sacrificio.

Requería esfuerzo porque tenía yo que aprender cosas que no conocía, tenía que estudiar cursos de situaciones que yo estaba totalmente desconectado de ese medio del internet, y de todo lo relacionado con el internet, tenía que hacer este esfuerzo de prepararme, de estudiar, de conocer esta área totalmente nueva que es el comercio electrónico. Y, al mismo tiempo, implicaba un sacrificio, porque obviamente yo tenía que limitar mis gastos, limitar mis viajes, había muchas veces que por ejemplo amigos, o la familia de mi esposa, viajaban y nos invitaban y yo no lo podía hacer, o mi misma familia que nos invitaban y yo tampoco lo podía hacer porque teníamos que sacrificar parte del ingreso que teníamos para invertir en el negocio.

Entonces, a nivel personal yo tenía mucho miedo de salirme de esta seguridad y de tener que además poner un esfuerzo y un sacrificio para ver si podía yo alcanzar el objetivo y el sueño que yo tenía. Y este objetivo y este sueño que yo tenía era muy concreto, y era calidad de vida. Yo no quería ganar millones de dólares, y hasta la fecha no quiero ganar millones de dólares, para mí el dinero no era importante; no me importaba si la demás gente estaba en un sueldo, ganando un sueldo estratosférico, con siete, con ocho, con nueve ceros detrás de su cheque, no me importaba, yo no quería ser como ellos, yo quería alcanzar una calidad de vida que me permitiera vivir cómodamente y que me permitiera ganar dinero desde mi casa o desde cualquier parte del mundo.

Ahora, te estarás preguntando por qué Alex Berezowsky me está platicando sus miedos y me está contando su historia, y me está platicando de cómo empezó su negocio, y cuáles eran los miedos que tenía. Muy sencillo, porque yo tenía estos miedos hace muy pocos años cuando inicié mi negocio, y

te puedo decir que el hecho de haber sabido manejar estos miedos, es que hoy puedo gozar de una gran calidad de vida. Actualmente, yo puedo viajar a cualquier país del mundo, en cualquier mes del año, temporada de vacaciones o de no vacaciones, cuando yo quiera viajar, y puedo estar en un internet-café ganando dinero. Y esta calidad de vida se la debo al hecho de haber vencido mis miedos, al hecho de haber vencido mis miedos a nivel económico, a nivel social y a nivel personal.

Muy probablemente tú estés pasando por una situación similar a la que te acabo de comentar. Posiblemente, en este momento tienes muchos miedos, tú has tomado la decisión de comprar el curso “Gana dinero mientras duermes” y de escuchar este curso de “Perdiendo el miedo a ser libre”, de alguna forma estás teniendo la valentía de iniciar tu propio negocio. Sin embargo, me imagino que tienes todavía muchos miedos a nivel económico, a nivel social y a nivel personal, que si no logras manejar y si no logras controlar, va a ser muy difícil que alcances tus objetivos. Y es por eso que decidí crear este curso, para ayudarte a vencer cada uno de estos miedos, y sobre todo alcanzar la calidad de vida que siempre has soñado.

Finalmente, en esta sección quiero decirte que quiero que este curso de “Perdiendo el miedo a ser libre” sea un parte-aguas en tu vida. No quiero que lo tomes como un libro más o como un curso más en tu vida, quiero que en realidad marque una diferencia, quiero que recuerdes muy bien la fecha del día de hoy, porque fue la fecha en la cual tomaste la decisión que ya nunca tu vida iba a ser igual. Quiero que hagas consciente la vida que quieres alcanzar, y que no descanses hasta que tú puedas lograr este sueño que te has propuesto, y no quiero que los miedos —a nivel económico, a nivel social y a nivel personal— sean los que te impidan alcanzar la vida que quieres vivir.

Entonces, pon mucha atención en las siguientes secciones, porque te voy a enseñar las técnicas que yo personalmente he utilizado para perder este miedo tan importante que es el miedo a ser libre.

Llegamos ya a la sección en la que te voy a explicar las técnicas que yo personalmente utilizo para controlar el miedo y así poder alcanzar cada uno de

los objetivos que me propongo. Pon mucha atención porque estas cinco técnicas que te voy a compartir son bastante poderosas si las sabes implementar correctamente. Quiero que en realidad tomes nota de lo que te voy a decir, son cinco pasos, cinco técnicas que yo personalmente utilizo para realmente poder controlar y muchas veces completamente eliminar el miedo.

El primer paso se llama Identificación, el segundo se llama Categorización, el tercero es Transformación, el cuarto es Reconciliación y el quinto paso es Visión.

Ahora, déjame explicarte brevemente qué es cada uno de estos pasos, a qué se refiere cada una de estas técnicas y, posteriormente, vamos a hacer ya más a detalle ejercicios, y te voy a explicar ya mucho más a detalle cada una de estas estrategias.

El primer paso, Identificación, simple y sencillamente se refiere a identificar y hacer consciente cada uno de los miedos que tú tienes en este momento. El segundo paso es Categorización, y simple y sencillamente es dividir en grupos o en categorías todos estos miedos que tú tienes, te vas a dar cuenta que hay diferentes categorías de miedos, unos que realmente son reales y otros que son totalmente irreales y muchas veces irracionales. El tercer paso es, una vez que ya categorizamos cada uno de estos miedos, vamos a transformarlos; es decir, cada uno de los miedos que podemos nosotros controlar y que son reales, vamos a transformarlos en una oportunidad. El siguiente paso es Reconciliación, y significa aceptar y reconciliarnos con la peor catástrofe que pueda suceder en cada uno de estos escenarios, es decir, visualizar cual es el peor escenario en cada uno de los miedos que tenemos, reconciliarnos con este escenario, aceptarlo, y finalmente reducir de esta forma el miedo, y te vas a dar cuenta por qué. Y finalmente, el último paso y según mi punto de vista el más importante, es el que yo llamo Visión, y significa crear un ambiente imaginario, una visión, una visualización del escenario ideal que tú quieres conseguir; y esta visión va a ser tan poderosa y tan fuerte que va a ser la que realmente te va a ayudar a eliminar el miedo, y a alcanzar cada uno de los objetivos que tú te vas a proponer.

