



**AUMENTA tu
PRODUCTIVIDAD
al 1.000%**

Logra tus METAS en MENOR TIEMPO



No puedo permitirme hacer nada,
que no haga con todo mi corazón".
José Montoya

AUMENTA tu PRODUCTIVIDAD al 1.000%

Logra tus METAS
en MENOR tiempo

24 horas al día nunca son suficientes, pero es todo lo que hay, por lo que deben ser aprovechadas al máximo!

La mayoría de la gente trabaja todo el día, vuelve a casa por la tarde o noche, prepara la cena, pasa un tiempo con la familia, y eso es todo! A dormir de nuevo, para mañana otra vez, hacer exactamente lo mismo.

¿Qué tal si pudieras agregar 2 o 3 horas extra al día? ...

Si descubres cuáles actividades no están sumando NADA a tu vida, y las eliminamos por completo, podrías agregar y/o conseguir ese tiempo extra, para lograr mejores resultados en las áreas de tu vida que más te importan.

La ley de Pareto o ley del 80-20 nos enseña que: el 80% del tiempo diario que ocupamos, lo dedicamos a lograr apenas el 20% de nuestros logros y resultados. Y que el 20% de nuestro tiempo diario, es dedicado a aquellas actividades que generan el otro 80% restante de los resultados.

**Para que quede claro:
Escribe eso en tus notas de cuaderno:**

80% de mi tiempo = 20% de mis resultados

20% de mi tiempo = 80% de mis resultados

Qué tal si pudiéramos invertir esa receta?

Qué tal si nos dedicáramos ÚNICAMENTE a las tareas y actividades que generan el 80% de los resultados? Sólo necesitaríamos

trabajar un 20% de nuestro tiempo, en vez del día completo. No sería maravilloso? Poder ganar o producir más, en menos tiempo, y luego disponer el resto del día para otras cosas o actividades?

No significa que debamos ocupar el 80% de nuestro tiempo en tareas productivas (O si, salvo que ese sea tu objetivo). Significa que debemos liberarnos de aquellas tareas que ocupan el 80% de nuestro tiempo, de forma Improductiva, sin generar absolutamente NADA o muy poco.

“Estar ocupados, no significa ser productivos, ni mucho menos, estar avanzando en dirección a tus METAS”.

Vamos aprender paso a paso, como colocar en nuestra agenda diaria, aquellas actividades que producen la mayor parte de los resultados en nuestra vida.

Quizás, hasta podamos liberar ese 80% de tiempo que hoy dedicamos a tareas improductivas, y utilizarlo para ir más rápido a cada una de nuestras metas. Si pudieras ganar 3 o 4 horas extras cada día, en que las aprovecharías?

Podrías destinarlo a otras áreas de tu vida que consideras importantes, tales como: la familia, un deporte, ganar más dinero, aprender una habilidad nueva... tu eliges lo que quieras!

“Pero para poder elegir, primero debes ser TU, el dueño de TU TIEMPO!”



Voy ayudarte a identificar algunas de esas tareas y actividades que ocupan el 20% de tu tiempo, con el objetivo de que únicamente te dediques a ellas, y puedas eliminar todas las demás tareas improductivas que ya hoy realizas en el 80% restante de tu tiempo.

Si tu meta es producir más, ganar más o generar más dinero, una vez identificadas esas tareas que provocan la mayoría de los resultados en tu día a día, puedes expandir esas tareas a un 40 o 60% de tu tiempo quizás, y así doblar o triplicar tu productividad actual, en cada jornada de trabajo diario. Al eliminar las tareas improductivas que ocupan el 80% de tu tiempo actual, habrás recuperado tiempo, trabajarás menos, y producirás más.

PRIMER PASO:

Por un lado, identificar con exactitud, cuáles son esas tareas diarias, que generan la mayor parte de tus resultados diarios!

Por otro lado, identificar aquellas otras tareas diarias y momentos del día, que ocupan el 80% de tu tiempo restante actual, y que apenas generan el 20% de tus logros y/o resultados diarios actuales.

Vamos a eliminar una por una, aquellas tareas diarias que nos hacen mas lentos y poco productivos. Quien quiere ocupar tanto tiempo (80% de su día) en producir tan poco (20% de resultados)? No debería ser al revés? Trabajar poco (20%) y lograr una máxima productividad (del 80%)?

Si logras IDENTIFICAR con gran aproximación, cuáles son aquellas cosas (tareas y actividades) que te llevan hacia tus METAS, y cuáles NO, (tareas productivas, versus tareas poco productivas o nada productivas) puedes conseguir un cambio sustancial en tu vida, y en muy poco tiempo.

