[notasdeprensa.jpg](http://www.mexicopress.com.mx)Publicado en Ciudad de México el 26/12/2023

# [Existen señales para redefinir el éxito: LIT Club](http://www.notasdeprensa.es)

## A lo largo de la vida, especialmente en la infancia y juventud, se define el éxito, un concepto que es completamente personal y suele estar asociado con sacar buenas notas académicas, obtener altos puestos de trabajo, tener una figura fantástica y caerle bien a la gente

Esta idea sobre ser exitosos se convierte en una fuerza impulsora para lograr muchos objetivos. Sin embargo, en varias ocasiones, cuando se alcanza cada una de las metas propuestas, solo se encuentra una sensación de querer más, pensando que entonces al subir otra cima o montaña se encontrará la tan esperada felicidad que trae consigo el éxito. Como terapeuta y coach transformacional, recibo constantemente la pregunta de a qué se debe esa sensación y por qué el éxito a veces puede llevar a sufrir. Ante este cuestionamiento se responde que si causa dolor, entonces realmente no es éxito lo que se vive y es momento de redefinir ese concepto que puede transformarse mientras se experimenta la madurez. Lo primero es reconocer las señales que indican que ese éxito que se vive no es lo que realmente se quiere. A nivel interno, se puede empezar a notar una sensación de descontento que puede venir desde el cuerpo, presentándose como una enfermedad o cansancio extremo; la emoción, experimentando cambios de estados de ánimo, pasando de la alegría a la tristeza, estar instalados en la queja, la frustración, el enfado...; la mente, con pensamientos negativos; o la energía, con falta de ganas de expandirse, de volar, de estar en el mundo, crecer y de crear. Entonces, si se nota que cada vez es más frecuente sentirse apagada, consumida, estar con la mente a la defensiva y observar que no se cuida de forma integral, es el momento de preguntarse, ¿eso que se ha perseguido tanto tiempo pensando que era el éxito, realmente lo es? Si al final no se duerme bien, se come mal, no se puede ver a la familia y se está esperando constantemente a que lleguen las vacaciones o el día de descanso, son señales clarísimas que indican que entendiste que lo que era éxito, no lo es. Ahora bien, también hay indicadores externos que indican que se debe hacer un cambio, como lo son las dificultades, conflictos o situaciones de tensión que pueden surgir en cualquier ámbito. Por ejemplo, un despido del trabajo; ante esta situación se puede adoptar una actitud de víctima, o bien revisar, qué estaba pasando durante todo este tiempo que se laboraba ahí, de qué forma, quizá, se participó para que ocurriera eso y valorar que quizá ese hecho es una invitación para que se abran puertas a las que nunca antes ni si quiera se habrían pensado. Escuchar estas claras señales -sin duda- llevarán a cualquier persona a redefinir el concepto de éxito, reconociendo que es importante hacerlo porque se está en una sociedad de seres cambiantes y transformadores, recorriendo una vida y en cada proceso se adquiere más conciencia y madurez. Entonces, este concepto puede cambiar, lo que para un individuo antes era éxito pues ahora es otra cosa, porque se tiene una forma distinta de mirar y comprender. "Desde la experiencia personal, luego de años de lograr grados académicos y de llegar a ser coach del club de fútbol del Barcelona, descubrí que tenía que redefinir el éxito que vivía. Para ello, emprender un viaje interno para evaluar si se estaban alcanzando objetivos como sentirse en paz, plena, en calma interna y en coherencia con uno mismo, con lo que se piensa, con lo que se hace, con quién se es y cómo se actúa, entonces se podría hablar de éxito". Gracias a este replanteamiento, es como se creó LIT Club, un movimiento, que en conjunto con Carolina Angarita, ex Directora de Google y Discovery Colombia, permite involucrar a más mujeres que apuestan por su Libertad, abrazan su voluntad de Inspirar y confían en su capacidad para Transformar el mundo y ayudar a construir un camino de metas a la medida. "Si hoy tras leer estas palabras se han identificado las señales, internas y externas, que indican que es momento de redefinir el éxito, deben ser tomadas en cuenta, simple y sencillamente para poner un punto de realidad y preguntarse cuando ya no se esté vivo qué tipo de huellas se quieren dejar en el camino, qué legado se quiere construir para los hijos, la familia, la gente que se quiere y la sociedad".

**Datos de contacto:**

Eva Zamora

Milenium Group

5544477404

Nota de prensa publicada en: [https://www.mexicopress.com.mx/existen-senales-para-redefinir-el-exito-lit](http://www.notasdeprensa.es/educalivecom-disfruta-de-cursos-presenciales-y-clases-particulares-a-traves-de-internet)

Categorías: Nacional Educación Sociedad Estado de México Ciudad de México Bienestar

[notasdeprensa.jpg](http://www.mexicopress.com.mx)

[**http://www.mexicopress.com.mx**](http://www.notasdeprensa.es)