Entonces, pon mucha atención, porque vamos ya a empezar con cada uno de estos ejercicios, en estos cinco pasos que te repito son Identificación, Categorización, Transformación, Reconciliación y Visión. Pon mucha atención, porque estos cinco pasos realmente van a transformar tu vida y te van a ayudar a alcanzar todos los objetivos que tú te propongas. Vamos a empezar.

Primero que nada, te voy a pedir que tengas a la mano una hoja de papel y una pluma o un lápiz, porque vas a anotar varias cosas a lo largo de los siguientes ejercicios, entonces quiero que realmente tengas a la mano algo con qué hacer todos estos apuntes. Entonces vamos a empezar con la primera área, a la que yo llamo Identificación. Quiero que tengas a la mano, como te dije, una hoja de papel, algo con qué anotar, si no lo tienes quiero que pongas pausa en este audio y quiero que lo tengas a la mano, y una vez que lo tengas a la mano vuelvas a escuchar este audio.

Ahora, quiero que escuches mi voz detenidamente, y quiero que sigas cada una de las instrucciones que te voy a dar.

Primero que nada, quiero que cierres tus ojos y respira muy profundo, toma aire y no lo sueltes, aguanta tu respiración, suéltalo. Otra vez quiero que tomes aire y no lo sueltes, quiero que aguantes nuevamente tu respiración mientras escuchas mi voz, y ahora suelta nuevamente el aire. Y una tercera vez, quiero que tomes aire, aguántalo esta vez un poco más de tiempo, quiero que aguantes tu respiración, suéltalo, relájate, descansa.

Quiero que conscientemente relajes cada uno de los músculos de tu cuerpo, quiero que te concentres únicamente en tus pies, y los relajes completamente. Quiero que relajes tus tobillos, tus pantorrillas, tus rodillas, tus muslos, concéntrate únicamente en tus pies y en tus piernas y relájalos completamente, descansa. Ahora quiero que te concentres únicamente en tu cadera y que la relajes, en tu abdomen, en tus manos y en tus brazos, date cuenta si alguno de estos músculos está tenso y relájalo, descansa. Ahora concéntrate en tu espalda y en tu pecho, haz consciente estos músculos y date cuenta si están tensos para poder relajarlos, descansa. Ahora quiero que hagas consciente tu cuello —muchas veces la tensión se acumula en esta

parte del cuerpo, en el cuello y en la nuca—, quiero que hagas consciente el nivel de tensión que tienes en esta parte de tu cuerpo y que te relajes. Relaja cada uno de estos músculos de tu cuerpo.

Ahora piensa en tu cara, en tu barba, en tu boca, en tu nariz, en tus ojos, tus párpados, que se relajen totalmente. En tu cabeza, en tu cabello, relaja cada parte de tu cabeza y de tu cara. Relájate. Date cuenta con qué claridad puedes ver la realidad en este momento, y date cuenta cómo muchas veces en la vida estás viviendo bastante rápido y no te das cuenta que te puedes detener, simplemente respirar, y simplemente a estar contigo mismo y con tu cuerpo. Quiero que finalmente disfrutes este momento estando contigo, con tu cuerpo, y solo. Descansa.

Ahora quiero que te concentres por un momento y que pienses únicamente en tus miedos económicos, cuáles son tus principales miedos económicos de iniciar un negocio que va a transformar tu vida para siempre. Únicamente piensa en los miedos que tengan que ver con dinero, con la parte económica, y quiero que te concentres en cada uno de estos miedos. Puede ser pagar una deuda que tienes pendiente, puede ser el dinero que necesitas para iniciar un negocio, puede ser la incertidumbre de saber si va o no a funcionar el negocio, si va a ser viable o no económicamente, todo lo que tenga que ver con dinero y la parte económica, cuales son todos tus miedos a nivel económico. Quiero que los identifiques y que los pienses.

Ahora quiero que muy lentamente, y sin perder la tranquilidad que tienes en este momento, quiero que abras tus ojos, y quiero que escribas cada uno de estos miedos a nivel económico. Vas a escribir la palabra “Miedos Económicos” en la parte de arriba de tu hoja y vas a hacer una lista con cada uno de estos miedos. Escribe cada uno de ellos, así parezca insignificante o muy importante, quiero que cada uno de los miedos o inquietudes que tengas a nivel económico, lo pienses, lo hagas consciente, y lo escribas en la hoja de papel que está enfrente de ti.

Quiero que pongas pausa en este audio para que puedas hacerlo tranquilamente, y no quiero que lo sigas escuchando hasta que hayas

terminado de hacer esta lista, y hasta que hayas terminado de enumerar cada uno de los miedos a nivel económico, que te están impidiendo tomar acción y que te están impidiendo transformar tu vida.

Ahora, una vez que hayas terminado de los miedos económicos, quiero que nuevamente cierres tus ojos, y quiero que pienses únicamente en tus miedos a nivel social, qué es lo que te preocupa y cuáles son todos tus temores a nivel social, relacionados con la demás gente que tenga que ver con iniciar tu propio negocio y con transformar tu vida. Quiero que pienses en quiénes son las personas que te preocupan, por qué te están preocupando, imagínate los escenarios, o las situaciones. Y quiero que tengas mucha claridad de saber exactamente cuáles son estos miedos sociales. Piénsalos muy detenidamente, y cuando estés listo quiero que abras tus ojos, quiero que lentamente abras tus ojos, quiero que en otra hoja diferente escribas hasta arriba “Miedos Sociales”, y quiero que escribas cada uno de estos miedos. Vas a hacer una lista, al igual que lo hiciste con los miedos económicos, de todos los miedos a nivel social que te están impidiendo tomar acción.

Nuevamente, te pido que pongas pausa en este audio para poder hacerlo muy tranquilamente. Si te tardas quince o veinte minutos, está perfecto, pero necesito que seas muy definido en hacer tu lista de todos los miedos sociales que te preocupan.

