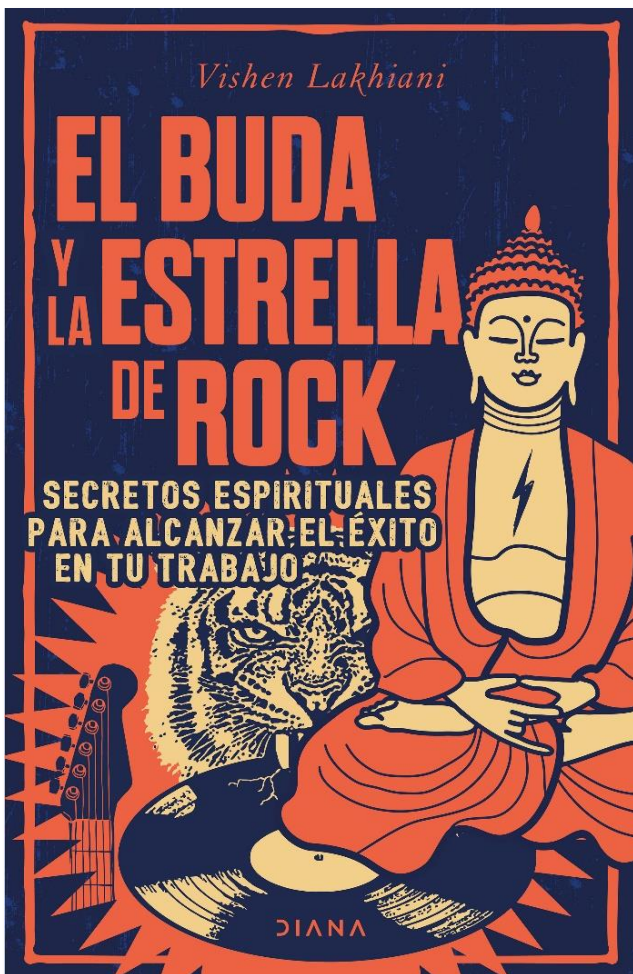


EL BUDA Y LA ESTRELLA DE ROCK

SECRETOS ESPIRITUALES PARA ALCANZAR EL ÉXITO EN TU TRABAJO

VISHEN LAKHIANI



¿Te gustaría transformarte en un auténtico *crack* en tu trabajo? ¿Que tu empresa se vuelva un producto millonario y que tus empleados trabajen de manera eficiente y armoniosa? ¿Sueñas con que tu jefe reconozca y valore tu esfuerzo? Este libro te muestra cómo ir más allá del mito del trabajo duro y te enseña cómo acceder a un nivel superior, a estados de conciencia elevados que te permitan deslizarte sin esfuerzo por la arena laboral y crear impacto allá donde estés. Para ello, deberás buscar en tu interior y potenciar los dos arquetipos que te harán triunfar: el sereno buda que fluye grácilmente con el mundo y la estrella de rock que lo desafía y construye a partir del cambio.

Vishen Lakhiani, orador, empresario de gran éxito y fundador de la plataforma de crecimiento personal Mindvalley, comparte todos sus secretos para lograrlo, combinando experimentos mentales y ejercicios prácticos con la fuerza de la filosofía budista. De su mano descubrirás las claves para formar equipos productivos; conocerás la técnica del liderazgo sigiloso; comprenderás las fuerzas subyacentes que influyen en tus decisiones, la importancia de la optimización del sueño y de una dieta sana; aprenderás fantásticas técnicas de meditación y te apropiaras de increíbles métodos de transformación para convertir tu visión en realidad y crecer en todos los aspectos de tu vida.

«Tu alma no está aquí para lograr algo. Tu alma está aquí para crecer. La mayoría de la gente se equivoca. Se deja seducir por el éxito y se quiebra por el fracaso. Le da una gran importancia a lo que esencialmente no tiene sentido. La verdadera realidad es que el éxito y el fracaso son ilusiones. Lo único que importa es lo rápido que estés evolucionando. Tu viaje consiste en eliminar todas las barreras que te detienen para la autorrealización».