Hay un ejercicio a continuación, que nos permite clarificar nuestras acciones y tareas de cada día. Empecemos con el:

Solamente tu conoces al detalle las actividades de tu día a día! No te mientras! No te engañes a ti mismo!

Permanece atento para que puedas identificar CADA una de las ACTIVIDADES que hoy desarrollas y que consumen tu tiempo diario, generando pocos y/o nulos resultados. Puedes hacerlo?

Yo no podré hacer la lista por ti... No se a que hora te levantas, no se que haces primero, que haces segundo, o que haces tercero... tampoco conozco tus metas o tus ambiciones. No conozco cuales áreas de tu vida están primeras, segundas o terceras... No se que es lo mas importante para ti, ni tampoco a que nivel de éxito aspiras. Por ende, no puedo armar ni la lista de tareas, ni una agenda de trabajo por ti. Lo que si puedo, es darte unos ejemplos y sugerencias, para que te sirvan de MODELO a copiar y seguir, para que puedas estar seguro de:

A donde te llevarán esas tareas que hoy haces cada día?

Son esas las actividades que conducen a tus metas?....

En que tiempo llegarás a tus metas manejando tu día, tal como lo manejas hoy?...

Puedes llegar a tus metas mas rápido y/o en menor tiempo, si cambias algunas actividades diarias? ...



EJERCICIO:

Escribe primero, cuales son las 3 METAS más importantes de tu vida: Aquellas cosas que de lograrlas, tu vida cambiaría completamente.

Cuáles son esas 3 metas más importantes de tu vida?

Que no sean metas o cosas triviales como: cambiar el auto, pintar la casa, o hacer un viaje. Sino, mas bien, METAS GRANDES o TRASCENDENTALES! Esas metas, que de llegar a ellas, tu vida realmente sería muy diferente a lo que ahora es!

Cuáles son esas metas Grandes e IMPORTANTES que harían que tu VIDA sea muy diferente a como es actualmente? ... Cuáles son las cosas que más deseas! ...

Si te sirve de orientación:

Imagina que estas delante del genio de la lámpara...El genio sale de la lámpara y te permite pedir 3 deseos (3 metas) . Cuáles serían esas metas que tu quisieras conseguir y que transformarían tu vida completamente y para siempre?

Escríbelas a continuación:

1er META:

2da META

3er META

Si no escribiste tus 3 metas más importantes arriba, no continúes con la lectura. Completa el ejercicio antes de seguir al siguiente paso.

SIGUIENTE PASO!

Completa la lista de abajo, con aquellas cosas/tareas/actividades que realizas cada día, desde que te levantas, hasta que te vas a dormir. Cuáles son? (COMPLETA el CUADRO) Escribe cada tarea que te encuentras realizando a cada hora/momento del día.

Que te encuentras haciendo a las 6 AM? ... A las 7 AM? A las 8 AM? Y así, sucesivamente, hasta cubrir toda la lista y toda la franja horaria de un día NORMAL y COMÚN para ti. Empieza a las 6 AM, en tramos de 1 hora, hasta terminar el día a las 0 Hs.

Realiza el ejercicio suponiendo que es un DÍA COMÚN, no es feriado, no es fin de semana:

CÓMO es un DIA COMÚN y frecuente en tu VIDA?

Qué me encuentro haciendo a las:

6 AM	-----
7 AM	-----
8 AM	-----
9 AM	-----
10 AM	-----
11 AM	-----
12 AM	-----
13 PM	-----
14 PM	-----
15 PM	-----
16 PM	-----
17 PM	-----
18 PM	-----
19 PM	-----
20 PM	-----
21 PM	-----
22 PM	-----
23 PM	-----
24 PM	-----

Una vez completa toda la lista desde la mañana hasta la noche, MARCA en ella, con un COLOR a tu elección, aquellas tareas o momentos del día, donde realmente estas **DEDICANDOTE y TRABAJANDO en esas 3 METAS GRANDES** que has escrito antes.

Una vez marcadas las tareas y/o momentos del día, donde realmente estas ocupándote de tus 3 Sueños mas importantes y que cambiaran tu vida por completo, responde:

Cuántas tareas has podido marcar? Cuántos son esos momentos de tu día, en que te encuentras trabajando para tus Metas y Sueños?

Escribe aquí la cantidad de tareas o momentos que has podido marcar:

Si no has podido marcar suficientes espacios o momentos en los que te encuentras trabajando por tus 3 metas y sueños mas importantes... Significa que la mayor parte de tu día, no está dedicada a la consecución y realización de esas 3 METAS que has escrito mas arriba y que para ti son importantes!