Ahora, una vez que termines, vas a cerrar tus ojos nuevamente, vas a seguir totalmente tranquilo y relajado, y vas a pensar únicamente en tus miedos personales, cuáles son tus más fuertes temores a nivel personal que te han impedido iniciar tu propio negocio, o que te están impidiendo en este momento tomar acción para finalmente ser libre, ser una persona que tenga su negocio propio y que pueda ser totalmente libre. Piénsalos muy detenidamente, porque los miedos personales son muy importantes. Puede ser, por ejemplo, iniciar un negocio en un área que tú no conoces, tener que salirte de esa zona de confort, de ganar un sueldo seguro, tener que aprender habilidades nuevas, tener que esforzarte para iniciar un negocio, tener que retrasar la gratificación, y en vez de tener un sueldo seguro tener que esperar a que el negocio de frutos y ser paciente. Entonces, piensa en cada uno de los miedos que tienes

tú en este momento a nivel personal. Piensa muy detenidamente cada uno de estos miedos, y cuando los hayas pensado vas a abrir tus ojos muy lentamente, y en una tercera hoja de papel vas a escribir la palabra “Miedos Personales” y vas a escribir toda esta lista de miedos que has pensado.

Te repito, pon pausa a este audio para que puedas hacerlo con mucha calma, y realmente puedas hacer una lista de todos tus miedos a nivel personal. Entonces, pon pausa en este momento en este audio para poder hacerlo.

Ahora, seguramente te estás preguntando por qué tuviste que escribir cada uno de tus miedos, en cada una de estas tres áreas, y es muy sencillo y te voy a explicar por qué. La mayor parte de los miedos que tenemos viven a nivel subconsciente en nuestra mente, es decir, no nos damos cuenta conscientemente de cuáles son nuestros principales miedos y qué es exactamente lo que nos está impidiendo alcanzar nuestros objetivos, o nuestros sueños. Y lo triste es que la mayor parte de la gente vive amarrada a estos miedos sin ni siquiera darse cuenta que los tiene. Imagínate lo catastrófico que puede ser esto para la vida de las personas, que tengan que vivir la vida como la están viviendo únicamente porque tienen miedos que ni siquiera saben identificar. Y es por esto, que la primera parte del ejercicio la denomino Identificación, simple y sencillamente, es hacer consciente cada uno de los miedos que tú tienes.

Imagínate el caso de la persona de la que platicábamos hace un momento, que es una persona promedio que tiene un empleo, y que la mayor parte de la vida pasa trabajando en un empleo en el cual no quiere estar, y lo más triste de todo es que todos los miedos que tiene para transformar su vida y para hacer un cambio importante que le permita ser libre, ni siquiera los logra identificar, ya no digamos resolverlos, no los puede identificar y no los puede llevar a un nivel de conciencia.

Ahora, el siguiente paso yo lo denomino Categorización, y es un paso muy importante, porque te vas a dar cuenta cómo existen diferentes categorías de miedo. Muchas veces pensamos que el miedo es igual, que todos los tipos

de miedos son muy parecidos; sin embargo, cuando te des cuenta como existen dos tipos diferentes de miedos, te vas a dar cuenta cuáles realmente tienes que enfrentar y controlar y cuáles ni siquiera tienes que gastar tu energía en resolverlos. Y déjame explicarte por qué.

Existen dos categorías de miedos: los miedos reales y los miedos irreales. Los miedos reales, te voy a dar un ejemplo para que lo entiendas, un miedo real que yo tenía cuando empecé mi negocio era que iba a iniciar un negocio en una industria totalmente desconocida para mí, yo no sabía absolutamente nada de internet, de cómo vender productos en línea, de mercadotecnia en internet, yo sabía bastante de mercadotecnia tradicional, pero el terreno de la mercadotecnia en internet era totalmente desconocido para mí y no sabía ni por dónde empezar. Era un miedo real, porque era una realidad que yo no sabía absolutamente nada de la mercadotecnia en línea. Entonces, en este caso, este miedo real tenía que manejarlo y tenía que controlarlo si realmente quería tener éxito.

Otro miedo real, por ejemplo, que yo tuve al principio, era que estaba gastando el dinero de la familia. Como ya te comenté, mi esposa estaba trabajando y yo no únicamente no ganaba dinero, sino que gastaba el dinero que mi esposa estaba ganando en empezar mi propio negocio en el internet. Y obviamente, un miedo real que yo tenía es que estaba gastando este dinero que yo ni siquiera sabía si lo iba a poder recuperar o no lo iba a poder recuperar. Entonces, este es un miedo real y es una realidad, porque este dinero yo lo estaba gastando, no era imaginación, no era una fantasía, yo en realidad lo estaba gastando, y en realidad también lo podía perder.

Entonces, estos dos ejemplos que te acabo de mencionar, son ejemplos de la primera categoría de miedos, que son los miedos reales, son los que realmente tenemos que enfrentar, manejar, controlar y resolver.

Ahora, hay una segunda categoría de miedos que es muy importante que tú entiendas, y yo los denomino “miedos irreales”, porque son miedos que viven únicamente en nuestra mente, en nuestra imaginación, son fantasías que tenemos de cosas que podrían pasar y, sin embargo, nunca van a suceder o es

muy raro que puedan suceder. Te voy a dar un ejemplo también porque que te quede más clara esta idea.

Cuando yo empecé mi negocio, te comentaba hace unos momentos que parte de mi miedo era lo que la gente iba a pensar si yo fracasaba, si mi negocio fracasaba. Yo iba a varias reuniones, platicaba con muchas personas, les comentaba acerca de mi proyecto, evidentemente que les comentaba con mucho convicción de que iba a triunfar, que iba a ser exitoso mi proyecto. Y tenía mucho miedo en el interior de qué iba a suceder si mi negocio fracasaba, y algún día me encontraba nuevamente con esas personas y les tenía que decir que mi negocio fracasó. Mi miedo era lo que la gente iba a pensar, y la percepción que ellos iban a tener del hecho de que mi negocio hubiera fracasado, cuando yo les había asegurado que no iba a fracasar y que iba a tener mucho éxito. Este es un miedo irracional, irreal. Te voy a explicar por qué.

La realidad es que mucha gente es el centro de su vida. Tú no eres el centro de la vida de las personas, ellos son el centro de su vida. Entonces, lo que muchas veces pensamos, que la gente va a tener en percepción de nosotros, en realidad nunca sucede porque ellos están preocupados por sus miedos, por sus realidades, por sus fantasías, por sus sueños. Están preocupados por su vida, no por la tuya y no por la mía. Entonces, en ese momento yo estaba teniendo un miedo totalmente irreal, de lo la gente realmente iba a pensar de mí y de lo que esto me iba a afectar a mí como persona.

