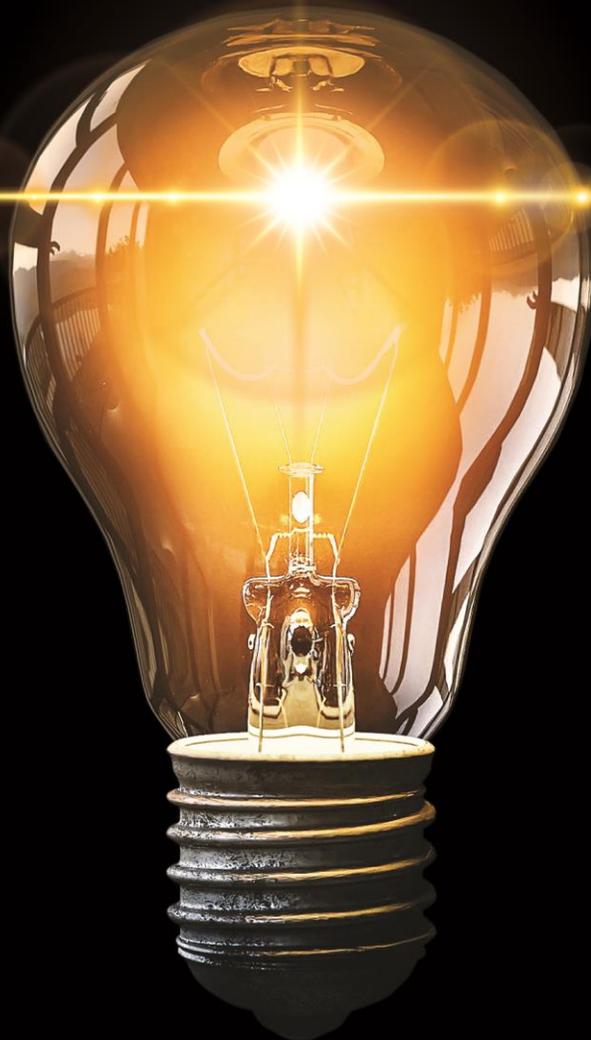


FIAT LUX

UN MARAVILLOSO VIAJE HACIA LA ILUMINACION
DE TU DESARROLLO PERSONAL



José Alexander Moreira Anthony

FIAT LUX

José Alexander Moreira Anthony es un joven Empresario Innovador y CEO Fundador de varias empresas y creador del Club Internacional de Servicios Multidisciplinarios.

Tiene un Título Profesional de Administración y Negocios Internacionales e Ingeniería en Ciencias de la Computación en la Universidad Internacional de Utah USA.

Además tiene Maestrías en Telecomunicaciones y Ofi mática en Educación Superior, Maestría con Mención a Doctorado en Alta Dirección y Gestión de Empresas Internacionales y es Master Training en Neuroventas con Jürgen Klaric.



PROLOGO

Cuando mi joven y buen amigo José Moreira, me invitó a leer sus manuscritos, honestamente, sentí una pequeña inquietud. Leer otro libro más sobre superación personal, donde te tratan de explicar la receta mágica para cambiar tu vida. ¿Honestamente? ¡Qué aburrimiento me esperaba!

Y en mis casi 40 años como psicólogo clínico y psicoterapeuta, infinidad de textos, libros y cuanto hay, han llegado a mis manos sobre este tan manoseado tema. Es como esos libros que te ofrecen aprender Chino Mandarín en una semana. Yo creo que ni el que escribió se lo cree.

Sin embargo, en la medida que las hojas iban pasando por mis manos, me encontré que si bien el libro estaba escrito en capítulos separados, había un desarrollo lineal como si cada uno de éstos fuese un peldaño y en la medida que pasaba por cada uno de éstos, iba subiendo en una escalera hacia la realización personal plena.

Otro detalle que me cautivo, fue la corta edad de Moreira, y no es que no crea que los jóvenes no tengan una madurez emocional estructurada y se necesite ser viejo para tenerla. Indudablemente la experiencia en vida, es una gran maestra, sino encontrarme con un joven coach, con ávidas ganas de guiar a jóvenes y a otros no tanto, a encontrar lineamientos específicos que te lleven a descubrir consejos motivacionales, de la manera más simple y pedagógica.

Honestamente, a leerlo, me sentí como ganas de modificar algunas cosas mías.

Considero importante, proponer al lector, estudiarlo de una manera diferente. Te planteo, analizar cada capítulo, cerrar el libro y meditar. Subraya cada frase que te impacte y lo más importante, aplícalo a tu vida, estoy seguro que serán una gran guía para tu verdadero desarrollo como persona.

Ojalá hubiese tenido en mis manos este libro mucho más joven, estoy seguro que mi vida sería de otra.

Pero, nunca es tarde para cambiarla.

Danilo A. Espinoza Cea

FIAT LUX (Hágase la Luz)

“La muerte sólo tiene importancia en la medida que nos hace reflexionar sobre el valor de la vida.” André Malraux

Amanece en este lunes 22 de julio de 2019. Anoche y antenoche no había pegado una pestaña acompañando a mi madre y viendo como su existencia se apagaba segundo a segundo. Ahí el tiempo es cruel, no se detiene, solo transcurre. Un maldito cáncer se la llevó de mi vida. Y ahí estaba yo, sentado sin poder hacer nada. Cuánto dinero había pasado por mis manos y ahora no tenía un solo centavo para poder llevarla a una clínica que le permitiese vivir un poco más... Un poco más.

Cuan mísero y ruin me sentí. Y este sentir se mezclaba con la amargura de haberla perdido. Mi mente se llenó de tanto y tantos recuerdos. Lo que más me mortificaba en estos momentos, es saber si había sido un buen hijo. Qué extraña es la vida: solo separación puede medir la inmensidad del amor.

En medio del salón, el cajón cobijaba al tesoro de mi vida, mi madre. Su frágil cuerpo, ahora descansaba de tanto dolor, solo eso me reconfortaba.

La casa se fue llenado de personas a medida que el tiempo transcurría. Ya no importaba el tiempo. Ya nada importaba.

A lo lejos, mi padre perdía su mirada en algún lugar del horizonte. A ratos, buscaba mi mirada, mi compañía, mi consuelo. Yo le esbozaba una sonrisa.

Nos quedamos solos viejo – le gritaba en el silencio de mi mente y rodeado de tanta gente.

Trataba de buscar una respuesta, pero solo encontraba vacío, un hueco que no llenaba nada. Llorar a solas, sin que nadie te compadezca, es lo que más aliviaba. No tenía que justificarse ni explicar nada a nadie, solo llorar. Ese llanto me hacía sentir más cerca de mi madre.

Mis hermanas, solo querían que el funeral fuese digno.

Como le hubiese gustado a mi mamá – decía me hermana mayor.

Yo pensaba: A los muertos no les importa cómo son sus funerales. Los velorios suntuosos solo sirven para satisfacer la vanidad de los vivos.

Cuantos sueños no cumpliste, vieja querida. Cuantas veces te olvidaste de ti, por nosotros, por los demás.

Primero te morías por terminar la secundaria. Y luego te morías por estudiar. Luego te moría por trabajar, casarte bien y tener hijos. Y luego te morías por vernos crecer y llevarnos a la escuela, para que fuéramos gente de bien. La muerte te alcanzó sin darte cuenta que te olvidaste de vivir.

En un momento, detuve mis pensamientos y comencé a pensar en mí.

Yo estaba, allí... vivo. Estar cerca de la muerte, te trae a la vida. Estando en la oscuridad, necesitas buscar la luz.

Yo quiero vivir, mamá - dije en un momento. Tu partida me trae a la vida.

Y no deseo mi querido amigo, tu que has comenzado a leer este libro, llevarte de la mano a un momento triste de mi vida, sino a mostrarte como me encontré de mí mismo y como comencé a buscar a los “profetas de la luz”, del conocimiento, de la vida misma... para existir plenamente.

Ese 22 de julio, la muerte me bautizó para vivir intensamente mi propia vida, la vida de un peregrino.

Solo deseo que me acompañes en este viaje. Y si puedo ayudarte a ser mejor, si puedo – humildemente - compartir contigo los mensajes de los iluminados, para alcanzar tu propia valía y aportar para conseguir el éxito. Si es así, entonces valió la pena haber vivido.

Te dejo una frase que identifica plenamente mi sentir, escrita por Yalal ad-Din Muhammad más conocido como Rumi Este fue uno de los más grandes maestros espirituales y célebre poeta místico musulmán persa y erudito religioso que nació allá por el año 1207:

“Solo sé, que ayer era inteligente por lo que quería cambiar el mundo. Hoy soy sabio, por lo que me quiero cambiar a mí mismo”

“¿Preferirías leer el libro de alguien más o escribir tu propia historia?”

Y no te olvides nunca de ser humilde porque estás hecho de tierra. Ser noble, pues estás hecho de estrellas.

Acompáñame en este viaje para compartir contigo el conocimiento y legado de los grandes iluminados de la historia, que solo han pretendido aportar con su experiencia, para cambiar la genealogía de nuestra propia esencia y poder lograr ser realmente, mejores seres humanos.

Si de algo estoy seguro, es que este libro te permitirá a pensar con más claridad sobre lo que eliges que sea importante en tu vida y lo que decides que no lo sea.

CAPÍTULO I

“Buscamos la felicidad, pero sin saber dónde, como los borrachos buscan su casa, sabiendo que tienen una” Voltaire (Filósofo y escritor francés)

EN BUSCA DE LA FELICIDAD

Nadie nace feliz o infeliz, no se conoce un gen de la felicidad. Esta no se hereda. Hay que ganársela a través de la vida.

Se ha señalado que la felicidad no es un destino, sino más bien una actitud con la que se viaja en la vida.

Yo pienso que la felicidad sería estar viviendo en paz, desde el punto de vista psicológico, con nosotros mismos, con una buena relación familiar y con las demás personas del medio donde convivimos y nos desempeñamos y, por supuesto, tener una buena salud física; sin embargo, ni siquiera esta definición es completa, ya que algunos discapacitados muy valientes, dicen sentirse felices de vivir a pesar de sus problemas.

