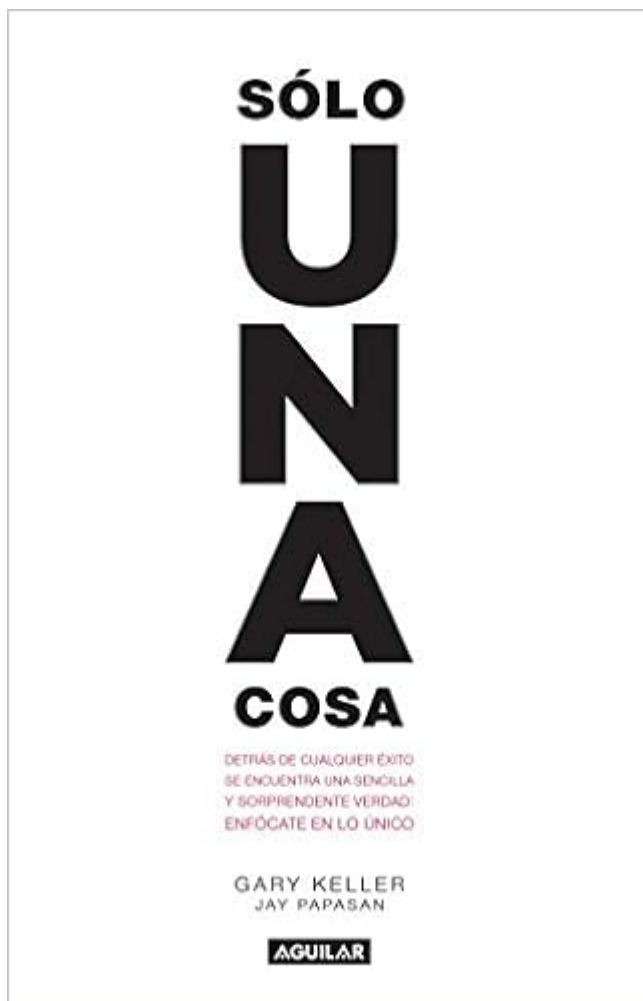


La Única Cosa Resumen



El libro [“La Única Cosa”](#) nos muestra cómo alcanzar mejores resultados rápidamente, cómo tener menos estrés en tu vida personal y profesional, cómo recargar tus energías y cómo alcanzar tus objetivos de forma exitosa.

¿Te has enfocado en diversas cosas y posees incontables objetivos de vida? Los autores de este libro, Gary Keller y Jay Papasan , van a mostrarte que tener muchos objetivos no siempre es la mejor salida para lograr el éxito.

Para eso, los autores recomiendan que te concentres en “una única cosa”. La única cosa es aquello que quieres más que nada, tu objetivo principal, que te ayudará a conquistar todos tus demás objetivos. Reflexiona sobre lo que es más importante para ti y aprende a identificar tu “única cosa” en este

microlibro!

El mito de la productividad

Actualmente, las personas han creído en algunos mitos y mentiras relacionadas con la productividad. El primer mito es que todo tiene la misma importancia. Eso no es verdad.

Muchas de las actividades que realizamos no tienen relación con la productividad, porque no tienen tanta importancia como otras actividades.

Por ejemplo, si una persona tiene una lista de quehaceres, puede tener un sentimiento mayor de realización cuando completa esa lista. Sin embargo, si la lista está compuesta de cosas banales, completarla no hará a esa persona más productiva.

Leía Todo El Resumen

Ahí está la diferencia entre las personas que realizan cosas y las que no. Mientras las que no realizan hacen todo lo que creen ser importante, las que realizan usan una táctica diferente.