La realidad es que esto nunca iba a suceder. Y si sucedía, es algo que no tenía ninguna amenaza real en mi vida. No iba a suceder objetivamente en ningún hecho que me pudiera afectar a mí. Entonces, eso es un ejemplo de un miedo irreal que yo tenía, y que únicamente me estaba desgastando, estaba robando mi energía que yo podía utilizar, obviamente de forma más constructiva en iniciar mi negocio.

Ahora, ¿por qué te estoy platicando de esto? Te lo estoy platicando por una simple y sencilla razón. Una vez que tú analices tus miedos, te vas a dar cuenta cómo existen miedos reales que tienes que controlar, que tienes que

manejar, pero también existen miedos irreales, que únicamente te están quitando energía. Están eliminando la cantidad de energía que tú tienes para iniciar tu propio negocio. La energía que tenemos como personas es limitada y, obviamente, el hecho de que tú sepas enfocar y canalizar la mayor parte de la energía que tú tienes en construir tu negocio, de eso va a depender que tengas mucho éxito. Si tu energía se diversifica, y se reparte en todos los miedos que estás teniendo, reales e irreales, en todas las preocupaciones que tú tienes, imagínate lo complicado que va a ser para ti enfocarte en construir un negocio exitoso.

Entonces, quiero que hagamos un ejercicio que te va a servir bastante para identificar cuáles de los miedos que tú realmente tienes son reales, y cuáles son irreales.

Delante de ti tienes tres listas que hiciste. Tienes una lista de miedos económicos, tienes la otra de miedos sociales, y la tercera que es de miedos personales. Lo que quiero que hagas en este momento es escribir una *R* junto a cada uno de los miedos que tú consideras que son totalmente reales. Lee detenidamente cada uno de los miedos, cada una de las tres listas, y quiero que escribas una *R* junto a cada uno de los miedos reales.

Cuando termines de hacer esto —y quiero que le pongas pausa a este audio para que lo puedas hacer tranquilamente—, cuando lo termines de hacer, lo que vas a hacer es escribir una *I* de irreal, junto a cada uno de los miedos que son irreales, que son imaginarios, que únicamente son una fantasía y que lo más seguro es que no van a suceder y, aunque sucedan, no te van a afectar. Como el ejemplo que yo te puse de la gente, de la percepción que tienen los demás acerca del fracaso de mi negocio. Entonces, escíbeme una *I* junto a todos los miedos que son irreales. Y nuevamente te pido que hagas pausa en este audio para que puedas hacer esto de la forma más tranquila.

Ahora, la siguiente parte de este ejercicio es muy importante, porque te vas a quitar un gran peso de encima, te vas a dar cuenta cómo hay muchos miedos que están formando un peso psicológico en ti y que te está quitando

muchísima energía, y vamos a liberarlos de tu mente. Te voy a explicar qué es exactamente lo que tienes que hacer.

Tienes delante de ti las tres hojas con los tres tipos de miedo, los miedos económicos, los personales y los sociales. Y cada uno de ellos, ya tiene la *I*, ya tiene la *R*; ya sabes cuáles son reales y cuáles son irreales. Lo que quiero que hagas en este momento, quiero que leas en voz alta cada uno de los miedos que son irreales, los que tienen la *I* escrita junto a ellos. Quiero que los leas en voz alta, y quiero que te expliques a ti mismo, que estos miedos no pueden suceder, y que si suceden no te van a afectar en absolutamente nada. Quiero que lo hagas consciente, que te lo expliques a ti mismo. Y una vez que lo hagas, quiero que los dejes salir de tu mente conscientemente.

No te imaginas el poder que tiene este ejercicio. Cuando tú le explicas a tu mente, cuando tú haces consciente que un miedo no va a suceder, o que si sucede no te va a pasar absolutamente nada, y lo dejas ir, estás liberando tu mente de una cantidad de pensamientos de preocupaciones y de miedos, que te están impidiendo enfocar tu energía como la debes enfocar.

Entonces, quiero que revises muy bien cada una de las tres listas. Nuevamente, quiero que pongas pausa en este audio para que lo puedas hacer tranquilamente, quiero que revises cada una de las listas, y quiero que leas en voz alta cada uno de los miedos irracionales, quiero que te expliques que son una fantasía, y que si realmente suceden no te va a suceder absolutamente nada, y que los dejes ir de tu mente.

Ahora, el siguiente paso yo lo denomino transformación, y es en este paso donde realmente tú vas a poder reducir o incluso muchas veces eliminar los miedos que sí son completamente reales. Pon mucha atención, porque esta parte del ejercicio y del curso es muy, muy importante, y quiero que la domines para que realmente, cada vez que tengas un miedo real, lo puedas controlar y lo puedas reducir o incluso eliminar.

Lo que quiero que hagas, hay un concepto que yo denomino “premio a vencer el miedo”. Te voy a explicar exactamente a qué me refiero con el premio a vencer el miedo. Siempre que tú inicias un proyecto nuevo, o que te impones

a ti mismo un objetivo que quieres alcanzar, vas a tener ciertos miedos que tienes que saber controlar y manejar, para poder obviamente alcanzar este objetivo. Entonces, cuando tú vences estos miedos, siempre vas a tener una recompensa, si no, obviamente no estarías poniéndote este objetivo, o no estarías iniciando este proyecto. Cada uno de los miedos que vas a tener, van a tener un beneficio después de haberlos vencido, al que yo denomino “el premio a vencer el miedo”. Te voy a dar unos ejemplos para que te quede más clara esta idea de lo que es el premio a vencer el miedo.

