



FORJA TU MEJOR VERSIÓN

Extrayendo ideas de libros para aplicarlas

AVISO a todos los forjadores del mundo, esta recopilación...

...es un regalo para los que escucharon el [audio-resumen](#) que hice de Psicología del Éxito
...ha sido creada con vídeos públicos que aparecen en los diferentes canales de Youtube de Mario Luna y el índice de este PDF es el mismo que el de Psicología del Éxito para que relaciones los conceptos del libro con estos vídeos.

...es un complemento más y no sustituye, en ningún momento, la lectura completa de "[Psicología del Éxito](#)"

ÍNDICE

(haz click en el capítulo que te interese para ver los vídeos, esta función creo que solo funciona en el ordenador)

PRESENTACIÓN	
<u>Síntomas, diagnóstico y tratamiento</u> Qué es quererte Admítelo: no te has querido	
MODO AVANTAJADO	
<u>Estrategias de emergencia</u> Cuerpo G Autonomía económica Culto al tiempo <u>Estrategias de competencia</u> Abraza el esfuerzo	<u>Estrategias de excelencia</u> El elegido se elige a sí mismo Filtro Ganador El principio de la vida Juega tu juego Locus de control interno El roble y el arbusto Canjea la envidia por la admiración La envidia y los rajadores El conocimiento ocupa lugar Sinergia y antinergia Rendimientos decrecientes Sé científico

MODO BLACK BELT

KYT – Kaizen y triunfa

Sabes lo que quieres y por qué lo quieres

La zona cómoda

Pereza selectiva

Tienes un plan

Sal a ganar

La ley de los promedios

Vas a por ello

Zona cómoda = Zona muerta

Tu hora negra

La ley de la concentración

Administra tu gasolina

Reactividad, proactividad y preactividad

El Secreto

Disfrutas del proceso

No es un destino, es un camino

¿Súper o diésel? No, deseo

El arte de trabajar

Zona de flujo

Éxito instantáneo

Dejas el mundo mejor

Egoísmo ecológico

Orgullo vs Ego

MODO LEYENDA

Tu mente subconsciente

El amor de tu vida

MIA: Masculino y Femenino

Cómo reprogramar tu subconsciente

Indefensión aprendida

Tu autoconcepto

Creencias sumergidas

Congruencia

Conquistando a MIA

Revés psicológico

Cómo potenciar tu aprendizaje

La ley de la semilla

La dieta mental

Modelaje

Técnicas para hackear tu subconsciente

La visualización y el ensayo mental

El cambiazo

El lado oscuro

Cómo acomplejarte

PRESENTACIÓN

SÍNTOMAS, DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO

- Qué es quererte – Quererse a uno mismo: cómo amarte en tu día a día
- Admítelo: no te has querido

MODO AVANTAJADO

ESTRATEGIAS DE EMERGENCIA

- Cuerpo G – El cuerpo perfecto: qué es y cómo construir un cuerpo 10



¿QUIERES PONERTE EN FORMA? ► **DESENCADÉNATE DE LOS GIMNASIOS COMO YO**

- Autonomía económica – ¿Cómo hacerse rico? La clave del éxito financiero
- Culto al tiempo – Cómo expandir el tiempo: el secreto de la productividad extrema

ESTRATEGIAS DE COMPETENCIA

- Abraza el esfuerzo – Cómo disfrutar del esfuerzo y del camino hacia el éxito

ESTRATEGIAS DE EXCELENCIA

- El elegido se elige a sí mismo
- Filtro Ganador: la clave para pensar y actuar como un ganador
- El principio de la vida – El secreto sagrado del éxito: el principio de la vida
- Juega tu juego – Cómo ser el mejor en lo que haces...¡en 2 pasos!
- Locus de control interno
 - ¿Quieres ser feliz? El secreto de la felicidad
 - Cómo controlar tu vida – Toma el control (Ray Havana)
- El roble y el arbusto – ¿Te comparas con otros? - El roble y el arbusto
- Canjea la envidia por la admiración – Vídeo de Motivación - Envidia: Tu Camino del Éxito
- La envidia y los rajadores – Cómo reaccionar cuando te difaman
- El conocimiento ocupa lugar
 - El secreto para obtener resultados no es aprender más
 - La Clave del Éxito y la Productividad: Lograr MÁS HACIENDO MENOS | La Fuerza del NO
- Sinergia y antinergia – Más resultados e impacto en tus acciones: sinergia y antinergia
- Rendimientos decrecientes – Ley de los rendimientos decrecientes
- Sé científico – Afronta y entiende tu problema: un buen diagnóstico es la mitad del tratamiento

MODO BLACK BELT

KYT-KAIZEN Y TRIUNFA

- [Cómo ser Feliz y Triunfar en la Vida - Método Netkaizen \(NK\) de Éxito Integral](#)