De muestra un botón. Nick Vujicic, un conocido predicador cristiano evangélico australiano (en octubre de 2013 visitó Bolivia), padece del síndrome de tetraamelia y nació sin extremidades: no tiene brazos ni piernas. A pesar de su compleja discapacidad, se convirtió en un orador motivacional mundial y es director de Life Without Limits, una organización para personas con discapacidades físicas. Él es feliz.

¿Dónde debemos buscar entonces la “felicidad”?

Según el diccionario, “la felicidad es el estado emocional de una persona feliz; es la sensación de bienestar y realización que experimentamos cuando alcanzamos nuestras metas, deseos y propósitos; es un momento duradero de satisfacción, donde no hay necesidades que apremien, ni sufrimientos que atormenten”

El famoso actor, humorista y escritor estadounidense Julius Henry Marx, más conocido como Groucho Marx, rezaba sobre la felicidad: “Hijo mío, la felicidad está hecha de pequeñas cosas: Un pequeño yate, una pequeña mansión, una pequeña fortuna, una pequeña...”

Aristóteles (384 a.C. - 322 a.C.) plantea que ser feliz significa autorrealizarse, alcanzar las metas propias de un ser humano. Aristóteles, discípulo de Platón, sostenía que todos los hombres perseguían la felicidad y que ser feliz es experimentar placer intelectual y físico y conseguir evitar el sufrimiento mental y físico (hedonismo).

Ahora, traten de imaginar cómo sería la vida de la persona más feliz del planeta. Podría tener una hermosa casa en algún lugar paradisíaco, una cuenta bancaria con muchas cifras, un Bugatti La Voiture Noire (el auto más caro del mundo), una pareja estable con la que compartir la vida ...o quizá más de una, para hacerla más excitante.

Sin embargo en el libro *“El Arte de Amargarse la Vida”*, Paul Watzlawik, hace el siguiente planteamiento:

“¿Qué puede esperarse de un hombre? Cómelo usted de todos los bienes de la tierra, sumérjalo en la felicidad hasta el cuello, hasta encima de su cabeza, de forma que a la superficie de su dicha, como en el nivel del agua, suban las burbujas, dele unos ingresos que no tenga más que dormir, ingerir pasteles y mirar por la permanencia de la especie humana; a pesar de todo, este mismo hombre de puro desagradecido, por simple descaro, le jugará a usted en el acto una mala pasada. A lo mejor comprometerá los mismos pasteles y llegará a desear que le sobrevenga el mal más disparatado, la estupidez más antieconómica, sólo para poner a esta situación totalmente razonable su propio elemento fantástico de mal agüero. Justamente, sus ideas fantásticas, su estupidez trivial, es lo que querrá conservar...”

Nuestra permanente insatisfacción, no nos permite, ser felices.

La felicidad es una realidad tan seria y tan importante en nuestra vida que ésta no se concebiría sin ella. Una vida humana en la que no tuviera sentido la felicidad, no sería una vida humana. La pregunta del millón: ¿qué es la felicidad?,

“Los animales son felices mientras tengan salud y suficiente comida. Los seres humanos, piensa uno, deberían serlo, pero en el mundo moderno no lo son, al menos en la gran mayoría de los casos” (Bertrand Russell)

No sabemos si este siglo XXI nos ha hecho más felices que a nuestros antepasados de la Edad Media, pero hasta el momento, la historia no parece medirse a través del grado de felicidad alcanzado por las sociedades o sus ciudadanos en un determinado periodo, sino más bien, por el índice

de tragedias ocurridas (guerras, enfermedades, tiranías, etc.), Hoy la pandemia del Coronavirus que azota al mundo.

LeonTolstói, lo expresaba del modo siguiente:

“Deberíamos atrevernos a afirmar que los siglos felices no pertenecen a la historia, pero que cada una de las centurias desdichadas que conocemos, ha tenido su propia forma de infelicidad...”

En un momento de vida, tuve la oportunidad de manejar mucho dinero. ¡Muchísimo! Podía comprar lo que quisiese, pero no me sentía satisfecho. Pero entonces, ¿acaso el dinero no da la felicidad? Parece que como reza el dicho popular, *“el dinero no da la felicidad, pero ayuda a financiarla”*...Es decir, podemos comprar felicidad en la medida en que carezcamos de necesidades básicas como alimento, un lugar donde vivir tranquilo o seguridad, sin embargo cuando alcanzamos un cierto nivel de comodidad material, la riqueza pierde su efecto impulsor de felicidad.

Recuerdo haber leído el caso de Mattieu Ricard, un francés de 61 años, que decidió dejar su trabajo de genetista celular en el prestigioso Instituto Pasteur de París, para estudiar a los grandes maestros del budismo y convertirse en asesor personal del Dalai Lama. La Universidad de Wisconsin generó un proyecto para clasificar la felicidad, y comparó los resultados de distintas resonancias magnéticas nucleares que se le realizaron a Ricard, junto con la información de 256 sensores conectados a su cerebro para detectar los niveles de sensaciones como estrés, enfado, irritabilidad, placer, satisfacción etc., con los obtenidos por cientos de voluntarios que participaron en el estudio.

Los niveles de felicidad fueron clasificados en una escala con valores comprendidos entre *más 0.3* (muy infeliz) y *menos 0.3* (muy feliz). Ricard obtuvo un nivel de *menos 0.45* superando con mucho los valores de los registros conseguidos por los voluntarios. El “monje feliz” como se le conoce, define la felicidad como *“un tesoro escondido en lo más profundo de cada persona. Atraparla es cuestión de práctica y fuerza de voluntad, no de bienes materiales, poder o belleza. Los que llegan al final del viaje y logran la serenidad que lleva a la dicha, sienten lo mismo que un pájaro cuando es liberado de su jaula”*.

Tratando de encontrar más respuestas sobre la Felicidad humana, me permito compartirles brevemente una historia y que cambió mi vida, o mejor dicho, la forma de verla.

Hace unos 2 500 años, en las colinas del Himalaya, donde hoy se encuentra Nepal, vivió en un gran palacio un rey cuyo hijo estaba por nacer. Cuando llegase al mundo, el monarca había decidido hacerle la vida perfecta. El niño jamás conocería un momento de sufrimiento; cada necesidad, cada deseo siempre sería satisfecho.

El rey mandó erigir altos muros alrededor del palacio para evitar que el príncipe jamás conociera el mundo exterior. Al pequeño lo malcriaron; le prodigaron comida y regalos, lo rodearon de sirvientes que cumplían hasta el más mínimo de sus caprichos. Ser feliz por sobre todas las cosas del mundo. Y justo como estaba planeado, el chico creció ignorando las crueldades propias de la existencia humana.

Así transcurrió la infancia del príncipe. Sin embargo, a pesar del interminable lujo y la opulencia, el heredero se convirtió en un joven más bien frustrado. Pronto cualquier experiencia comenzó a parecerle vacía y sin valor. El problema era que, sin importar cuánta riqueza le diera su padre, nunca sería suficiente, nunca significaba algo para él.

Una noche, el príncipe se escabulló del palacio para ver qué había más allá de sus muros. Le ordenó a un sirviente que lo llevara a la villa cercana, y lo que vio ahí, lo horrorizó.

Por primera vez en su vida notó el sufrimiento humano. Miró gente enferma, gente vieja, gente sin hogar, gente con dolor, incluso gente en agonía.

El príncipe regresó al palacio y experimentó una terrible crisis existencial. Sin saber cómo procesar lo que había vivenciado, se tornó insoportable y se quejaba de todo. Y como es típico en los jóvenes, terminó por culpar a su padre de las mismas cosas que éste había tratado de hacer por él. Toda esa vida de riqueza - pensaba el príncipe -, lo había hecho tan miserable, le habían robado el sentido a su vida.

Entonces, decidió huir.

Pero él se parecía a su padre más de lo que creía. Él también tenía grandes ideas: no sólo huiría, sino que renunciaría a la nobleza, a su familia y a todas sus posesiones; viviría en las calles, dormiría en la tierra como un animal. En esa nueva vida, se mataría de hambre, se torturaría y mendigaría migajas de comida a los extraños por el resto de su existencia.

La siguiente noche, el príncipe volvió a escabullirse del palacio, esta vez para no volver. Durante años vivió con un mendigo, una escoria de la sociedad, marginado y olvidado. Y tal como lo había planeado, sufrió enormidades. Padeció enfermedad, hambre, dolor, soledad y decadencia. Encaró incluso a la misma muerte, a menudo limitado a comer sólo una nuez al día.

Así transcurrieron algunos años. Luego otros más y después... no sucedió nada. El príncipe empezó a darse cuenta de que su vida de sufrimiento no era tan buena como había imaginado. No le aportaba la introspección que deseaba, ni le revelaba algún profundo misterio del mundo ni su propósito último.

De hecho, él sólo pudo descubrir lo que el resto de nosotros ha sabido desde siempre: que a pesar de buscar incansablemente la felicidad, el sufrimiento es terrible. Y que no necesariamente es significativo.

Como le sucedió en su época de riqueza, el príncipe tampoco encontró el valor del sufrimiento cuando sufrir no tiene un propósito. Tristemente, llegó a la conclusión de que su gran idea, al igual que la de su padre, había sido muy mala y que quizá debería emprender algo distinto.

Confundido por completo, el heredero del rey decidió ir a sentarse a la sombra de un gran árbol, a las orillas de un río. Su nuevo plan consistía en permanecer ahí hasta que se le ocurriera otra gran idea. Según la leyenda, nuestro desconcertado personaje se quedó sentado por 49 días. No nos detendremos a reflexionar en la posibilidad biológica de durar 49 días sentado en el mismo lugar, pero digamos que en ese lapso el príncipe discernió varios asuntos con profundidad.

Uno de esos discernimientos fue el siguiente: la vida misma es una forma de sufrimiento. Los ricos sufren debido a sus riquezas. Los pobres, por su pobreza.

La gente que no tiene una familia sufre por no tener una familia. La gente que tiene una familia, sufre por su familia. Las personas que buscan los placeres mundanos sufren por esos mismos placeres mundanos. La gente que se abstiene de esos placeres mundanos sufre por esa misma abstención.

Lo anterior no significa que todo el sufrimiento sea igual. Algunos sufrimientos son definitivamente más dolorosos que otros. Sin embargo, todos sufrimos.