Cuando yo inicié mi negocio, como te comenté, uno de mis miedos era que tenía que aprender habilidades y conocimientos que eran totalmente desconocidos para mí. Yo quería iniciar un negocio en internet, no sabía diseñar páginas web, no sabía cómo hacer mercadotecnia en línea, no sabía absolutamente nada de esta industria, y yo tenía mucho miedo. Sin embargo, ¿cuál iba a ser el premio a vencer el miedo? El premio iba a ser que una vez que yo dominara este miedo, y que yo controlara y venciera este miedo, iba a poder repetir este mismo modelo de negocio las veces que yo quisiera. Una vez vencido este miedo, iba a poder hacer muchas veces el mismo modelo para poder ganar dinero en internet. Y hoy te puedo decir, que justamente así sucedió. Gracias a que vencí ese miedo, con el conocimiento que tengo de cómo vender productos en internet, puedo repetir el mismo modelo de negocio, y crear negocios en piloto automático las veces que yo quiera. Entonces, el premio a vencer el miedo realmente valió la pena en ese caso.

Ahora, un segundo ejemplo. Otro de los miedos que yo tenía era invertir dinero, tenía de alguna forma que gastar el dinero de la familia en iniciar mi propio negocio. Y tenía muchísimo dinero a que ese dinero nunca regresara, que yo nunca pudiera recuperar este dinero que estaba gastando.

Ahora, ¿cuál iba a ser en ese momento el premio a vencer el miedo? Bueno, obviamente, iba a ser que yo iba a tener un ingreso al que yo denominaba y denomino actualmente “en piloto automático”. Que una vez que yo invirtiera este dinero, iba a crear un sistema, un mecanismo, que me iba a permitir ganar dinero de forma totalmente automatizada. Y que ya no iba a tener que depender de un sueldo o de un empleo para poder ganar dinero.

Este era para mí el premio a vencer el miedo, en este caso de invertir dinero en mi negocio. Y hoy te puedo decir, también después de haber recorrido todo este camino, que valió la pena, y que actualmente tengo muchos negocios en piloto automático que me generan ingreso pasivo, sin que yo haga absolutamente nada, y es lo que tú vas a poder también hacer. Pero lo que tienes que hacer es vencer este miedo. Y lo más importante es saber cuál es el premio a vencer el miedo.

Ahora, un tercer ejemplo para clarificarte un poco más esta idea del premio a vencer el miedo, es que uno de mis miedos era que yo iba a tener que esforzarme bastante. Iba a tener que sacrificar muchas cosas y esforzarme bastante para realmente iniciar mi negocio. Yo veía a la gente que ganaba un ingreso seguro, que tenían un empleo, que realmente el esfuerzo que ellos hacían era cada vez marginalmente menor. Cada vez tenían que hacer menos esfuerzo para obtener los mismos resultados; en este caso su sueldo.

Sin embargo, yo iba a tener que esforzarme muchísimo, iba a tener que trabajar en las noches. Para poder iniciar mi negocio, iba a tener que trabajar, no únicamente ocho horas, sino mucho más de ocho horas diarias al principio. Y yo, desde el principio tuve muy consciente, que mi premio a vencer el miedo era que una vez que me esforzara, y una vez que mi negocio estuviera funcionando, mi esfuerzo iba a ser mucho menor. Y ese iba a ser el premio. Y te voy a explicar por qué.

Al principio, tuve que trabajar muchísimo para iniciar mi negocio, tuve que leer muchísimo, que aprender, muchos cursos, que ir a seminarios, tuve que pasar por una curva de aprendizaje que requería un esfuerzo. Y hoy te puedo decir, ya con todas las páginas en internet, que tengo funcionando en piloto automático, que el esfuerzo que actualmente hago en mi negocio, es mucho menor que al principio y, sobre todo, es mucho menor que el que yo haría en cualquier otro tipo de negocio. Entonces, ese para mí ha sido el premio a vencer el miedo, y valió totalmente la pena.

Ahora, ¿por qué es tan importante este concepto que yo denomino “el premio a vencer el miedo”? Es importante porque cada uno de los miedos que

tú tienes para iniciar proactivamente un negocio, tienes forzosamente que hacer consciente, cuál va a ser el miedo una vez que lo alcances. Es decir, tienes que enfocarte en la parte positiva, no negativa, de ese miedo. No te quedes en la parte negativa, no te quedes únicamente en cuál es el miedo, que es lo que me está impidiendo avanzar. Ten un poco de visión para saber exactamente, cuál va a ser tu premio una vez que venzas cada uno de estos miedos.

Ahora, quiero que hagas este ejercicio, y este es uno de los más importantes de este curso porque te va a clarificar muy bien qué es lo que quieres alcanzar, y te va a clarificar qué es lo que va a suceder cuando tú ya hayas vencido cada uno de estos miedos. El ejercicio es muy sencillo, quiero que tomes cada una de las tres listas que tienes en frente de ti —la de los miedos económicos, miedos sociales y miedos personales—, y cada uno de los miedos reales, los que tienen una *R* escrita junto a ellos, quiero que junto a ellos escribas, cuál va a ser el premio a vencer ese miedo.

Si tienes una deuda, por ejemplo, que tienes que pagar, posiblemente el premio sea que cuando tengas tú un negocio que genere ingresos en forma de piloto automático, vas a poder pagar, no esa deuda, sino las que quieras pagar porque vas a tener un ingreso seguro cada mes. Es únicamente un ejemplo, pero cada uno de los miedos que tú tienes en este momento, quiero que escribas muy detalladamente, cuál es el premio a vencer ese miedo. Nuevamente, te recomiendo, haz pausa en este audio para poder hacer este ejercicio con la mayor tranquilidad posible.

Ahora, el siguiente ejercicio yo lo denomino reconciliación, y te voy a explicar cómo funciona. Tienes nuevamente las tres listas de miedos delante de ti —la del miedo social, económico y personal—, y lo que quiero que hagas en esta ocasión, quiero que leas cada uno de los miedos reales. Una vez que los leas, vas a cerrar tus ojos y te vas a imaginar muy gráficamente y muy detalladamente, cuál es la peor catástrofe que puede suceder si este miedo que tú tienes realmente pasa.