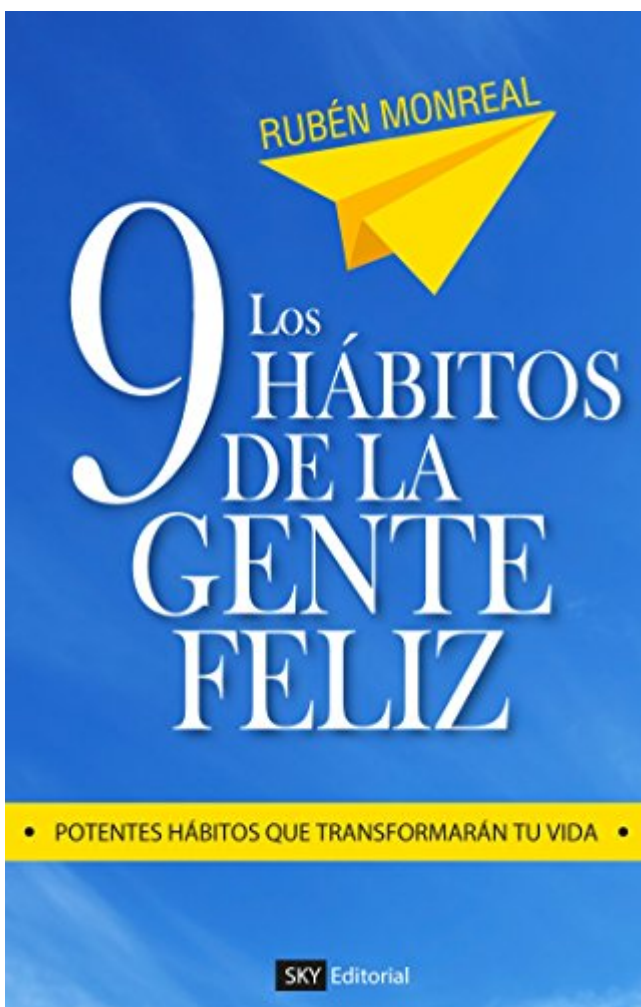
Ellos tienen un objetivo específico en frente y un sentido claro de prioridad sobre lo que quieren hacer y sobre dónde quieren estar. Entonces, en vez de tener una larga lista de quehaceres, se enfocan en una pequeña lista de cosas que necesitan ser hechas. Cuando te enfocas en prioridades reales, y trabajas siempre para cumplir un objetivo, logras realizar mucho más.

Por ejemplo, el economista italiano Vilfredo Pareto, en el siglo 19, desarrolló el famoso principio 80/20.

De acuerdo con sus cálculos, 80% de las tierras italianas era propiedad de solo el 20% de los italianos. Un famoso ejecutivo de la General Motors en 1930, Joseph Juran, describió este principio como “los pocos vitales y los muy triviales”.

La lección más importante sobre este principio es que debes ser capaz de enfocarte en solo una cosa.

Los 9 Hábitos de La Gente Feliz Resumen



Debes leer «Los 9 Hábitos de La Gente Feliz Resumen» para realizar una acción sobre tu propia vida, para que tenga una transformación que te permitirá mejorar tus días.

Para que veas nuevas formas de seguir adelante necesitas instaurar estos nueve hábitos en tu vida. Debes seguirlos a la velocidad que quieras, sin prisa o pausa.

Sólo necesitas tener la debida disposición para ponerlos en práctica. La acción te lleva a la motivación. Esta no es una obra de autoayuda, sino de cambio de actitud.

Reserva los próximos 12 minutos para poner en práctica las lecciones que Rubén González nos da en [Los 9 hábitos de la gente feliz](#): Potentes hábitos que transformarán tu vida.

¿Qué es la felicidad y por qué la deseamos?

Según el filósofo Sören Aabye Kierkegaard, «la puerta de la felicidad se abre hacia dentro, hay que retirarse un poco para abrirla: si uno la empuja, la cierra cada vez más”.

Todos nosotros queremos ser felices, pero para buscar la felicidad debemos saber primero que es. Necesitamos saber qué estamos buscando.

Esto no es algo sencillo, pues existen diversas maneras de definirla. Algunas son más objetivas que otras.

Lea Todo El Resumen

El diccionario define la felicidad como un estado de ánimo en el que una persona se siente plenamente satisfecha por disfrutar de lo que desea o de algo bueno.

La deseamos porque el mundo actual nos exige muchas fuerzas para seguir. La felicidad puede no estar presente todo el tiempo, pero cuanto más tiempo lo esté, mejor.

Los nueve hábitos de la gente feliz

Para el escritor Gustave Flaubert, «ser estúpido, egoísta y tener buena salud, he aquí las tres condiciones que se requieren para ser feliz. Pero si os falta la primera, estáis perdidos.»

Todos pasamos épocas en las que no nos sentimos muy felices.

Pero estos momentos pasan y si deseamos las cosas con fuerza, llegaremos a comprender la vida como ella es realmente.

La felicidad no está en lo que los demás piensan de nosotros pero nos esforzamos para que la gente que nos rodea nos quiera y cuando lo conseguimos nos sentimos más felices.

Esforzarte para cambiar la manera de ver la vida es fundamental, necesitas seguir con rigor, con dedicación, los hábitos de la gente feliz.