Años después, el príncipe desarrollaría su propia filosofía y la compartiría con el mundo, y este sería su principio central: el dolor y la pérdida son inevitables y deberíamos dejar de resistirnos a ellos. Más tarde, aquel joven sería conocido como Buda.

Me impresionó tanto este relato, que me introduje de lleno en el Budismo, en busca de encontrar una respuesta al sufrimiento humano que frena el encuentro con el ave de alas doradas llamada felicidad.

Analícemos un poco.

*"Ustedes, que son esclavos del yo,
que le prestan servicio de sol a sombra,
que viven en un miedo constante
al nacimiento, vejez, enfermedad y muerte,*

reciban las buenas nuevas:

su cruel amo no existe."

Buda

Me propuse a buscar información sobre el Budismo y volcarlo hacia mi vida.

El budismo, querido amigo es una doctrina filosófica y religiosa derivada del hinduismo. Proviene del sánscrito "Buddh", que significa "despertar desde las tinieblas de la ignorancia para entrar en la luz del conocimiento".

Surgió de las enseñanzas de Siddharta Gautama, posteriormente conocido como Buda "El Iluminado". Nació en India en el siglo VI a. C. (aproximadamente en el año 563 a. C.). La Iluminación es la esencia de la enseñanza budista. Todas sus doctrinas y prácticas están orientadas para ayudar al ser humano, hombre o mujer, a alcanzar su potencial de Iluminación o Nirvana.

El Budismo más que una religión, creo que es una filosofía de vida. Yo encontré la paz en él y eso me llevó a sentirme más pleno conmigo mismo y a sentirte realmente feliz.

El mensaje central de Buda es que todos podemos liberarnos del sufrimiento, producto de la servidumbre a deseos y ansias ilusorias. Buda enseñó que la causa de todo sufrimiento, físico, emocional o existencial, incluido el derivado de la muerte, es la ignorancia o el olvido de nuestra verdadera naturaleza.

Por otro lado, Buda exhorta a no creer nada que uno no pueda experimentar por sí mismo. El fundamento de las enseñanzas es que todos los seres tenemos la misma naturaleza de Verdad, Amor y Belleza, y no es posible

que haya algunos que estén más cerca de esta Realidad que otros. Sólo hay unos que se dan cuenta y otros que no. Así, el objetivo de toda la práctica de las enseñanzas es el despertar a nuestra verdadera realidad, al Ser, llamado Iluminación en el budismo y Liberación.

Este despertar no es posible sin antes erradicar la ignorancia, fuente de todo sufrimiento. Luego de su iluminación, Buda instó a comprender las Cuatro Nobles Verdades, caminar por el Noble Óctuple sendero y completar la práctica de las seis perfecciones (paramitas).

1. **La primera Noble Verdad** es que la naturaleza de la vida es sufrimiento (dukkha). *"Ésta, oh monjes, es la Noble Verdad del Sufrimiento": El nacimiento es sufrimiento, la vejez es sufrimiento, la enfermedad es sufrimiento, la muerte es sufrimiento, asociarse con lo indeseable es sufrimiento, separarse de lo deseable es sufrimiento, no obtener lo que se desea es sufrimiento. Resumiendo, los cinco agregados del apego son sufrimiento".*
2. **La segunda Noble Verdad** es el Origen del sufrimiento. *"Ésta, oh monjes, es la Noble Verdad del Origen del Sufrimiento": Es el deseo que produce nuevos renacimientos, que acompañado con placer y pasión encuentra siempre nuevo deleite, ahora aquí, ahora allí. Es decir, el deseo por los placeres sensuales, el deseo por la existencia y el deseo por la no existencia".*
3. **La tercera Noble Verdad** es la cesación del sufrimiento. *"Ésta, oh monjes, es la Noble Verdad de la Cesación del Sufrimiento": Es la total extinción y cesación de ese mismo deseo, su abandono, su descarte, liberarse del mismo, su no dependencia".*

4. **La cuarta Noble Verdad** es el Sendero que conduce al cese del sufrimiento. *"Ésta, oh monjes, es la Noble Verdad del Sendero que conduce a la Cesación del Sufrimiento": Simplemente este Óctuple Noble Sendero; es decir, es la Rectitud en el Entendimiento, Pensamiento, Lenguaje, Acción, Medio de Vida, Esfuerzo, Atención y Concentración".*

Bajo estas nobles y sabias directrices, ahora conduzco mi vida. Dejar el apego del yo, para elevarme en la más sublime dulzura de mi existencia. Vivo... vivo intensamente cada segundo de mi vida. Los buenos momentos, los buenos amores, los buenos amigos, los disfruto plenamente. Dejé el pasado, para vivir el presente y escribir mi futuro. El futuro está ahí, abierto para ser edificado con las acciones de nuestro presente y las experiencias y vivencias de mi pasado. Nada está dicho. Lo único que sabemos del futuro, es que allí vamos a dejar esta vida, para alcanzar la luz, la efervescencia magnánima del Gran relojero, del Creador.

Vive, vive poderosamente cada momento de tu existencia. La felicidad está allí. No la busque afuera, porque no la vas a encontrar jamás.

Búscala dentro de ti. Está en tus sueños, en tus talentos, en tu confianza en ti mismo. Está en cada pensamiento que evocas cuando amanece o en tus oraciones con el atardecer, invitándote a cerrar los ojos, para que el mundo gire sin tu presencia.

Finalmente, respecto a la felicidad, Buda nos dice:

“Felicidad o tristeza; cualquiera que te acontezca, sigue tu camino intacto, desapegado”.

¡Yo encontré la felicidad!

CAPÍTULO II

“Inteligencia es lo que usas cuando no sabes qué hacer” (Jean Piaget)

EXPLORANDO LA INTELIGENCIA GENIAL

Lo que más me apasiona de inteligencia en sí, es saber cómo ha sido su evolución. Descubrir como nadamos por el océano del cerebro desde nuestros más antiguos ancestros como lo fueron los Australopitecus hasta el Homo Sapiens de nuestros días.

Y acá no deseo entrar en discusión con la idea de un paraíso terrenal con Adán y Eva, sino con el pensamiento Darwiniano y su teoría de la evolución humana y tratar de llegar al meollo de la inteligencia humana. Luz que conocimiento y es lo que nos convierte en seres humanos.

Se me viene a mi memoria, cuando con mi buen amigo Danilo Espinoza me hizo ver la Película 2001 Odisea del Espacio (estrenada en 1968) basado en el libro del novelista norteamericano Arthur C. Clarke y dirigido por el genial director de cine Stanley Kubrick.

Recuerdo que allí había una escena donde un grupo de primates se encontraban tomando agua. Luego llega otro grupo de simios y son expulsados por los primeros. Esa noche, los monos desalojados, son impresionados por una barra de metal que aparece a la salida de su caverna.

Al tocarla, reciben la luz del conocimiento. Uno de los simios se da cuenta de cómo utilizar un hueso como herramienta y arma, sugiriéndose que este monolito ha motivado ciertos cambios en la conducta de los primates y les ha dado cierto grado de conciencia sobre los recursos disponibles para sobrevivir.

Debido a que ahora los monos son capaces de matar animales y comer carne, le arrebatan el control de la charca a la otra manada, matando en el proceso al líder del grupo rival, usando el hueso como arma. Jubiloso con su triunfo, el primate vencedor lanza su hueso al aire. Esta se funde un satélite espacial que surca el espacio entre la Tierra y la Luna en el año 2001, envolviendo la imagen con la música de “El Danubio Azul” de Johann Strauss.

Seguramente, sin la utilización de dicho cinematográfico monolito, nuestro cerebro en un maravilloso proceso de gestación se iluminó por la inteligencia.

¿Cuándo empezamos a ser inteligentes los humanos? ¿Cómo se activó nuestra inteligencia? ¿Qué la hizo surgir? ¿Emergió paulatinamente a partir de las potencialidades de la materia, tal como ya sugirió Darwin?

¿Responde a un acto de creación divina?

¿De dónde proviene entonces la inteligencia?

La inteligencia sigue siendo uno de los grandes misterios de la biología humana.

La inteligencia es una habilidad que, aplicada a los seres humanos, se define como la capacidad de resolver problemas nuevos. Esta habilidad se fundamenta en la capacidad de asociar varios fenómenos aislados y encontrar un nexo enfocado a resolver un problema.

Es muy probable, que nuestros antepasados habían visto muchas veces fragmentos de huesos y piedras puntiagudas. Seguramente, el acto inteligente fue asociar la piedra afilada con la posibilidad de hacer un corte. Y de aquí nacieron los primeros cuchillos y las consecuencias siguientes en el desarrollo humano.

Los actos inteligentes son diferentes de las conductas automáticas y hereditarias. La mayoría de seres vivos actúa sólo siguiendo las conductas instintivas, heredadas genéticamente y por eso repiten siempre los mismos hábitos. Y, cuando cambia el entorno, no saben adaptarse porque no son inteligentes, o sea, no saben resolver problemas nuevos. Algunos animales, como los mamíferos, son capaces de realizar actos inteligentes, asociando dos fenómenos y resolviendo problemas. Por ejemplo, un chimpancé es capaz de utilizar una rama para hacer caer un plátano. De todas maneras, la inteligencia de los animales tiene un límite: el lenguaje articulado. Gracias al lenguaje y a la memoria los humanos tenemos una gran capacidad para hacer asociaciones y, de este modo, para ser más inteligentes que otros animales.

La psicología clásica definía y medía la inteligencia alrededor de dos grandes habilidades: la capacidad lógico-matemática y la capacidad lingüística. Y por eso los primeros test de inteligencia constaban básicamente de pruebas de lenguaje y pruebas de razonamiento matemático y lógico. Esta visión era limitada porque la inteligencia humana es mucho más amplia y definirla sólo como una capacidad lógica y lingüística es una visión reduccionista.

A principios de los años ochenta, el psicólogo estadounidense Howard Gardner propuso una teoría que revolucionó la educación a nivel mundial: la teoría de las inteligencias múltiples.

Gardner nos plantea que existen 8 tipos de inteligencia.