Te voy a dar un ejemplo. Uno de mis miedos era que estaba gastando dinero y que, tal vez, mi negocio no iba a tener éxito, y que iba a tener que pedir un empleo tradicional, el cual iba a ser mucho más difícil para mí conseguir porque yo había desperdiciado —entre comillas— mucho tiempo iniciando mi propio negocio. Entonces, en esta técnica de la reconciliación, lo que yo tuve que hacer, es cerrar mis ojos, imaginarme la peor catástrofe. ¿Cuál era el peor escenario posible? Que mi negocio fracasara, que yo debiera mucho dinero, porque había pedido dinero prestado para iniciar mi negocio, por ejemplo; y que iba a tener que buscar un empleo, por ejemplo, y que ese empleo no lo iba a encontrar, y que iba a estar un año sin encontrar ese trabajo, por ejemplo. Imagínate la catástrofe que era esa situación, y ese escenario. Ese era el peor escenario del miedo que yo tenía.

Ahora, lo que yo tuve que hacer, es aceptar y reconciliarme con el peor escenario posible en este miedo. Para yo realmente poder avanzar y poder construir mi negocio, tuve que realmente hacer consciente, de aceptar y de reconciliarme con cualquier escenario al que yo temía, y aceptar la peor de las condiciones, el peor de los casos, la peor catástrofe, reconciliarme con ella. Porque una vez que yo me reconcilé con cada una de esas situaciones, con cada uno de esos escenarios imaginarios, es que yo pude finalmente avanzar. Porque como yo ya había aceptado que eso iba a suceder o que eso podía suceder, tenía mucha más energía para echarle todas las ganas para que no sucediera. Entonces, una vez que tú aceptas el peor de los escenarios, te liberas de esa energía que te está robando el miedo y te dedicas únicamente a construir tu negocio con todos tus recursos de energía que tienes.

Entonces, lo que quiero que hagas en este ejercicio, quiero que leas cada uno de los miedos, quiero que hagas pausa en este audio para poderlo hacer muy tranquilamente, quiero que leas cada uno de estos miedos, quiero que cierres tus ojos, y quiero que te imagines el peor escenario, la peor catástrofe que puede suceder en este caso, y en ese miedo en particular. Y quiero que lo aceptes, y quiero que te reconcilies con ese hecho.

Seguramente te estás preguntando: “¿Por qué tengo que imaginarme la peor situación y la peor catástrofe?”. Yo sé que no suena muy lógico, pero es

una técnica, créeme que funciona y te reduce, y te elimina, muchas veces, completamente el miedo. Porque a veces gastamos mucha energía en tratar de resistir un miedo, en tratar de impedir que suceda una situación, en tratar de poner resistencia a una situación que no queremos que suceda. Sin embargo, cuando nosotros la aceptamos y nos reconciamos con lo peor que puede suceder, en ese momento, a partir de ahí, todo va a ser ganancia, porque nosotros ya aceptamos la peor de las situaciones. Entonces, una vez que nosotros nos reconciamos con ese hecho, con el peor hecho que pueda suceder, con la peor catástrofe, en ese momento nos liberamos psicológicamente, y toda nuestra energía la vamos a enfocar en crear nuestro negocio.

Entonces, haz una pausa y quiero que hagas muy detenidamente este ejercicio, y que te reconcilies con cada una de las peores catástrofes que pueden suceder en cada uno de los miedos que tú tienes. Y cuando estés listo, cuando hayas terminado este ejercicio, sigue escuchando este audio.

Ahora, la siguiente sección, es a la que yo denomino “visión”, es la última sección de este curso y es por mucho la más importante. Y quiero que pongas muchísima atención.

Quiero que leas nuevamente tus tres hojas, y quiero que leas muy detenidamente cada uno de los premios a vencer el miedo que tú escribiste. Y vas a escribir una historia, que incluya cada uno de estos premios, y esta historia va a ser la historia de tu vida una vez que hayas alcanzado lo que quieres alcanzar.

En este caso, si lo que quieres alcanzar es tu propio negocio, si quieres tú iniciar un negocio en internet, y quieres generar dinero en piloto automático y quieres tener la libertad de poder viajar, y realmente quieres ser un hombre libre, lo que tienes que hacer es escribir detalladamente una historia con mucho detalle, que incluya cada uno de estos premios a haber vencido el miedo, a haber perdido este miedo. Entonces, en esta historia, esa va a ser la historia de un día de tu vida. Cómo te vas a despertar a ese día, a qué hora te vas a despertar, en qué ciudad, en qué país, a qué hora vas a empezar a trabajar,

durante cuánto tiempo y de qué forma vas a trabajar, y en dónde, en qué lugar físico, cuánto dinero vas a estar ganando en ese momento.

Muy detalladamente, quiero que de esta forma, como te estoy diciendo, escribas la historia de cada uno de los días de tu vida una vez que hayas alcanzado lo que quieres alcanzar. Pero es muy importante, que en este día, que tú vas a narrar, en esta historia, escribas cada uno de estos premios que vas a haber alcanzado.

Y te doy un ejemplo, imagínate la siguiente situación. Me levanto por la mañana sin la necesidad de haber puesto un reloj despertador, cuando ya terminé simplemente de dormir. Abro mis ojos, me doy cuenta que son las nueve y media de la mañana, cuando ya mucha gente está en las oficinas, y yo estoy en mi cama, apenas despertándome.

En este momento enciendo mi computadora, abro mi programa de correo electrónico, y me doy cuenta que hay catorce ventas de Australia, doce ventas de Perú, ocho ventas de Venezuela, seis ventas de Estados Unidos, y dos ventas de México. Cada una de estas ventas es de un promedio de cincuenta dólares, y esto me permite, con mucha tranquilidad, tomar el periódico de la mañana, que leo cada uno de los días de mi vida, prepararme un café, y muy tranquilamente me dispongo a disfrutar el aroma de este café y a leer el periódico. Todo esto sin haber salido de mi casa.

Después de esto, voy a una comida con unos amigos, y con mi familia, empiezo a platicar, y empiezo a escuchar todas las historias que tiene cada uno de ellos que contar. Me platican de su trabajo, que está muy difícil, que está muy pesado, que entran a las ocho de la mañana a trabajar, que a veces salen a las siete, ocho de la noche, que no aguantan a su jefe, que están hartos de él o de ella, que se quisieran salir de su trabajo. Y yo nada más escucho esta plática, y muy dentro de mí pienso: “¡Qué bueno que vencí el miedo!”. Valió la pena haber vencido el miedo, porque en ese momento, en esa circunstancia y en ese lugar, estoy viviendo el premio a haber vencido el miedo.

