

Reinventarse es posible a cualquier edad

Vivimos una época especial. Una época de cambios. Aunque muchos expertos ya estén hablando de un verdadero cambio de era. Ya nada será como antes. De hecho, reinventarse en el ámbito laboral o de las relaciones personales es ya una necesidad para muchos de nosotros.

Los avances en medicina, tecnología, robótica, Internet... todo está rompiendo barreras. De hecho, con una sola conexión a Internet y un ordenador puedes crear tu propio estilo de vida y vivir de ello... Suena simple y desde luego requiere de mucho trabajo detrás, pero es una realidad que cada vez irá a más.

Crisis vs. Oportunidad

Es más, algunos autores dicen justo lo contrario de lo que pensamos la gran mayoría. Si eres de los que piensan que la cosa está fatal, que no hay trabajo, que la vida es gris, que esto es un caos, que nuestros padres, abuelos vivían mucho mejor que nosotros, siento contradecirte. Nunca como hasta ahora hemos tenido tantas oportunidades a nivel de formación, aprendizaje, creatividad y creación de nuestros negocios propios.

Sí, se nos siguen poniendo muchas barreras, pero, a decir verdad, hoy cualquiera puede aprender de forma gratuita lo que se enseña en las mejores universidades del mundo, con una sola conexión a Internet y sin gastar apenas dinero. Antes, vivir

en un pueblo perdido y proceder de una familia humilde era un verdadero impedimento para convertirse en alguien importante en la vida, acceder a una formación universitaria, conocer a gente interesante... En 2020, según Google, el planeta entero estará conectado a Internet.

Incluso las personas más necesitadas tendrán la posibilidad de formarse a distancia y de especializarse para destacar en algo. Es un hecho: **jamás en la historia han existido tantas oportunidades como en el momento que estamos viviendo.**

Tu vida actual es el resultado de tus pensamientos y emociones

Es posible que te hayan despedido y, si no es tu caso, seguramente conozcas a no pocas personas que les ha pasado. Puede que lo estés viendo todo muy negro en estos momentos y te estés repitiendo las míticas frases de “la cosa está fatal”, “no hay trabajo”, “pagan muy poco” o “a mi edad ya no me contratará nadie”.

Y puede que tengas razón. Pero la tienes básicamente porque crees en eso. Y es que **nuestros pensamientos determinan nuestra vida**. Donde te enfocas, va tu energía. Si te enfocas en la escasez, en lo que falta, en los problemas... en vez de las soluciones, la abundancia y oportunidades, tus resultados serán como los habías previsto.

Es la famosa profecía autocumplida: creamos aquello que creemos.

Si te pasas el día quejándote sin salir de tu zona de confort, si las preguntas que te haces se dirigen a quedarte como estás (“virgencita, virgencita, que me quede como estoy”), si tu mayor preocupación es que no te suceda nada peor de lo que ya tienes, no vas a poder crecer y todas tus acciones (resultado de tus pensamientos, tus emociones, las preguntas que te haces, tu energía, tu enfoque) irán encaminadas al retroceso, en vez del avance.

Y lo que ocurre es que no podemos quedarnos en un mismo sitio: o avanzamos o retrocedemos. Pero de ti depende hacia dónde dirigir tu energía, en qué enfocar tus pensamientos y por tanto, qué emociones vas a crear. Sí, aunque suene paradójico, **somos dueños de nuestras emociones**. Las emociones son el resultado de nuestros pensamientos y creencias. Si mis creencias son negativas o limitantes, las emociones que generaré serán del mismo tipo.

Deja de quejarte y toma las riendas de tu vida

¿Qué podemos hacer entonces? En primer lugar abandonar la actitud de víctima. Una víctima ante la vida piensa que los problemas dependen de otros, que hay culpables de lo que le pasa, sea ella misma o los demás (el Gobierno, los empresarios, su familia, los enemigos, la edad, la falta de voluntad o su incapacidad para cambiar).