- Inteligencia lógico-matemática.
- Inteligencia lingüística.
- Inteligencia espacial.
- Inteligencia musical.
- Inteligencia kinestésico-corporal.
- Inteligencia intrapersonal.
- Inteligencia interpersonal.
- Inteligencia naturalista.

Entonces, según Gardner, podemos tener deficiencia en un campo, pero ser muy eficientes en otros.

Me supongo, que Einstein podría haber sido pésimo alumno en sus clases de literatura, pero en física, química, matemáticas era sobresaliente; entonces este gran genio, tendría una Inteligencia Lógico-matemática.

¿Cuál será la tuya?

La inteligencia, nos ha permitido pasar del ábaco a la calculadora, del telégrafo al internet. Llevarnos a la luna o permitir al Perseverance, el robot explorador más sofisticado creado por el hombre, caminar sobre Marte y enviarnos información relevante sobre el origen del universo.

La inteligencia nos permite ser mejores seres humanos, más empáticos. Como dice Edward de Bono es su libro *“Aprende a Pensar por ti mismo”*, sobre la diferenciación entre pensamiento e inteligencia: “Pensamiento e Inteligencia son dos cosas bastante distintas. La inteligencia es como los caballos de potencia de un coche. Pensar es como la habilidad del conductor. Hay muchas personas inteligentes que no son buenas pensadoras y quedan atrapadas en la “trampa de la inteligencia”. Hay muchas personas menos inteligentes que han desarrollado un alto grado de capacidad de pensamiento. Y porque pensar es una habilidad que se puede aprender, practicar y desarrollar. Pero hemos de querer desarrollarla.

¿Entonces quién nos puede guiar para “pensar mejor” y ser más “inteligente”?

¿Quién podría inspirarnos para poder desarrollar más aun nuestra capacidad de conocimiento?

En resumen, ser mejor.

Nuestro desarrollo personal es nuestro destino: aquello en lo que nos convertimos se acaba reflejando directamente en lo que obtenemos. Por eso, no hay mejor inversión que la que se hace en uno mismo. Y ¿cuál es la mejor forma de conseguirlo? Aprendiendo de los mejores.

Desde que nacemos, los seres humanos siempre buscamos modelos a quien imitar. Por lo general, copiamos a nuestros padres. Cuando no encontramos ese espejo en quien mirarnos, buscamos a otro.

Yo, aprendí mucho de mi madre. Su dedicación y esfuerzo por su familia. De mi padre, su rigidez militar, la cual me dio ser responsable y tratar de encontrar siempre una solución a los problemas... Siempre hay una solución.

La gran mayoría de los animales aprenden a sobrevivir imitando a sus padres. El aprendizaje a través de la imitación es fundamental para muchas especies, incluyéndonos a nosotros, los humanos. A medida que nos volvemos adultos, ganamos una ventaja única: podemos escoger a quién y qué imitar. También podemos escoger conscientemente nuevos modelos para reemplazar a aquéllos que hemos dejado atrás. Lo lógico, por lo tanto, es elegir los mejores modelos para que nos inspiren y nos guíen hacia la realización de nuestro potencial.

Entonces me puse a buscar... hasta que lo encontré.

Siempre tuve en mis pensamientos, cuál había sido el ser humano con más inteligencia y mayor capacidad de pensamiento que ha venido a este singular planeta.

Extraigo las hermosas palabras del poeta Sir Stephen Spender, para poder inspirarme en la mente más elevada de la humanidad.

“De esos seres nacidos del sol, viajaron un breve trecho hacia el sol. Y dejaron el aire vivido firmado con su honor”

Me refiero sin lugar a dudas a la genio Leonardo di ser Piero Da Vinci, más conocido como Leonardo Da Vinci.

Anatomista, arquitecto, paleontólogo, botánico, diseñador de escenografías y vestuario, chef, botánico, científico, escritor, escultor, geógrafo, físico, matemático, filósofo, ingeniero, inventor, músico, pintor, poeta, urbanista y narrador y mucho más.

¡Qué gran modelo a seguir!

Me permito, aconsejarles leer el libro: Inteligencia Genial de Michael J. Gelb, el cual extraeré parte de su libro por algunas impresiones que me produjeron, cuando tuve la oportunidad de tenerlo en mis manos y devorármelo, tratando de buscar como poder desarrollar ese potencial inexplorado de nuestro cerebro, siguiendo el ejemplo del mayor genio de todos los tiempos.

Según Gelb, existen siete principios davincianos, para aprender a pensar como Leonardo y que surgen de un profundo estudio del genio, bautizados en italiano, la lengua original de Da Vinci.

Los siete principios davincianos son:

- 1. Curiosità:** La actitud de acercarse a la vida con “curiosidad” insaciable y búsqueda continua del aprendizaje, viene primero porque el deseo de saber, de aprender y de crecer es el motor del conocimiento, de la sabiduría y del descubrimiento.

Las grandes mentes se hacen grandes preguntas. Las preguntas que ocupan nuestra mente a diario reflejan nuestras metas e influyen en la calidad de nuestra vida.

- 2. Dimostrazione:** El compromiso de poner a prueba el conocimiento a través de la experiencia, la persistencia y la disposición a aprender de nuestros errores. En su búsqueda de la verdad, Da Vinci insistió en cuestionar la sabiduría convencional. Usó la palabra *Dimostrazione* para expresar la importancia de aprender por uno mismo a través de la experiencia práctica.

“... mis estudios son el resultado de la experiencia pura y simple, que es la verdadera maestra”, escribía Leonardo.

- 3. Sensazione:** El continuo refinamiento de los sentidos, especialmente de la vista, como medio para animar la experiencia. Da Vinci se basa en la agudización consciente de los sentidos. Leonardo creía que el refinamiento de la percepción sensorial era la clave para el enriquecimiento de la experiencia. Leer, por ejemplo.
- 4. Sfumato (literalmente "esfumarse"):** La voluntad de aceptar la ambigüedad, la incertidumbre. Es una guía para que uno se sienta más a gusto con lo desconocido, para que se familiarice con la paradoja.
- 5. Arte/scienza:** El desarrollo del equilibrio entre la ciencia y el arte, la lógica y la imaginación. Que supone pensar con todo el cerebro. Da Vinci creía que el equilibrio no era solamente mental.

6. Corporalita: El cultivo de la gracia, la ambidestreza, la condición física. El equilibrio del cuerpo y de la mente. El genio renacentista era ambidiestro, escribía y pintaba con ambas manos. Utilizaba ambos hemisferios.

7. Conessione: El reconocimiento de la interconexión de todas las cosas y de todos los fenómenos. Pensar en términos de sistemas. La Conessione lo reúne todo.

Siguiendo estos siete principios, podemos acercarnos a este gran genio e imitarlo para potenciar nuestro pensamiento hacia la luz... la luz de nuestra inteligencia.

Pero, ¿somos más o menos inteligente que hace unas décadas?

La neuropsicóloga Khaterine Possin, quien es profesora del Centro de Memoria y Envejecimiento de la Universidad de California en San Francisco, indica que la inteligencia está declinando.

Cómo es posible esta aseveración, tomando en cuenta el proceso de evolución que ha tenido nuestro cerebro a través de la historia.

Yo, considero, que no es que seamos menos inteligente que antes, sino que ahora leemos menos. Ahora todo se encuentra en las redes de internet, lo que no permite que utilicemos más nuestro cerebro. Todo está allí. No necesitamos poner en acción nuestras neuronas (alguien ya lo hizo por nosotros).

Debemos volver a los libros, allí está la esencia del conocimiento.

La lectura es una de las piedras angulares para la adquisición de conocimiento. Leer mejora nuestro cerebro indudablemente.

Aquellas personas que leen presentan el mismo número de neuronas, pero tienen un número de conexiones más eficiente.

Está claro que si vamos al gimnasio para ejercitar nuestros músculos y articulaciones, ¿por qué no hacer lo mismo con nuestro cerebro mediante la lectura?

¿Cómo podemos desarrollar nuestra inteligencia?

Comencemos por desconectarnos del celular, y empecemos a disfrutar de una buena lectura.

Cuando encuentres un libro que te guste, tu mente entrará como en un estado de éxtasis y de mindfulness (atención plena). Al requerir un gran nivel de concentración, nos relajamos, abstraemos la mente y dejamos atrás otros pensamientos o problemas que nos preocupan.

Leer, es un buen comienzo entonces para activar nuestra red neuronal y ser más inteligentes.

CAPITULO III

“El único lugar donde el éxito viene antes del trabajo, es en el diccionario”
Vidal Sassoon

FINALMENTE ¿QUE ES EL ÉXITO?

Existen muchas definiciones acerca del éxito, además, para cada persona el concepto de éxito será diferente, sin embargo la definición que más se acerca a lo que yo creo, es la del famoso escritor, coach y conferencista estadounidense John Calvin Maxwell (autor de más de 80 libros relacionados sobre el éxito y desarrollo personal), dice: *“El éxito es conocer tu propósito en la vida, crecer hasta alcanzar tu máximo potencial y sembrar semillas que beneficien a los demás”*

Analizando un poco esta genial frase, la definición de éxito está compuesta por tres partes. La primera es, “conocer tu propósito en la vida”. Esto debe

responder a la pregunta universal de todo ser humano: ¿Por qué estoy aquí y hacia dónde voy?

Cada ser humano tiene un propósito en la vida, es nuestra responsabilidad descubrir o construir cuál es el nuestro. Este propósito podrá venir disfrazado de una visión, cómo en las empresas, o de un gran sueño.

La segunda parte de la definición de éxito de Maxwell dice: “crecer hasta alcanzar tu máximo potencial”. Esta parte hace referencia a la única manera en la que realmente se puede medir el éxito, y esta es la relación que existe entre lo que somos actualmente y lo que podemos llegar a ser.

El crecimiento, aprendizaje y mejora continua es indispensable para cualquiera que aspire a ser exitoso en cualquier área. El esfuerzo constante y sistemático para cada día ser mejor que el día anterior.

Finalmente, la tercera parte dice: “sembrar las semillas que beneficien a los demás”. El éxito tiene que ser compartido con los demás para que realmente pueda llamarse éxito, de lo contrario solo termina siendo una experiencia solitaria y superficial.