Si no has podido marcar una cantidad coherente de tareas o momentos del día ocupándote de tus metas importantes, significa que eres de las personas que QUIEREN lograr más cosas, que tienen algunos sueños por alcanzar, que tienen metas que desean cumplir, pero que NUNCA las verán hechas realidad.

Y simplemente por 1 razón: Tu día a día (tu vida real) no esta diseñada para crear ni el éxito que buscas, ni las metas que dices que anhelas y deseas lograr. No significa que tu vida o tu día a día, estén desordenados o desprolijos. Quizás eres una

persona muy ordenada, prolija, tienes un trabajo estable, sabes lo que quieres y te esfuerzas cada día para ser mejor y poder progresar en todo sentido. Pero ser ordenado, prolijo y tener metas claras, no significa que vayas a alcanzarlas.

“TU AGENDA DIARIA es el determinante de tu futuro y de tus metas.”

Ser ordenado y prolijo, puede traer paz mental, puede ayudarte a no vivir estresado por la cantidad de cosas que vienen a nuestras manos cada día. Lo cual esta muy bien!

Pero ser ordenado y prolijo en las tareas equivocadas, traerá frustración al final de tu vida. **Tus metas se harán realidad solamente cuando coloques en tu agenda diaria, las tareas y caminos que conducen a ellas.** Cualquier otro camino, por mas ordenado y bonito que se lo vea, te conducirá a otra parte y no al destino que esperas.

El camino que hoy has elegido tomar y seguir, es el que has escrito más arriba. Ese es tu día a día. Tu vida REAL es justamente eso, todo lo que has escrito sobre el ejercicio/lista anterior. Que se puede crear con tu día a día (agenda) actual? ...Donde te ha llevado ese camino actual?...

Todo lo que ya tienes, y todo lo que ya eres, es el producto de tu agenda (rutina) actual. **Estas satisfecho con tus metas y logros actuales?**

Si tu respuesta es un “SI”, estoy satisfecho con mis logros actuales, no necesitas cambiar nada entonces. Felicitaciones! Sigue con tu rutina tal como hasta ahora.

Pero **si deseas un resultado DIFERENTE**, (un resultado mayor o similar pero trabajando menos tiempo)... Si estas insatisfecho en alguna de las áreas de tu vida y deseas superarte o corregir ese desajuste... Si necesitas mejorar tus ingresos, o si esas metas que has escrito mas arriba son realmente importantes y quieres hacerlas realidad, **tu agenda y tareas de hoy, deben ser modificadas/corregidas y alineadas con esas metas que tienes!**



La mayoría de las personas habla de sus metas, reza/oran por sus metas, pero en el único plano donde tus sueños se hacen realidad, es en el plano del **ACCIONAR DIARIO CONCIENTE**.

Accionar Conciente: significa que **sabes y conoces con claridad, el OBJETIVO final de cada tarea que realizas cada día!**

Significa que cuando destinas tiempo a una labor, es porque esa labor, tiene un objetivo hoy, que sumará a tu meta final de mañana.



No puedes hacer actividades y/o tareas, que no sabes a donde te dejan, llevan o conducen al final del día. Tampoco puedes tomar tareas y/o responsabilidades o actividades cada día, sin preguntarte: **Para que las hago? Será que esta labor/tarea, me conducirá a las metas o clase de vida que deseo?... En que tiempo llegaré a mi meta con esta labor diaria y este resultado obtenido CADA DÍA?...**

La gente que es incapáz de formularse este cuestionamiento sobre sus tareas diarias, siempre terminan en fracaso, una vida monótona, bajos resultados y baja productividad / logros.

Transcribe a un cuaderno, las tareas de tu lista de actividades diarias, (de tu día completo) dejando 5 renglones libres, entre una y otra.

Luego escribe debajo de cada una de ellas, la respuesta a las siguientes preguntas:

- Por qué hago esta tarea?
- A dónde me conduce esta tarea al final del día?
- Cuál es el objetivo de hacer cada día, esta tarea?

- Es, esta tarea, importante para lograr mis 3 metas y sueños más importantes?
- Que sucedería si dejo de hacer esta tarea? Que afectaría? No cambiaría demasiado el resultado? O si?
- Puedo dejar de hacer esta tarea hoy sin afectar mis resultados?
- Que tarea nueva debería agregar, para lograr el mismo resultado en menor tiempo?