Una víctima no se mueve de su zona de confort, pues vive encontrando excusas y contándose historias de lo que le sucede. Se aferra a sus excusas, que pueden ser su edad, su

salud, la falta de recursos (dinero y tiempo), en vez de enfocarse en lo que sí tiene: ingenio, creatividad, capacidad de superación.

Ser capaz de crecer y de reinventarse a uno mismo no depende de unas cualidades innatas extraordinarias, como tal vez nos han hecho creer. Todos podemos llegar a ser grandes y triunfar en la vida. Absolutamente todos. Y si no me crees, te invito a conocer la increíble historia de personas como el gran científico Steven Hawking o Nick Vujicic, un hombre que nació sin brazos ni piernas y sin embargo está viviendo una vida llena de sentido.

¿Cuál es la diferencia entre esta gente que ha superado unas discapacidades físicas enormes y el resto de personas que tienen una salud totalmente normal y sin embargo no son felices? Que los primeros no se rindieron y se adueñaron de sus problemas, se responsabilizaron de sus vidas, en vez de culpar a los demás o al destino o a sí mismos. Decidieron que era el momento de reinventarse y actuar, pese a las adversidades. **Tomaron la decisión de que serían felices, pese a todo.**

Si quieres, puedes. La cuestión es: ¿realmente lo quieres? ¿Te gustaría de verdad abandonar una vida rutinaria y sin sentido y embarcarte en un viaje de búsqueda de tus talentos y vocación, dedicándote a aquello que te apasiona? Si personas que lo tenían todo en su contra consiguieron encontrar su camino, créeme, tú también podrás encontrar el tuyo.

¿Es posible reinventarse pasados los 40 o los 50 años?



Todos sabemos que el mundo actual está en crisis. Pero ya no sólo crisis económica, sino de valores y, además, **estamos viviendo una auténtica revolución laboral**. Hace poco se han hecho oficiales unas cifras bastante alarmantes: según el informe de Davos (perteneciente al Foro Económico Mundial), en tan sólo 5 años se destruirán a nivel mundial nada menos que 5 millones de empleos.

Los contratos indefinidos y el trabajo para toda la vida están abocados a desaparecer. Así que si acabas de ser despedido o temes que esto pase, te invito a que en lugar de quejarte y sentirte impotente, tomes las riendas de tu vida y lo veas como una oportunidad para reinventarse como profesional. Cada vez son más las personas que dicen que haber sido despididas fue lo mejor que les ha podido pasar.

Todos sabemos que en las crisis sale a relucir nuestro ingenio y nos volvemos más creativos. Mientras estemos en nuestra calentita zona de confort, nada nos moverá para que hagamos

verdaderos cambios en nuestra vida. Pero cuando las cosas se empiezan a torcer, agudizamos nuestro ingenio y encontramos soluciones hasta ahora insospechadas.

También te puede suceder, como le ocurre a un 80% de empleados europeos, que no estés feliz en tu trabajo. Puede que te sientas estancado, desmotivado, puede que no estés de acuerdo con la política de tu empresa, con su manera de hacer el trabajo, es posible que sientas que necesitas cambiar, porque no ves posibilidad de progreso donde te encuentras ahora, o tal vez tu trabajo esté afectando a tu salud, cosa nada extraña en los tiempos que corren: demasiada presión laboral, muchas horas invertidas, trabajas también cuando llegas a casa o los fines de semana, tu vida personal o tu tiempo de ocio apenas existen.

Puedes decidir no hacer nada y quedarte exactamente donde estás ahora. O puedes decidir que es el momento del cambio, la ocasión de reinventarse. Hagas lo que hagas con tu vida, siempre estarás eligiendo, tomando una decisión.

Pero si alguna vez te has planteado que existe una vida más allá de la rutina, si alguna vez has soñado con una manera diferente de vivir tu trabajo o incluso si has envidiado a personas que se están realizando a nivel profesional, que viven de su pasión, que aman lo que hacen y hacen aquello que aman, es que hay en ti esa necesidad, esa vocecita que de vez en cuando te hace despertar de tu letargo y te susurra que todo está en ti, que puedes y lo tienes todo a tu disposición para vivir la vida que quieres.