Y no solo se trata de compartir el éxito, además de poder compartirlo con alguien, tienes que ayudar a los demás a ser exitosos también, y nada tiene un impacto más positivo en las personas que el dar. Maxwell dice: “Los grandes dadores no son necesariamente los que más tienen, la diferencia no está en lo que tienes, sino en lo que haces con lo que tienes”.

Las personas exitosas son exitosas porque generalmente cuentan con una mentalidad positiva que los lleva a ayudar a los demás y a generar un círculo virtuoso alrededor de ellos.

Para ayudar a las personas tienes que tener una mentalidad positiva, al tener una mentalidad positiva se eleva tu autoestima y te vuelves más generoso, posteriormente, los sentimientos que provienen de la generosidad y de ayudar a los demás son la tranquilidad y la satisfacción contigo mismo. Gracias a estas dos recompensas, que en tu cerebro se convierten en dopamina, serotonina y oxitocina, inconscientemente te esfuerzas por trabajar más duro y tratar de alcanzarlas nuevamente. Por esta razón las personas que ayudan frecuentemente siempre están involucradas en voluntariados. Al siempre estar ayudando, invariablemente, empiezas a recibir mucho a cambio de lo que das, sin esperar nada a cambio.

Es parte de nuestra naturaleza humana el esforzarnos en devolver un favor cuando estamos agradecidos. Esto lleva a las personas generosas a continuamente toparse ante muchas oportunidades producto de las personas agradecidas con ellos, lo que también genera una gran y amplia red de contactos que eventualmente les ayuda en su camino por el éxito.

Se supone que es el propósito final de todas las acciones que emprendemos. Utilizamos a veces, la palabra “éxito” casi mecánicamente... Queremos ser profesionales exitosos, formar una pareja exitosa, alcanzar el éxito económico...

Sí, queremos todo eso, pero ¿exactamente a que llamamos éxito? Y sobre todo, ¿cómo medir cuánto éxito es suficiente?

Se dice frecuentemente, la idea de que alcanzar el famoso éxito es “no tener que preocuparse de nada”. No deberle un peso a nadie, que en la familia toda funcione como un reloj o puedas comprar lo que se te antoje sin hacer

sumas o restas. Qué los demás te admiren y seas popular. Y mucho más. Pero podríamos contar con los dedos de la mano a quienes tienen todo eso.

Pero te has preguntado alguna vez, ¿qué es realmente el éxito? Lo normal es que nos sumemos esa idea común que nos indica que es exitoso quien tiene mucho. Generalmente no nos detenemos a pensar porque tantos ricos, famosos y seductores viven en medio de la infelicidad. Muchos diría yo.

En lo personal, tener éxito para mí, es tener relaciones firmes y significativas con aquellos a quienes uno quiere. Poder cubrir las propias necesidades y las del grupo familiar. Pero sobre todo, ser querido por la gente que uno quiere. Las cosas no dan la felicidad, ni definen el éxito, por más necesarias que sean, como la alimentación, el vestido, el calzado y la vivienda, por ejemplo. En mi opinión, el éxito lo define la capacidad de rodearse de personas que corresponden y reciprocán el afecto de uno.

Recuerden que aunque el éxito se puede definir de varias formas dependiendo de la forma de pensar de cada uno de nosotros o la marca del diccionario en el que se busque su significado. Todas las definiciones llegan a la misma conclusión, el éxito es el buen resultado de un negocio, un buen desempeño, etc. Y que por consecuencia trae buenos ingresos al individuo (Money).

El éxito y el dinero no son la misma cosa, ni siquiera se acercan. Un estudiante que haya sacado buena nota en un examen tuvo éxito en cierto modo ¿no?, pero, la persona que tiene mucho dinero no tiene éxito también,

en cierto modo estas ambas palabras se relaciona pero de una forma egoísta, el éxito no se relaciona con el dinero, pero el dinero si se relaciona con el éxito.

Generalmente hoy en día casi no se puede evitar hablar de esas personas exitosas y que por lo tanto es muy probable que tengan dinero, pero esto es por la simple razón del deseo de poseer esos bienes. A quien no le gustaría tener su propia isla o su propio avión, en este punto es donde más se siente el éxito de esa exitosa persona, lo que hace importante que se quieran seguir esos mismos pasos de esa persona con el objetivo de quizás un día tener ese tanpreciado éxito.

Como el éxito es el resultado feliz de un negocio, actuación, entre otras cosas, todo guarda una estrecha relación con muchas áreas de conocimiento a nivel mundial, entre las que están teorías tanto políticas, filosóficas o sociales.

Hay veces en que una persona se dice así misma que no ha tenido éxito en la vida debido a que ha tenido “mala suerte”. Expresiones como estas, asignan poderes un tanto exagerados a la suerte y quitan de nuestros hombros una responsabilidad que para muchas personas suele pesar demasiado: la responsabilidad personal por nuestro propio éxito y felicidad.

Hay dos posiciones muy claras al respecto: la de aquellos que afirman que las palabras “suerte” y “triunfo” no tienen cabida en la misma frase. Ellos se jactan de utilizar como lema personal aquella célebre oración que dice: “Yo sí creo en la suerte; cuanto más trabajo, más suerte tengo”, queriendo decir que la fuente del éxito es el trabajo duro y no la suerte.

La otra postura es la de quienes afirman que la suerte es la única que determina el éxito de las personas. Ellos consideran que en la vida hay algunos afortunados que nacen con buena estrella, mientras que la gran mayoría, infortunadamente, nace sin ella. O sea, nacen estrellados, como dice mi esposa Anyi.

Esta postura tiene mucho de conveniencia: qué es mejor culpar por nuestros fracasos al destino. Él no está ahí para defenderse.

La persona mediocre afirma: ¿Para qué preocuparse tanto por fijar metas, si lo que es para uno ya está escrito en nuestro destino? Quien desea culpar al destino por sus desventuras, puede estar seguro que encontrará una excusa que le satisfaga y aliados que la compartan. No obstante, el mayor problema al señalar a las circunstancias externas como las responsables de nuestros fracasos, es que hacerlo no soluciona los problemas y tampoco nos lleva más cerca de la realización de nuestras metas.

La falta de suerte es una de las excusas más comunes entre los fracasados. Pero, al igual que con cualquier excusa, ésta no produce soluciones reales y sólo sirve para tranquilizar a la persona que la está dando.

Entonces, ¿existe alguna relación entre la suerte y el éxito? Norman Vincent Peale afirmaba que *“La suerte es el cruce de caminos donde la búsqueda se encuentra con la oportunidad”*. En otras palabras, para que la suerte exista, deben darse dos elementos básicos al tiempo: la búsqueda y la oportunidad.

La buena noticia es que todos y cada uno de nosotros tenemos la posibilidad de hacer coincidir estos dos elementos.

Por un lado, debemos mantener un estado de búsqueda constante por todo aquello que nos pueda ayudar a triunfar y, por otro, debemos encargarnos de crear las oportunidades que nos acerquen a la realización de nuestras metas.

Esta es la fuente de la suerte y está en tus manos.

Esto quiere decir que la suerte no tiene nada que ver con el estado económico, social, etc. Sino que solo se presentan oportunidades a otros individuos que nosotros no hemos aprovechado.

Para el ser humano, tener éxito en la vida no es una cuestión de ahora, sino que ha sido cosa de toda la historia de la humanidad.

Desde viejos sabios árabes que dicen el secreto es en respetar y seguir a los reyes más ricos con su famoso proverbio “Al perro que tiene dinero se le llama señor perro”, hasta comediantes de esta época, que con palabras cómicas y de agrado a las personas expresan una gran verdad como dijo el comediante Johny Dick sobre el “éxito y la vida”

A los 4 años, tener éxito es no mearte en los pantalones.

A los 12 años, tener éxito es tener amigos.

A los 18 años, tener éxito es tener relaciones sexuales.

A los 35 años, tener éxito es tener dinero.

A los 65 años, tener éxito es tener relaciones sexuales.

A los 75 años, tener éxito es tener amigos (vivos).

A los 85 años, tener éxito es no mearte en los pantalones.

Moraleja: *El éxito es definitivamente cíclico.*

Pero aunque la verdad no sea tan sencilla y cómica, si existen métodos más específicos de cómo tener éxito en la vida y aunque en los cuales no son de garantía universal son muy buena fuente para guiarse en diversas situaciones.

Entre los millones de consejos o métodos verdaderamente útiles que se pueden encontrar hoy en día, tomaré dos autores: Og Mandino, que al escribir su obra hace ya más de 40 años (“Los 100 secretos del éxito”) ha sido el libro con más éxito, reediciones y versiones ha tenido en esta rama de libros de auto-ayuda, y a una de las persona más rica del mundo, Bill Gate, que sin necesidad de haber escrito un libro nos ha legado de cientos consejos unos más astutos que otros, que se puedan expresar.

Respecto a Og Mandino, que en su obra maestra se puede resumir, que se puede obtener éxito en la vida en 10 simples pasos:

- Debes trabajar cada día como si tu vida estuviera en juego.
- Debes aprender que, con paciencia, puedes controlar tu destino.
- Debes trazar tu camino con cuidado o siempre derivarás.
- Debes prepararte para la oscuridad, mientras viajas bajo la luz del sol.
- Debes sonreírle a la adversidad hasta que ésta se rinda.

- Debes comprender que los planes son sólo sueños cuando no hay acción.
- Debes sacudir las telarañas de tu mente antes de que éstas te aprisionen.
- Debes aligerar tu carga si quieres llegar a tu destino.
- Nunca debes olvidar que siempre es más tarde de lo que piensas.
- Nunca debes esforzarte en ser otra cosa que tú mismo.

Y ahora te comparto los consejos que el hombre Bill Gate les dio a unos estudiantes en una universidad en Norteamérica en una de sus múltiples charlas:

- La vida no es justa, acostúmbrate a ello.
- Al mundo no le importará tu autoestima. El mundo esperará que logres algo, independientemente de que te sientas bien o no contigo mismo.
- No ganarás \$us.- 5000 mensuales justo después de haber salido de la preparatoria y no serás un vicepresidente hasta que con tu esfuerzo te hayas ganado ambos logros.
- Si piensas que tu profesor es duro, espera a que tengas un jefe. Ese sí que no tendrá vocación de enseñanza ni la paciencia requerida.
- Dedicarse a cocinar hamburguesas no te quita dignidad. Tus abuelos tenían una palabra diferente para describir lo que llamaban Oportunidad.