Después de esa reunión me voy a un café en donde hay conexión a internet, enciendo mi computadora, enciendo mi programa de correo

electrónico, y me doy cuenta que hay otras dieciocho ventas más en total de diferentes países. Y me dispongo, tomando un café, a planear mi siguiente lanzamiento de producto.

En esta ocasión voy a lanzar un producto para una industria que siempre me ha apasionado, y me voy a dedicar dos horas en ese café, a hacer algo que me apasiona, que es hacer un curso con un producto de una industria que me apasiona. Y esta industria es, por ejemplo, el tema de la inmigración. Cómo ayudar a la gente que quiere vivir en otro país, cómo ayudarla a alcanzar sus objetivos. Y me doy cuenta de toda la gente que le hace falta esta información, y que yo le puedo ayudar, y que yo le puedo venderles un curso que les va a servir muchísimo en cambiar su vida y en vivir en otro país.

Después de haber trabajado por dos horas en este café, regreso a mi casa muy temprano, juego con mi hija, estoy en un muy buen momento con mi esposa, platicamos de cómo nos fue a lo largo del día, y me doy cuenta de la maravilla que es estar con mi hija, disfrutando de mucho tiempo con ella antes de que se duerma, jugando con ella y estando en mi casa en la tarde, sin la necesidad de estar en una oficina físicamente.

Cierro mis ojos en ese momento y me doy cuenta de lo importante y lo trascendente que fue haber vencido mis miedos. Y disfruto una vez más del premio a haber vencido mi miedo.

En ese momento, mi hija se va a dormir, platico con mi esposa, vemos una película, y un poco antes de irme a dormir, enciendo nuevamente mi computadora para ver cómo están mis estadísticas, me doy cuenta de que siguen entrando ventas de muchos de mis productos, no únicamente de uno, sino de muchos de mis productos que están trabajando literalmente en piloto automático, y con toda la tranquilidad apago mi computadora y me voy a dormir.

Y antes de dormir, hago una relajación en mi almohada, descanso, y agradezco nuevamente el hecho de haber vencido mis miedos, y disfruto el hecho de estar en mi cama relajado, tranquilo, sabiendo que todo está bien, y

disfrutando el momento que significa gozar el premio de haber vencido el miedo.

Ahora, quiero que tú hagas exactamente lo mismo. Ya escuchaste cuál es la historia que yo imaginaba en mi mente cuando quería iniciar mi negocio. Ese era un día ideal, que yo consideraba como el premio a haber vencido todos mis miedos. Y afortunadamente, hoy puedo vivir exactamente el día que te acabo de describir. Y quiero que de esta misma forma, tú escribas muy detalladamente, incluyendo todos los premios a haber vencido tus miedos. Quiero que escribas muy detalladamente la historia de un día promedio en la vida que vas a alcanzar. Y a esta historia le vas a llamar: La Visión. Va a ser tu visión.

Y esta historia, quiero que la escribas, si es posible, en una computadora, bastante limpia, quiero que la imprimas. Y esta historia, quiero que la tengas junto a ti, en tu escritorio, en donde vas a iniciar tu negocio, en donde va a estar tu computadora, en donde van a estar tus anotaciones de tu negocio, en donde vas a hacer llamadas telefónicas si es que las necesitas, en el espacio que tú hayas decidido iniciar tu negocio, quiero que tengas esta visión, quiero que tengas esta hoja de papel junto a ti y que la leas muy detenidamente, antes de empezar a trabajar, cada uno de los días de tu vida.

Y esta es por mucho, una de las partes más importantes de este curso, porque tú ya lograste identificar cuáles son tus miedos, ya lograste también categorizarlos en reales y también en irreales, ya pudiste transformarlos en premios a vencer el miedo. Y con estos premios, fue que creaste una visión, la cual vas a utilizar cada uno de los días que empieces tú a trabajar.

Ahora, quiero compartir contigo un ejercicio, que a mí en lo personal, me sirve bastante, cada una de las veces que inicio un nuevo proyecto, que empiezo algo nuevo y que siento miedo. Y este ejercicio, a mí en lo particular me funciona bastante bien, y por eso lo quiero compartir contigo.

Primero que nada, quiero que cierres tus ojos y te vas a relajar. Tu respiración en este momento va a ser normal, tranquila; y cuando yo te diga,

vas a respirar muy profundo y vas a tomar mucho aire, pero hasta el momento en que yo te lo diga, todavía no.

Ahorita tu respiración está muy normal, y muy estable. Cuando yo te diga que tomes aire, te vas a imaginar un momento en tu vida en el que hayas sido una persona muy fuerte. Tal vez por algún éxito que lograste, que te costó mucho trabajo, un momento que te costó bastante sacrificio, o algún logro que alcanzaste que te hizo ser una persona muy segura de ti misma, muy fuerte, y que no tuvieras absolutamente nada de miedo. Y cuando tomes este aire, quiero que con este aire, entre dentro de ti todo este sentimiento de seguridad que tenías en ese momento.

Ahora, cuando saques el aire, quiero que te imagines un momento en tu vida, en el cual te hayas sentido muy débil, en el que tu autoestima ha estado bastante baja, y que te hayas sentido muy fracasado. Y cuando saques el aire, vas a sacar toda la emoción que sentías en ese momento de tu cuerpo.

Entonces, cuando tomes aire vas a respirar toda la seguridad del momento de éxito, del momento en que te sentiste una persona muy segura; y cuando saques el aire, conscientemente vas a sacar cada uno de los temores y de las inseguridades que sentías en el peor momento de fracaso en tu vida.

Empezamos. Toma aire. Sostén ese aire dentro de ti, sácalo. Nuevamente toma aire, y quiero que entre dentro de ti toda esta seguridad y toda esta fuerza. Sácalo, y vas a sacar todos los miedos, todos los temores y todas las inseguridades que pueda haber dentro de ti. Nuevamente toma aire y recupera toda esa fuerza, toda esa seguridad y toda esa confianza en ti mismo de que puedes alcanzar el reto que te propongas. Saca el aire, saca toda esa debilidad, esa inseguridad y esa falta de confianza en ti mismo.