Reinventarse para tener el trabajo que mereces

No te voy a mentir: sentirás vértigo, miedo, te enfrentarás a esas creencias que en realidad no son tuyas, esas voces del pasado y la educación, la familia, la sociedad entera. Tendrás que justificarte o explicar a los demás que lo que haces tiene sentido, que no te has vuelto loco, que te mueven esa pasión, esas ganas de crecer y superarte, que te mereces una vida mejor, una vida llena de significado, de realización personal, de creatividad, de valores.

Porque te has cansado, simplemente te niegas a seguir una vida sin sentido, levantándote cada mañana de mal humor para ir a un trabajo que no te aporta nada, para seguir acatando órdenes de tus superiores o invirtiendo tu precioso tiempo en algo en lo que no crees, algo que haces con el único propósito de sobrevivir. Porque te has dado cuenta de que otra realidad es posible y que **tienes dentro un gran potencial que está pidiendo a gritos que lo liberes**, que desea expresarse a través de ti, a través de tus talentos, tus pasiones y tu propósito vital.

Nunca es tarde para reinventarse. Todo lo que acabo de contarte es en realidad parte de mi pasado. Pasé por todas estas etapas y sentí vacío, miedo, incertidumbre, dolor, apatía, desmotivación. Llegué a creer que no me merecía una vida plena, que el éxito y el triunfo no eran para mí, que nunca sería capaz. Pero me atreví, di el paso, me formé, aprendí muchísimo de mí misma y de mis emociones, logré potenciar mi autoestima, conseguí creer cada vez más en mí misma y poco a poco fui creando a mi otra yo: una mujer valiente, decidida, capaz, apasionada por su trabajo, que en

lugar de esconderse de la cara y ve en los obstáculos y problemas una nueva oportunidad para crecer y aportar valor.

Por eso decidí que yo podía ayudar a otros a reinventarse y encontrar su camino: su misión, vocación, propósito vital para que logren realizarse a través de esos talentos que ya tienen, poder vivir de eso que les apasiona y poder aportar valor al resto con su trabajo. Se trata de un [curso de auto-coaching para reinventarte](#) y crear tu propia marca personal. *Un curso intensivo, transformador, basado en los distintos enfoques de Coaching, Programación neurolingüística (PNL) e Inteligencia emocional: más de 40 ejercicios prácticos, vídeos y visualizaciones guiadas para conectar con tu esencia, tus valores, tu misión, conocerte a fondo, vencer tus miedos y limitaciones internas, ser capaz de enfrentarte al cambio, y crear una estrategia para dar los primeros pasos en este nuevo mundo laboral del que quieres formar parte, bien sea cambiando de empresa, de sector, de profesión... o emprendiendo por tu cuenta.*

Más de 100 personas, independientemente de su edad, ya han empezado a reinventarse gracias a MailCoaching y están obteniendo resultados. Su valor real es superior a los 200 euros, pero lo puedes obtener ahora a sólo 97. Si deseas adquirirlo, [aquí tienes el link para hacerlo](#) de forma segura a través de PayPal, y con toda la información sobre el contenido del curso.

Y recuerda que si tienes dudas, puedes escribirme a mi email y preguntarme lo que sea en relación al curso de auto-coaching para reinventarse profesionalmente: coachingvocacion@gmail.com

Me gustaría despedirme con una frase que resume mi filosofía

de vida: “no esperes a cumplir 80 años para preguntarte por qué no te has atrevido a apostar por tus sueños”. Y es que la vida es demasiado corta para no vivir tu sueño.

MARÍA MIKHAILOVA

Coach personal, escritora, formadora y conferenciante sobre crecimiento personal y desarrollo del talento. Postgrado en Coaching, Inteligencia Emocional y PNL por la Universidad Rey Juan Carlos y profesora del Máster de Emprendimiento Creativo (Madrid) – @mashamikhailova

<http://www.cuidatusaludemocional.com/reinventarse.html>