- Si metes la pata, no es culpa de tus padres, así que no lloriquees por tus errores: aprende de ellos.

- Antes de que nacieras, tus padres no eran tan "aburridos" como son ahora. Ellos empezaron de verdad, por pagar tus cuentas, limpiar tu ropa y escucharte hablar acerca de la nueva onda en la que estabas. Así que, antes de emprender tu lucha por las selvas vírgenes contaminadas por la generación de tus padres, inicia el camino limpiando las cosas de tu propia vida; empezando por tu habitación.

-

- En la escuela puede haberse eliminado la diferencia entre ganadores y perdedores, pero en la vida real no. En algunas escuelas ya no se pierden años lectivos y te dan las oportunidades que necesites para encontrar la respuesta correcta en tus exámenes y para que tus tareas sean cada vez más fáciles. Eso no tiene ninguna semejanza con la vida real.

- La vida no se divide en semestres. No tendrás vacaciones de verano largas en lugares lejanos y muy pocos jefes se interesarán en ayudarte a que te encuentres a ti mismo. Todo esto tendrás que hacerlo si lo deseas en tu tiempo libre.

- La televisión no es la vida diaria. En la vida cotidiana, la gente de verdad tiene que salir del café, de la película, para irse a trabajar.

- Sé amable con los "nerds" (los más aplicados de tu clase). Hay muchas probabilidades de que termines trabajando para uno de ellos.

Por lo tanto, y desde mi humilde perspectiva, la correcta definición de éxito: es encontrar tu propósito en la vida, plantearte metas y objetivos claros para crecer, alcanzarlos y construir cada día la mejor versión de ti, al mismo tiempo que ayudas a los demás a lograr lo mismo en el camino.

Y si logras lo anterior, lograrás lo que solo el 2% de las personas en este mundo han logrado llegar, a lo que el psiquiatra y psicólogo humanista Abraham Maslow dice: llegar al nivel de "Autorrealización", el máximo objetivo del ser humano.

¿Buscas tener éxito?

No te detengas, tú tienen el poder de transformar todo en tu mundo y si todos lo hacemos, comenzaremos a transformar este planeta azul que tanto lo necesita.

Cada día debes ser mejor y alcanzar el éxito. Con este proceso, vas a marcar una diferencia en tu vida y en la de los demás. Y eso es lo que realmente interesa.

Para que medites, te dejo con esta frase de Og Mandino: *"El Fracaso no te sobrecogerá si tu determinación para alcanzar el Éxito es lo suficientemente poderosa"*

CAPITULO IV

“Hay que tener fe en uno mismo. Ahí reside el secreto. Aun cuando estaba en el orfanato y recorría las calles buscando que comer para vivir, incluso entonces, me consideraba el actor más grande de mundo. Sin la absoluta confianza en sí mismo, uno está destinado al fracaso” Charles Chaplin

CREER EN TI – EL PODER DE LA AUTOESTIMA

Encontrar la felicidad, desarrollar nuestra inteligencia, buscar el éxito... no es posible, sino tenemos una buena y sana autoestima, que nos permita sentirnos mejores con nosotros mismos. Saber cuán grande es nuestra valía.

Definimos la autoestima como la capacidad de valorarnos a nosotros mismos aceptando nuestras debilidades y apreciando nuestras fortalezas. Gracias a la autoestima, somos capaces de actuar respetando nuestros derechos y los de los demás. Este concepto está muy ligado al bienestar y a una correcta estabilidad psicológica. En definitiva, tener autoestima es sinónimo de valor, superación y éxito.

Cómo te sientes contigo mismo. La valoración que tienes sobre ti, se llama autoestima

El modo como nos sentimos con respecto a nosotros mismos, afecta en forma decisiva todos los aspectos de nuestra experiencia, desde la manera en que funcionamos en el trabajo, el amor, la amistad y las posibilidades que tenemos de progresar en la vida. Nuestras respuestas ante diversos acontecimientos que dependen de quiénes y qué pensamos que somos. Los dramas de nuestra vida son los reflejos de nuestra visión íntima de nosotros mismos. En síntesis, la autoestima es la clave de nuestro éxito o nuestro fracaso.

También es la clave para comprendernos y comprender a los demás. La autoestima es una necesidad psicológica básica. La autoestima es estar dispuestos a ser conscientes de que somos capaces de ser competentes

para enfrentarnos a los desafíos básicos de la vida y de que somos merecedores de la felicidad.

Esto está compuesto por dos ideas básicas:

Autoeficacia, es decir confianza en nuestra capacidad de pensar, aprender, elegir y tomar las decisiones adecuadas y **Autorespeto**”, es decir, confianza en nuestro derecho a ser felices. Los desafíos básicos de la vida incluyen aspectos tan fundamentales como ser capaz de ganarse la vida y cuidar de uno mismo; ser competente en las relaciones humanas, es decir, capaz de mantener relaciones mayoritariamente satisfactorias para ambas partes; y tener resistencia que nos permitan recuperarnos de la adversidad y perseverar en nuestras aspiraciones.

Tener una alta autoestima, te permite sentirte confiadamente apto para la vida, es decir, capaz y valioso. Tener una autoestima baja es sentirse incapaz para la vida; fracasado como persona.

Tantas veces me sentí así. Y esto, desorientaba mi vida en general, oscureciendo mi futuro. No me sentía valorado y eso me llenaba de inseguridad, en todos los aspectos;

Recuerdo que como esposo era terriblemente celoso; en mis aspiraciones personales, a pesar de tener varias profesiones, no me sentía lo suficientemente capaz de enfrentar mi vida.

Básicamente, esta bendita autoestima se genera en nuestros hogar, incrustada por nuestros padres. Al valorarnos ellos, al hacernos sentir importantes, fortalecen nuestra valía, nuestra seguridad como personas.

De ahí, la importancia de acrecentar una buena autoestima.

Desarrollar la autoestima, es desarrollar la convicción de que uno es competente para vivir y digno de ser feliz, y por lo tanto equivale a enfrentar la vida con mayor confianza, benevolencia y optimismo, lo que nos ayuda a alcanzar nuestras metas y experimentar la plenitud. Desarrollar la autoestima es ampliar nuestra capacidad de ser felices. De sentirnos capaz.

La genuina autoestima no se expresa por la auto glorificación a expensas de los otros, o por el afán de ser superior a los otros o de rebajarlos para elevarse uno mismo. La arrogancia, la jactancia y la sobrestimación de nuestras capacidades reflejan más bien una autoestima equivocada y no, como imaginan algunos, un exceso de autoestima.

Una de las características más significativas de la autoestima saludable es que es el estado de una persona que no está en guerra ni consigo mismo ni con los demás.

La importancia de una autoestima saludable reside en que es la base de nuestra capacidad para responder de manera activa y positiva a las oportunidades que se nos presentan en el trabajo, en el amor y en la vida misma. Es también la base de esa serenidad de espíritu que hace posible disfrutar de la vida. La autoestima nos fortalece, nos da energía y nos motiva. Nos anima a tener éxito y nos permite disfrutar y estar orgullosos de nuestros logros. La autoestima es una experiencia íntima: reside en el centro de nuestro ser. Es lo que pienso y lo que siento sobre sí mismo, no lo que piensa o siente alguna otra persona acerca de mí. Mi familia, mi pareja y mis amigos pueden amarme, y aun así puede que yo no me ame.

“La autoestima es lo que te impulsa a lograr tus más altos objetivos y lo que te sostiene en los momentos difíciles. Si aumentas el amor por ti mismo, tu vida cambiará por completo” Francisco J. Angel

Una buena autoestima nos permite crecer, ser libres, creativos, alegres, amistosos, amorosos, sentirnos plenos y con capacidad de dar y recibir.

La palabra autoestima nos habla de cuánto nos valoramos y queremos a nosotros mismos. No todas las personas nos sentimos satisfechas con nuestra apariencia física, con nuestro carácter, con la forma en que nos comportamos, con lo que hemos logrado en la escuela, con nuestros amigos o dentro de la familia. Estos factores determinan cómo nos sentimos con nosotros mismos, qué tan contentos estamos con ser como somos, qué tanto nos aceptamos y que tanto nos queremos.

La autoestima es un elemento importante en el desarrollo interno del hombre, ya que a través de sus distintos factores que la componen determina como nos vemos y sentimos tanto a nosotros mismos, como también la imagen que proyectamos a las demás personas. No solo nos ayuda a ver que algo está mal con nosotros, sino que nos permite ver en qué estamos fallando y por ende corregir la falla, también nos ayuda a auto superarnos a nosotros mismos, porque el humano no tiene límites sino los impuestos por ellos mismos.

Hay dos palabras que describen inmejorablemente lo que podemos hacer para aumentar nuestra autoestima, es decir, para generar más confianza en nosotros mismos y respetarnos más. Estas son: **vivir conscientemente**. El

problema es que esta frase quizá te resulte demasiado abstracta; no se traduce de manera auto evidente en una acción mental y/o física. Y si deseamos crecer, necesitamos saber qué hacer. Necesitamos aprender nuevas conductas. De modo que debemos preguntar: si tratáramos de vivir más conscientemente, ¿cómo y en qué aspectos actuaríamos de manera diferente?

La mente es nuestro medio de supervivencia fundamental. Todos nuestros logros específicamente humanos, son el reflejo de nuestra capacidad de pensar. Una vida llena de éxitos depende del uso adecuado de la inteligencia, es decir, adecuada a las tareas y objetivos que nos proponemos y a los desafíos con que nos enfrentamos. Este es el hecho biológico central de nuestra existencia.

Vivir conscientemente implica: respeto por los hechos de la realidad, los hechos de nuestro mundo interior así como los del mundo exterior. Vivir conscientemente es vivir responsablemente para con la realidad. Lo cual no significa que tenga que gustarnos lo que vemos, sino que debemos reconocer lo que es y lo que no es, y que los deseos o los miedos o los rechazos no alteren los hechos.