1. SABES LO QUE QUIERES Y POR QUÉ LO QUIERES

- La zona cómoda – Cómo salir de tu zona de confort (Ray Havana): [Parte 1](#) - [Parte 2](#) - [Parte 3](#)
- La amnesia del ganador - Mi camino del éxito (confesión personal) y el peor error que puedes cometer: morir de éxito
- Pereza selectiva
 - [Cómo vencer la pereza y dejar de procrastinar](#)
 - [¿Eres vago? La clave para superar tu pereza](#)
 - [Vencer la pereza: la técnica más poderosa jamás revelada](#)
 - [Cómo Vencer la Pereza y Tener Disciplina | 5 Trucos Psicológicos](#)
 - [Cómo vencer la pereza. 3 trucos psicológicos para dejarte la piel](#)

2. TIENES UN PLAN

- [Sal a ganar - Date permiso para ganar](#)
- [La ley de los promedios - ¿Tienes mala suerte?](#)

3. VAS A POR ELLO

- Zona cómoda = Zona muerta – Cómo salir de tu zona de confort (Ray Havana): [Parte 1](#) - [Parte 2](#) - [Parte 3](#)
- Tu hora negra
 - [Tu hora negra...¿a punto de tirar la toalla?](#)
 - [Ese día malo... cuando tienes el viento en contra](#)
 - [Cuando todo va mal](#)

- La ley de la concentración
 - Cuchara VS cuchillo – Ley de la concentración
 - Lograr más haciendo menos: la fuerza del NO (productividad máxima)
- Administra tu ganasolina
 - Energía sólo hay una... ¡úsala bien!
 - Vampiro energético: esto te está robando toda tu energía y alejando de tus sueños
- Reactividad, proactividad y preactividad
 - Proactivo Vs Reactivo (Importante vs Urgente) - Psicología del Éxito
 - Reactivo VS Proactivo (Ray Havana)
- El Secreto

4. DISFRUTAS DEL PROCESO

- No es un destino, es un camino – El camino del éxito (habla de varias ideas del libro)
- ¿Súper o diésel? No, deseo – La fuerza del deseo (el deseo no es necesidad)
- El arte de trabajugar
 - Motivación para el trabajo: estrategia para disfrutar y realizarte con tu profesión
 - El arte de trabajugar
- Zona de flujo
 - ¿Quieres ser feliz? El secreto de la felicidad
 - Cómo Triunfar en la Vida... ¡SIN AMARGÁRTELA!
- Éxito instantáneo
 - Éxito instantáneo: el secreto para triunfar hoy mismo
 - ¿Qué es el éxito? La clave para triunfar en serio

5. DEJAS EL MUNDO MEJOR

- Egoísmo ecológico
 - Ray Havana “ofendido” responde
 - Egoísmo ecológico
- Orgullo vs Ego
 - El orgullo es sexy
 - El valor de la humildad

MODO LEYENDA

TU MENTE SUBCONSCIENTE

- El amor de tu vida – Como conquistar a la mujer de tu vida
- MIA: Masculino y Femenino – Lógica femenina VS Lógica masculina

CÓMO REPROGRAMAR TU SUBCONSCIENTE

- Indefensión aprendida – ¿Sientes impotencia y fracasas una y otra vez? Indefensión aprendida
- Tu autoconcepto
 - Confianza en sí mismo y creer en ti: el secreto de la verdadera seguridad y autoconfianza
 - Cómo ser más valioso, estar en alta demanda y hacerse respetar
- Creencias sumergidas – Creencias limitantes sumergidas - No basta con saber que puedes hacerlo
- Congruencia – Hazte atractivo viviendo lo que predicas (congruencia y el test de la acción)
- Conquistando a MIA – Como conquistar a la mujer de tu vida
- Revés psicológico – Revés Psicológico - ¿Por qué fracaso?
- Cómo potenciar tu aprendizaje – Cómo estudiar rápido y bien para un examen... ¡SIN ESFUERZO!
- La ley de la semilla – El Poder de la Mente Subconsciente - Cómo Re-Programar La Mente Para el Éxito
- La dieta mental – La dieta mental: aprende a hacer más estimulante tu camino hacia el éxito
- Modelaje (Ray Havana)

TÉCNICAS PARA HACKEAR TU SUBCONSCIENTE

- La visualización y el ensayo mental – [Cómo dar lo máximo bajo presión: técnica de 3 pasos para evitar los nervios y rendir en un día clave](#)
- El cambiazo – [Aumenta tu confianza en 5 segundos](#)

EL LADO OSCURO

- [Cómo acomplejarte – ¿Tienes un complejo?](#)

Te dejo aquí la [lista de reproducción](#) con todos los vídeos por si te resulta más cómodo.

Gracias y aprovecha esta recopilación Forjador/Forjadora ;)

Síguenos también en... (haz click en el logo)