Relájate, abre tus ojos, y date cuenta de cómo te sientes en este momento. Cada vez que inicies un nuevo proyecto, cada vez que empieces algo nuevo, cada vez que sientas miedo quiero que hagas este ejercicio y te vas a dar cuenta cómo todo el miedo que está dentro de ti va a desaparecer. Porque te vas a recargar de energía pensando en los momentos en tu vida en

que sí has logrado alcanzar lo que quieres, y en toda esa seguridad y confianza en ti mismo que has tenido en estos momentos.

Ahora, finalmente quiero compartir contigo tres puntos que son muy importantes, y por lo mismo te pido que pongas mucha atención.

El primer punto es: el miedo es el resultado de salirte de tu zona de confort. Y esta frase es muy importante y quiero que la analices detenidamente. El miedo es el resultado de salirte de tu zona de confort. Hay muchísima gente que nunca siente miedo porque vive una vida cómoda, siempre está en su zona de confort, y por lo mismo no crece ni a nivel económico, ni a nivel personal, ni a nivel físico, emocional o espiritual. El hecho de que tú en este momento hayas tomado la decisión de escuchar el curso “Gana dinero mientras duermes”, y de iniciar tu propio negocio en internet, quiero decir que te estás saliendo de tu zona de confort, porque estás iniciando un nuevo proyecto y necesitas habilidades diferentes y nuevas, y por lo mismo, vas a tener miedo.

Sin embargo, lo que te quiero decir en este punto, es que ese es un signo positivo. Porque quiere decir que como te estás saliendo de tu zona de confort, estás creciendo como persona, y vas a alcanzar un nivel de vida, el cual no tienes en este momento. La única forma de crecer es salirte de tu zona de confort. Y va a ser muy difícil que te salgas de tu zona de confort sin miedo. Piensa en este momento todas las cosas grandes que has alcanzado a lo largo de tu vida. ¿Cuáles han sido tus mayores éxitos desde el día en que naciste? Y yo te aseguro que cada uno de estos momentos que has alcanzado, cada uno de estos logros, han sido el resultado de haberte salido de tu zona de confort. Entonces, quiero que te quede muy claro este punto, el miedo es el resultado de salirte de tu zona de confort. Y esto es un signo positivo.

Ahora, el segundo punto final que yo quiero compartir contigo, es algo que yo denomino “una cita con tu sueño”. Si realmente quieres transformar tu vida, quieres iniciar un negocio en internet, forzosamente tienes que hacer, lo que yo denomino una cita con tu sueño. Te voy a explicar lo que es una cita con tu sueño.

Tienes que tener un horario muy definido, cada día de la semana, de lunes a viernes de preferencia, en el cual vas a trabajar para alcanzar este objetivo que te has propuesto, que es tener un negocio en internet. Y esta cita con tu sueño, tiene que ser un horario con el cual te puedas comprometer, que sepas que lo vas a poder cumplir y que no va a haber absolutamente nada que te haga fallar. Y en esta cita con tu sueño, lo que tienes que hacer es, como te lo mencioné anteriormente, leer tu visión antes de empezar a trabajar, cerrar tus ojos, imaginarte muy detalladamente cuál es la vida que quieres alcanzar, y trabajar durante dos o tres horas totalmente enfocado en tu proyecto y totalmente enfocado en tu nuevo negocio en internet.

Es la única forma —te lo garantizo— cómo vas a poder alcanzar el éxito que tanto quieres y cómo vas a poder lograr la calidad de vida que quieres alcanzar. Tienes, forzosamente que tener un ritual de trabajo, a lo que yo denomino una cita con tu sueño, tiene que ser en un horario en el que tú ya sepas que tienes que trabajar, que tienes que buscar información, que tienes que iniciar tu página de internet, tienes que subcontratar ciertos trabajos, tienes que hacer varias actividades, como ya lo escuchaste en “Gana dinero mientras duermes”. Pero forzosamente tienes que tener un horario definido de trabajo, y en ese horario tienes forzosamente que leer tu visión al principio para poder de esta forma, eliminar el miedo y alcanzar el logro que quieres alcanzar.

Finalmente, quiero compartir contigo el tercer y último concepto de este curso, y es el siguiente. Cuando tú tienes un sueño tu mente ya nunca va a ser igual. Cuando tú piensas una idea, tienes una visión o tienes un sueño, tu mente se transforma para siempre. Y por más que quieras olvidar este sueño, tu mente nunca te lo va a permitir, porque tu mente nunca a volver a ser igual.

Y en este momento tú ya sabes que existe la posibilidad de ganar dinero en internet, tú ya conoces la calidad de vida que puedes alcanzar si ganas dinero utilizando el internet, y es un sueño que tú actualmente ya tienes. Y yo te digo en realidad, que si tú dejas pasar el tiempo y no tomas acción, tu mente de todas formas ya tiene ese sueño y ya tiene esa visión. Y no vale traicionar a tu mente, porque tu mente quiere conscientemente alcanzar ese sueño.

Te pido de verdad que aproveches toda la información que compartí contigo en el curso “Gana dinero mientras duermes”, y en el curso “Perdiendo el miedo a ser libre”, te pido que implementes cada una de las tácticas y cada una de las estrategias, y de verdad te pido que alcances tu sueño. Yo te lo digo, estaba exactamente igual que tú hace muy pocos años, y hoy te puedo decir con toda la convicción, que se puede vivir de una forma diferente y se puede gozar de una gran calidad de vida.

Y quiero cerrar con una frase que decía el papá de un muy buen amigo. Y esta frase es la siguiente: “Si ves una luz, síguela; porque si no, vivirás en la melancolía de saber que esa luz pudo haber sido tu estrella”.

En este momento, quiero que sepas que tú viste una luz de la calidad de vida que puedes vivir. Quiero que sigas con toda tu convicción, con toda la pasión que tienes, con toda tu fortaleza, la luz que en este momento has visto, y no descanses hasta que alcances este sueño.

Te deseo, muy honestamente, muchísimo éxito. Vamos a seguir en contacto, te voy a seguir mandando toda la información para ayudarte a alcanzar tu negocio. Te mando un muy fuerte abrazo. Mi nombre es Alex Berezowsky.