Cuanta más alta sea nuestra autoestima, más ambiciosos tenderemos a ser, no necesariamente en nuestra carrera o profesión o en un sentido económico, sino en términos de lo que esperamos experimentar en la vida en el plano emocional, creativo, espiritual.

Cuanta más alta sea nuestra autoestima, más posibilidades tendremos de entablar relaciones enriquecedoras y no destructivas, ya que lo semejante se atrae, la salud llama a la salud, y la vitalidad y la generosidad de ánimo son más apetecibles que el vacío afectivo y la tendencia a explotar a los demás. Cuanta más alta sea nuestra autoestima, tendremos más disposición a establecer relaciones positivas en lugar de relaciones tóxicas. Esto se debe a que los que se parecen se atraen, y la salud se siente atraída por la salud. Ley de la Atracción.

Cabalmente, el capítulo siguiente trataré sobre esta Ley, extractada del documental “El Secreto”. Que dicho sea de paso, me ayudó muchísimo a reconocer, cuán fuerte eran mis pensamientos y lo que yo atraía con éstos.

Los hombres y mujeres que confían en ellos mismos se sienten atraídos unos por otros de una forma natural. A la inversa, las mujeres y los hombres inseguros también se sienten atraídos y establecen relaciones destructivas. “Cada oveja con su pareja” como reza el proverbio popular.

Cuanta más alta sea nuestra autoestima, más alegría experimentaremos por el solo hecho de ser, de despertarnos en la mañana, de vivir dentro de nuestros cuerpos. Cuanta más alta sea nuestra autoestima, mayor será el deseo de expresarnos, reflejando nuestra riqueza interior.

Buscando información sobre cómo trabajar mi autoestima y que pasos debía seguir, me fui en busca de un libro que pudiese llenar mis expectativas. En Santa Cruz, lugar donde vivo, hay una singular callecita donde venden miles de libros, de toda índole. Cientos y cientos de libros sobre literatura de autoayuda, medicina, etc. Ahí, escondido como queriendo ocultarse de mí, encontré el libro de Nathaniel Branden “*Los Seis Pilares de la Autoestima*”.

El precio era asequible, ya que ahí solo vende fotocopias que parecen originales. En fin, llevado por mi interés, me lo devoré en una sola tarde. Anotando cada uno de los pasos (tengo la costumbre de que cuando leo, escribo en un cuadernillo de apuntes).

En este interesante libro, pude descubrir métodos tan hermosos y sencillos para poder ser mejor como persona y no aprovecharlos sería realmente una estupidez. Ahora, que escribo estas líneas, puedo comprobar el impacto de la psicología y más en concreto de la autoestima en mi persona.

En este libro he encontrado la profundidad requerida. Me da la impresión que el Branden tiene un don, pues este gran tesoro adquirido posee un valor tremendo sobre mis acciones y mi relación con mi vida y la de los demás. En el libro se tratan los principios básicos de la autoestima y lo que forma este cuerpo que son los seis pilares.

Me gustó mucho que el autor manejara el ejercicio de completar frases para mejora la autoestima y más que nada lo que me agradó, es que se ofrecen recomendaciones o sugerencias para seguir estudiando.

Me permito, entregarte en estas páginas una visión detallada y transcribirte lo que apunté, en ese cuadernillo y que vuelvo a releer de vez cuando.

Para este psicólogo, la autoestima sería el “**sistema inmunitario de la conciencia**”, lo cual no es un simple juego de palabras, sino que la coloca en el centro de nuestro equilibrio psicológico y la convierte en un requisito esencial para alcanzar la felicidad. Afortunadamente, al igual que el sistema inmunitario, la autoestima se puede reforzar. Y este cambio no depende de

las circunstancias externas o de las personas que nos rodean, sino de nosotros mismos.

Sin embargo, para reforzar la autoestima no basta con repetir frases que nos infundan ánimos, es necesario trabajar sobre sus pilares fundamentales. Un cambio en uno de estos aspectos conduce a una mejora en los otros y, como resultado, aumentará la confianza en nuestra capacidad para enfrentarnos a los desafíos y nos sentiremos mejor con nosotros mismos.

Branden propone que la autoestima se asienta en estos 6 pilares fundamentales:

- 1. Vivir conscientemente.** Supone enfrentar la vida asumiendo una actitud proactiva, es no limitarse a resolver los problemas, sino salir a su encuentro. Se trata de aceptar los errores, corregirlos y aprender de ellos. Vivir conscientemente implica ser reflexivos y conocernos profundamente, sabiendo por qué tomamos unas decisiones en vez de otras. Significa reconocer nuestras debilidades, pero también nuestros valores.

2. Aceptarse a sí mismo. Es imposible que logremos amarnos si no nos aceptamos completamente, con nuestras virtudes y defectos. Las personas que no se aceptan, viven saboteando sus relaciones y logros profesionales porque creen que no merecen tener amor ni éxito. Sin embargo, cuando nos aceptamos logramos reconciliarnos con nosotros mismos y también reconciliarnos con los errores del pasado. La aceptación es clave para reforzar la autoestima. Obviamente, esta aceptación no implica que no estemos dispuestos a mejorar sino que comprendemos nuestros límites y, aun así, somos felices porque nos centramos en nuestros logros y fortalezas.

3. Autorresponsabilidad. Significa que comprendemos y aceptamos que somos responsables de nuestros comportamientos y decisiones, así como de nuestros deseos, valores y creencias; lo cual también implica que somos responsables de nuestra felicidad. Esta actitud nos permite dejar de culpar a los demás, tomar las riendas de la vida y concentrarnos, finalmente, en lograr nuestras metas. No obstante, eso no implica que seamos responsables de todo lo que sucede, también somos conscientes de que existen situaciones que se escapan de nuestro control.

- 4. Autoafirmación.** Implica respetar nuestras necesidades, valores y sueños, buscando alternativas de comportamientos que sean congruentes con lo que pensamos, sentimos y deseamos. Significa que nos tratamos con respeto y que nos mostramos tal cual somos porque no sentimos la necesidad de cambiar tan solo para agradar a los demás por miedo a su rechazo.

- 5. Vivir con propósito.** Comprendemos que nuestra felicidad y decisiones no están a merced del azar o de otras personas sino que dependen de nosotros mismos. También implica ser capaz de identificar y poner en práctica todas las acciones imprescindibles para tomar las riendas de nuestro destino. Vivir con propósito es utilizar nuestras aptitudes para lograr algo que realmente nos apasiona y satisface.

- 6. Integridad personal.** Es la integración de creencias, valores e ideales con nuestro modo de actuar. Implica comportarnos según lo que creemos, siendo congruentes con nuestras ideas y forma de ver el mundo. Cuando no seguimos nuestras convicciones y nos contradecemos, nos venimos abajo y la autoestima termina quebrándose.

Para reforzar tu autoestima amigo mío, es importante reforzar estos seis pilares. Estoy completamente seguro, que cambiará tu vida, como lo hizo conmigo.

CAPITULO V

«El pensamiento o actitud mental predominante son el imán, y la ley es que lo semejante atrae a lo semejante, por consiguiente, la actitud mental atraerá invariablemente aquellas condiciones que se correspondan a su naturaleza» Charles F. Haanel (1866-1949)

LA LEY DE LA ATRACCIÓN (EL SECRETO)

“Hace un año mi vida se había desmoronado. Estaba exhausta, mi padre murió repentinamente y mis relaciones con mis compañeros de trabajo y

mis seres queridos eran desastrosas. Poco podía imaginarme por aquel entonces que de toda esa desesperación llegaría el más grande de los regalos... Tuve una fugaz revelación de un Gran Secreto:

El Secreto de la vida. Esa fugaz revelación me llegó gracias a un libro centenario que me regaló mi hija Hayley. Empecé a buscar los orígenes de El Secreto en la historia. No podía creer que hubiera tantas personas que lo conocieran. Eran algunos de los personajes más grandes de la humanidad: Platón, Shakespeare, Newton, Víctor Hugo, Beethoven, Lincoln, Emerson, Edison, Einstein..."

Así comienza el libro *El Secreto*, escrito por Rhonda Byrne, donde promueve la denominada "Ley de la Atracción", donde explora y reafirma que los pensamientos positivos atraen felicidad, prosperidad, riqueza, salud, etc., tanto como los pensamientos negativos, atraen enfermedad, miseria, soledad. O sea, todo, está conectado a nuestros pensamientos y creencias.

Este libro fue publicado el 2006, poco después del lanzamiento del DVd, de la película homónima "El Secreto". Obviamente, no solo leí el libro, sino que vi la película y la sigo viendo de vez en cuando.

Esto de la ley de la atracción es muy antigua. Aún recuerdo a mi abuelita cuando decía: "Hijo, la plata llama a la plata y la enfermedad a la enfermedad". Claro, en ese tiempo, no comprendía absolutamente nada. Obvio, solo tenía 5 años.

Pero cuando leí el libro, pude comprender cosas tan importantes, como la fuerza y la energía que generaban nuestros pensamientos.

Al comenzar a escribir este libro, me prometí dedicar un capítulo a la “ley de la atracción” y exponer lo medular de sus páginas, acotando al final, las diez mejores frases que me inspiraron y que comparto contigo.

Esta además sugerirte que tengas la oportunidad de tenerlo en tu mesita de noche.

Muchos son los autores que han hablado durante los últimos años de la ley de la atracción, del poder del pensamiento positivo. El Secreto: La Ley de la Atracción, que lleva a Rhonda Byrne a compilar información que sobre el tema se halla dispersa en los diferentes medios de comunicación expuesta tanto por conferencistas y asesores empresariales como por líderes espirituales y emprendedores sociales en la búsqueda de la mejora continua.

Rhonda Byrne, es una escritora y productora de televisión Australiana considerada por la famosa revista Time entre las 100 personas de mayor influencia. En “El Secreto” (“The Secret”) reúne a filósofos, psicólogos, científicos, gurús del marketing y de la venta, entre otros, exponiendo en el libro y en la película, la posibilidad de aprender y aplicar el poder de la Ley de Atracción, poniéndolo al alcance de aquellos en búsqueda de “soluciones” a sus momentos particulares y quienes se hallan dispuestos a modificar la percepción de sus realidades para salir del conflicto en el que se encuentran.