Súmame a nuestras redes sociales para recibir tips frecuentes sobre como mejorar tu productividad y elegir CUALES tareas son las correctas en tu accionar diario conciente. Búscanos en Instagram como:

#JoseMontoyaOficial

(ATENCIÓN: Este material, tiene como objetivo ayudarte a planear tu día a día, no a generar mayores ingresos! Para aprender como generar mayores ingresos económicos, estudia la obra: **"LIBERTAD FINANCIERA"** de José Montoya. Puedes pedirla en : www.JoseMontoya.info)

Responde cada una de las preguntas anteriores antes de continuar...

Si tienes un empleo o un trabajo (el que sea), quizás estés escribiendo en respuesta a las preguntas anteriores: Esta labor o tarea, la hago, porque me permite cumplir con mi trabajo y lograr un sueldo o salario cada mes, para cubrir con las responsabilidades del tipo: vivienda, alimentos, abrigo y necesidades básicas de la familia.

Tu respuesta puede ser correcta. Es verdad, esa labor tiene como objetivo producir una cantidad determinada de dinero hoy, que será destinado a: Sobrevivir y mantenerte estancado con la misma vida que hoy ya tienes y llevas.

Esas tareas de hoy, que consumen la mayor parte de tu día, pueden quizás, ser el mayor obstáculo a una vida mejor, a una vida próspera, un resultado mayor, y/o al logro de esas 3 metas que para ti son importantes.

Mientras conserves esas tareas, tus resultados actuales, no se modificarán. Pues son ellas (esas tareas que hoy realizas o tienes) las que producen tu vida/resultados, tal como es HOY. **No puedes aspirar o pretender un resultado diferente si no cambias o incorporas tareas/actividades nuevas en tu rutina DIARIA.**

-“Pero José, debo eliminar mi empleo y todas las tareas que estancan mi vida?”

MI RESPUESTA: “Tu que crees?...
Claro que sí!”

Puedes hacerlo gradualmente... Quizás no puedas cambiar algunas tareas de un día para otro. Pero debes empezar a considerarlo y trabajar en un proceso de cambio y/o transformación de tu agenda diaria, que pueda implementar de manera gradual, pero que se complete en el corto plazo. Quizás no puedas cambiar de trabajo o de negocio tan fácilmente o rápidamente. Quizás no puedas mañana empezar el día con una rutina tan distinta o diferente a la que hoy ya tienes...

TRANQUILO!... No te desespere!

Si eres de esas personas que valoran lo constante, lo monótono, lo continuo, lo seguro, lo plano, chato y sin cambios. Es seguro que vives aferrado a una rutina que has sabido conservar por mucho tiempo (años a veces) considerando que estaba bien y que esa era la mejor opción para tus metas. **Mi intención en esta instancia inicial en el DISEÑO de una VIDA MEJOR y NUEVA para ti, es que empieces a cuestionar lo que hoy haces y el modo en que lo haces.**

Cuando introduces el CUESTIONAMIENTO en tu día a día, poco a poco tu cerebro empezará la búsqueda de opciones alternativas. En alguna de esas opciones alternativas, esta la CLAVE de tu crecimiento y ÉXITO.



CUESTIONA, CUESTIONA y CUESTIONA!

Cuestiona a fondo y cuestiona todos los días!

- Por qué no he podido ganar más dinero?...
- Por qué he demorado tanto para llegar a estos resultados?...
- Por qué aun no he conseguido esas 3 metas que para mi son tan importantes?...
- Por qué no vivo aún en la casa de mis sueños?...
- Por qué no he podido viajar a
- Por qué no he podido alcanzar....
- Por qué no he podido ayudar a
- **Agrega todos los cuestionamientos posibles ... y busca las respuestas!**

Tomate un tiempo CADA DIA para hallar las respuestas a estas nuevas preguntas que acabamos de plantear. Tu cerebro debe entrar en un nuevo modo de trabajo a partir de HOY.

Repite conmigo:

“No haré tareas porque si, seré selecto en la asignación de mi vida y de mi tiempo a partir de hoy. Tengo metas por lograr, tengo sueños que alcanzar, y una sola vida para cumplirlos. No derrochare mi tiempo, no lo venderé por poco dinero, ni lo gastaré en cosas triviales. Mi tiempo es UNICO y es VALIOSO. Este día es un regalo precioso y está puesto aquí, para que yo avance a una vida mejor con felicidad y alegría. Le daré desde HOY a mi vida y a mi tiempo, el valor que les corresponde. Gastaré mi vida de forma CONCIENTE en aquellas cosas que realmente importan. Buscaré mis sueños desde HOY, y serán mi nueva realidad mañana”-

Lee otra vez el párrafo anterior. Lee conciente! Dale la orden a tu cerebro ahora mismo!