VISHEN LAKHIANI

Vishen Lakhiani es fundador y CEO de Mindvalley, una plataforma de aprendizaje en línea que combina noticias, rodajes, tecnología y eventos de la vida real para crear un imperio educativo de más de dos millones de estudiantes. Su libro *El código de las mentes extraordinarias* fue bestseller de *The New York Times* y se ha traducido a 20 idiomas. Actualmente, Vishen busca expandir la presencia de Mindvalley por todo el mundo, con el objetivo de llevar sus maestros, su tecnología y sus cursos a cien programas educativos gubernamentales y a todas las empresas de Fortune 500 durante los próximos años.



© Paulius Staniunas

SUMARIO

Antes de empezar

Introducción

PARTE I: HAZTE MAGNÉTICO

1. Descubre la huella de tu alma
2. Atrae a tus aliados

PARTE II: ENCUENTRA TU PODER

3. Enciende la chispa de las conexiones profundas
4. Domina la inalterabilidad
5. Haz del crecimiento tu mayor objetivo
6. Elige tu misión con sabiduría

PARTE III: CONVIÉRTETE EN UN VISIONARIO

7. Activa a tu visionario interior
8. Funciona como un Cerebro unificado
9. Eleva tu identidad

Agradecimientos

Referencias

«Sentirse unido, apreciado o amado en el trabajo hace que las personas se sientan bien. Y cuando las personas se sienten bien, trabajan mejor y su vida mejora. Por eso es fundamental alentar los actos de amabilidad».

EXTRACTO DE LA INTRODUCCIÓN

«Este libro te muestra cómo ir más allá del mito del trabajo duro. Llegarás a un nivel superior de trabajo en el que tendrás acceso a estados de conciencia elevados que te permitirán deslizarte sin esfuerzo por el mundo mientras creas un impacto. Cuando funciones desde esos estados, notarás que combinas dos hermosos estados que surgen cuando se es humano. Yo llamo a esto la fusión del buda y la estrella de rock.

El buda es el arquetipo del maestro espiritual. Es la persona que puede vivir en este mundo, pero también moverse con la facilidad, la gracia y el flujo que provienen de la conciencia interna y la alineación. No hablo estrictamente del buda literal — es decir, alguien que haya logrado la iluminación—, sino de alguien que reconoce y usa el poder del mundo “dentro de nosotros”. Crecí en el sudeste asiático en una familia que practica tradiciones hinduistas y budistas. Hablo del buda con reverencia y busqué el consejo de maestros espirituales budistas antes de elegir el título. Sin embargo, este libro no incluye ninguno de los aspectos culturales o religiosos del budismo, aunque los estudiosos profundos de ese campo detectarían algunas cosmovisiones similares dentro de este libro.

La estrella de rock es el arquetipo del hacedor de cambios. Esta es la persona que está fuera creando, construyendo, codificando, escribiendo, inventando y liderando. Empuja a la humanidad hacia delante para dar vida a nuevas estructuras en el plano físico. La estrella de rock representa al disruptor benevolente: la persona que desafía las normas para que podamos ser mejores como especie.

Para ser un verdadero maestro de la vida, necesitas integrar las habilidades de ambos. Cuando lo haces, vives en un nivel diferente al de la mayoría de las personas:

1. Dicha: encuentras una gran alegría en lo que haces. Trabajar y jugar se convierten en una misma cosa.
2. Inmunidad a estar abrumado: ya no te agobia la idea de estar abrumado. Hacer varias cosas al mismo tiempo se vuelve fácil.
3. Relaciones: puedes crear un ambiente positivo y generar energía con las personas con quienes trabajas. Esto significa que todas las relaciones son ganar-ganar y todas las interacciones están imbuidas de positividad y estimación.
4. Inspiración bajo demanda: puedes aprovechar las ideas, la inspiración y la creatividad cuando las necesitas para convertirte en una fuente de innovación y producción creativa.
5. Abundancia: ya sea financiera o de salud, amor y experiencias de vida, comienzas a ver que la abundancia emerge en todas las áreas de tu vida.
6. Flujo y facilidad: la vida fluye casi como si estuviera bendecida por la suerte y la sincronidad. Casi sientes como si estuvieras sostenido por un universo benevolente.
7. Doble la realidad: lo que quieres te llega con facilidad; sientes como si el universo te estuviera apoyando».

pp. 24-25

Para más información

Paloma Cordón
934 928 633 - 699629430
pcordon@planeta.es

María Fernanda Ginnari
934 928 697
mginnari@planeta.es