A partir de hoy, busca las respuestas a las preguntas (color azul) cada día. Cuando tu cerebro termine de aceptar tu nuevo modo de búsqueda de respuestas y reconozca tus metas nuevas, empezará a formular las respuestas. No será de un día para otro, pero si será de repente.

No será la primer respuesta quizás... Cuando ya creas haber respondido, deja tu mente seguir pensando y meditando en ello. Que se haga costumbre en ti (vaya que es una costumbre poderosa!) reformular las preguntas y sus respuestas CADA DIA!

No te conformes! Acepta que siempre hay una mejor manera de hacer las cosas.

PIENSA, REFLECCIONA y BUSCA!

Activar el modo creativo y expandir nuestra mente a un nuevo nivel de pensamientos e ideas, requiere práctica como toda nueva habilidad que deseamos incorporar o aprender.

El proceso es: **Piensa, cuestiona, reflexiona, responde, y busca.**

Busca nuevas formas... nuevas alternativas de hacer las cosas... Se adicto/a a la mejora continua. Observa a personas de mayores logros y/o a personas que ya tienen o han alcanzado las metas que tu anhelas. Qué hacen ellos que no has hecho aún? ... Cómo comenzaron? Lee sus biografías! Hallarás respuestas allí! Respuestas preparadas para ti, y esperando por ti!

"Yo he aprendido, que muchas personas han triunfado en la vida, solamente para dejarme un camino claro a mí."

Esa es mi manera de encarar y ver las cosas! He dedicado mucho tiempo al estudio de los que ya están gozando de las metas que yo deseo. Ellos saben como hacerlo... Ellos ya transitaron el camino... Ellos ya resolvieron los obstáculos...

Al final de mi carrera universitaria vi que había estudiado un montón de cosas, y pocas de esas cosas me conducían a mis metas y sueños. Estuve 5 años tras un diploma, y no había puesto tiempo en mis sueños verdaderos.

Estudiar economía, te hará bueno en economía, estudiar medicina te hará buen

medico, pero estudiar el éxito y la riqueza traerán progreso y harán crecer toda tu vida. Comienza tu búsqueda hoy: Elabora una lista de 5 personas que posean aquellas cualidades que tu deseas tener... Coloca en la lista de nombres, aquellas personas de éxito que ya han logrado las metas que tu anhelas, y estudia sus vidas.

La riqueza empieza desde allí: traer la gente correcta a tu vida. Estudiar sus vidas es una manera de hacerlo.

Último consejo para esta primera y breve sección: Ciérrate a los negativos. No les oigas. Ellos nunca lograron nada importante, y eso les ha vuelto rezongones. Los tenemos en todas partes en forma de amigos, familia, compañeros, etc. Están ahí para señalar nuestros defectos y decirnos que NO lograremos las cosas que queremos! Esa es su función o el rol que cumplen: Estorbar-nos



Si son desconocidos (personas ajenas a tu círculo de influencia) , no pierdas tiempo con ellos. No debe responderse lo que no necesita ser respondido. Si son conocidos en cambio, o parientes cercanos con quien estas obligado a relacionarte, ámalos! No les respondas a sus criticas, solo ámalos. El amor aniquila cualquier intento de ataque.

No hables de tus metas con los negativos. Rodéate de personas con metas similares a las tuyas. Trabaja en crear un ambiente de ÉXITO a tu alrededor. Pasa tiempo con personas que ya están trabajando en sus

metas y ambiciones. (Solo asegúrate que sus ambiciones, metas y sueños, sean las correctas y/o similares a los tuyos)

Y por sobre todo: RESISTE! Si tus metas son grandes, los obstáculos serán del mismo tamaño. Nadie llega lejos sin recorrer todo el camino.

Te espero en la **SEGUNDA PARTE** de este material!

Recuerda: Cuando las respuestas lleguen a tu vida, te sentirás tan renovado, tan feliz, como aquel que ha caminado siempre en oscuridad y de repente encuentra luz para su camino.

Y de pronto dirás: "Como no se me ocurrió esto antes?"

Eso... se llama luz. Se llama: madurar hacia tus metas y empezar a despertar... Es solo en este nuevo modo o camino, donde empiezas a corregir y ajustar tu vida, hasta hacerla TAL como siempre debió ser: Contigo viviendo en su máxima expresión y productividad.

Si nos agregas en Face e Instagram (#JoseMontoyaOficial) , y nos envías un mensaje en nuestra web, te enviaremos la continuación de este material:

"AUMENTA tu PRODUCTIVIDAD y COMO LOGRAR tus METAS en MENOR tiempo PARTE 2"

Para saber cuales son todas nuestras redes sociales visita:

www.JoseMontoya.Info