Sin embargo, La ley de Atracción no es solamente el cambio al pensamiento positivo, hay mucho más detrás del concepto; argumentos científicos,

filosóficos y espirituales que sin ir más fondo, el secreto quedaría como un buen libro de auto ayuda. Si es la ciencia puesta en práctica dentro de lo cotidiano o si vota por la magia de la energía positiva enfocada a la mejora continua del ser.

La ley de Atracción establece que se puede atraer la abundancia en todos los sentidos de la vida. El Secreto, además de definir la ley de atracción, crea al tiempo que expande el conocimiento a través de aquellos grandes gurús empresariales a nivel mundial que ofrecen coaching al respecto.

Es la Ley de Atracción un modificador de la alteridad del individuo y por lo tanto puede impactar a través de este cambio el medio ambiente social de un grupo. De acuerdo al libro, si es posible y ha sido esta ley, la guía de los grandes hombres que han creado cambios no solo en sus vidas sino en las sociedades de las que formaron parte.

Sin importar la conclusión personal de cada individuo, la idea de crear una realidad diferente y abundante a través del pensamiento positivo resulta atractiva para cualquier persona (y muy esperanzadora para aquellos que habitan en países del tercer mundo, donde las oportunidades están regularmente basadas en la esperanza de un poder omnipresente y omnipotente que abra el camino más que en la economía mundial).

El secreto se muestra como la llave que puede abrir la puerta a la felicidad, la riqueza, el ser, la prosperidad, la posibilidad de hacer milagros con mayor frecuencia en nuestras vidas. Es la manifestación de los pensamientos, uno es lo que se piensa que es y hay que tener cuidado con lo que se piensa

porque se vuelve realidad, no siempre lo que se desea es lo que se espera recibir en esencia.

Otro “secreto” del secreto está en que no se puede tener abundancia de afuera hacia adentro, por el contrario el catálogo de universo se encuentra dentro de uno y es uno el que pide en abundancia o bienestar.

La Ley de la Atracción, no es riqueza llamando riqueza, sino intención creando abundancia en todos los aspectos requeridos para el bienestar. De antemano el universo está planteado para que todos estén bien. Nacer, crecer y morir en bienestar.

Bob Proctor (uno de los coautores y expositores de El Secreto), indica que el secreto es el conjunto de leyes naturales del universo que dan lugar a todo conocimiento consciente o no ya que todo se encuentra unido por una ley, la Ley de atracción.

Es decir, son pensamientos que toman forma y que surgen de la energía universal en armonía con el todo; en sí requiere del observador para que exista, no es el hecho de pensar y automáticamente obtener resultados, sino de tomar acción para manifestarlos y el único con la capacidad de manifestar los pensamientos es uno mismo.

Estas acciones van más allá de un genio concediendo cada uno de los deseos de un individuo. Las acciones son las que forman lo que se ha llamado “el proceso creativo” el cual consta de tres pasos claves: **Pedir, Responder y Recibir.**

Para que el proceso creativo de desarrolle y la ley de atracción pueda aplicarse a la cotidianidad se requiere de un motor cuyos engranes son entre otros la voluntad, la gratitud, la visualización y el desapego.

Se trata de sensibilizarse a los sentimientos causados por los pensamientos, y eso que uno siente es reflejo de lo que estamos formando. Es aquí donde se da el primer paso: “**Pedir**”, lo que siento como resultado de mis pensamientos es lo que estoy atrayendo. Al pensar amor, atraigo amor.

En palabras del reverendo Michael Beckwith (otro de los coautores), al sentir los resultados de los pensamientos aun cuando estos no estén ahí, el universo corresponderá a la naturaleza de ese sentimiento interno y se manifestará, esa es la respuesta aun cuando no sea evidente, es parte de la manifestación del universo que está para uno y en uno. La “**respuesta**” (segundo paso) del amor, es la libertad, no el apego a una persona o a un objeto (Budismo).

El tercer paso es “**Recibir**”, y este paso comprende la pasión, el deseo y las acciones que derivan en el logro. Es alinear mente, cuerpo y alma. Al recibir amor, mis relaciones son diversas y formo parte de un todo y de otros.

Cuando logramos manifestar el pensamiento a través de los tres pasos antes citados, hemos logrado reproducir el proceso creativo y una vez iniciado este proceso hay que seguir actuando para continuar atrayendo cosas alineadas a la percepción propia de lo que se desea ser y tener.

Al respecto el Doctor Fred Alan Wolf, comenta que el verdadero secreto no es la Ley de Atracción sino las acciones que la gente toma para alcanzar lo que quieren una vez que se dan cuenta del objetivo de su vida.

La gratitud es como el volante de un auto, con ella podemos re-direccionar la perspectiva desde la cual vemos lo que nos rodea, dejamos de enfocarnos en lo que no nos gusta y podemos girar la perspectiva hacia apreciar lo que ya tenemos y crear más de lo que nos gusta tener.

El Dr. John F. Demartini, resume el pensamiento de gratitud y la ley de atracción en la siguiente frase: *"Lo que sea que pensemos, lo que sea que agradecemos es lo que atraemos"*.

Lee Brower, encapsula el poder de la visualización y la gratitud en una sola pieza y esa combinación da origen al milagro de atraer abundancia.

Las ilimitadas posibilidades que genera la energía: "si la mente lo vive, lo siente y lo experimenta" entonces es real aun cuando apenas vaya a darse.

Al visualizar, se abre la puerta a cualquier área de la razón y el sentir humano, el dinero, las relaciones, la salud y el mundo, todo se inicia en uno mismo.

Ahora bien, pensar positivo no lo es todo para lograr materializar el poder creador de la Ley de Atracción, aun cuando tengamos la serie de pasos a seguir para lograrlo. La dificultad radica en poder llevar a cabo cada uno de

esos pasos sin enfrentarse con una serie de estructuras sociales significantes (cobros, deudas, angustias, trabajos y personas con pensamientos negativos, los propios pensamientos negativos, etc.) que pueden hacernos renunciar al sentimiento de gratitud continua que es el hilo conductor los pasos.

Lo que puede salvar el día, es el decreto; decretar con claridad es lo único que nos dará el poder de actuar para que el universo manifieste la petición y pueda ser recibida.

El reto al que se enfrenta El Secreto es entonces, el poder presentar conceptos no tan nuevos, en un lenguaje de fácil comprensión y sin traicionar a la ciencia en la que se basa.

No es el poder del efecto placebo, que condena a quien no tiene la fuerza de creer en ella como una posible cura a la desventura. La simple racionalización de las expectativas logradas o mal logradas, no son la última palabra de la ley de atracción.

El secreto ofrece una concepción científico-espiritual de la vida, liberadora y redentora de Dios como omnipresencia y como uno mismo.

Encontrar el significado de la ley de atracción requiere de aprender a respirar y meditar la voz de cada uno de los exponentes, involucra todos los sentidos y la mente en el ser para poder escuchar, la experimentación continua e individualizada, la visualización del universo ilimitado de posibilidades dentro de uno mismo.

El poder intrínseco de esta ley puede modificar la forma de vida individual y puede entonces modificar la del grupo y de tal manera puede cambiar la percepción desde la que se observan y desarrollan las experiencias sociales productoras de símbolos característicos de un grupo.

El liderazgo espiritual, resulta entonces un posible camino para lograr la paz mundial y con una voz clara y meditada se puede modificar la energía de furia, de frustración y hacerse cargo atrayendo energía de amor, energía de gratitud que redundará en amor y gratitud hacia los demás y hacia uno mismo obteniendo un balance social que puede administrarse por sí.

La Ley de Atracción es gente haciendo con pasión lo que le gusta hacer, sin pensar en el beneficio único sino en mejorar lo que le rodea, con la consciencia de que le pertenece a ellos como a todos agradeciendo las oportunidades que se van abriendo para tomar acción dentro del campo ilimitado de las posibilidades.

El Secreto es un acercamiento a la Ley de Atracción, a la posibilidad de manifestar los pensamientos lo suficientemente claros para poder actuar y crear un flujo de energía que pueda llevar a la creación.

No es simplemente pensar y atraer, es vibrar al unísono con la alteridad en la que se desarrolla el ser. Esperar que el Secreto nos dé el conocimiento total sobre la Ley de Atracción es esperar demasiado, hay más leyes en la naturaleza que alternan con esta ley, pero es un comienzo en el camino del descubrimiento propio.

Todos los temas tratados en este libro, se centran básicamente en lo que hoy plantea “la psicología positiva”.

Esto, nos lleva directamente al significado de la fe.

Mateo 9:23 nos dice: *“Para el que cree, todo es posible”*. Entonces, todos los caminos nos conducen el mismo fin. La importancia de generar pensamientos que involucre, la fe, la esperanza.

“Por eso les digo: Crean que ya han recibido todo lo que están pidiendo en Oración, y lo obtendrán”, nos dice Marcos 11:24.

“En lo que pensamos nos convertimos” acota Buda.

Si elegimos pensamientos positivos a nuestra mente, nuestra actitud hacia la vida cambia. Si uno piensa que puede hacer una cosa o piensa que no puede hacerlo, está entonces en la razón

De ahí, la vital importancia de los pensamientos positivos, porque ellos nos ayudan a crear nuestra realidad.

La mayoría del tiempo, nos dejamos llevar por las experiencias del pasado para determinar nuestro presente y dejamos que los fracasos, errores y miedos nos impiden avanzar. En vez de enfocarnos en todas aquellas veces en las que si hemos podido salir adelante sobrepasando retos que jamás pensamos sobrepasar.

Yo creo. Creo en Dios, creo en Buda, creo en el verdadero amor y la verdadera amistad.

Yo creo en mí.

Finalizo este capítulo, con las 10 mejores frases de El Secreto, “La ley de la Atracción” que no solo me impactaron sino que me ayudaron a robustecer mi propia existencia.

1. “Todos trabajamos con un infinito poder”
2. “Elije tus pensamientos con cuidado. Eres una obra maestra de tu vida”
3. “Al universo le gusta la “velocidad”. No lo demores, no adivines, no dudes”
4. “Todo lo que nosotros somos, es un resultado de lo que hemos pensado” Buda
5. “¿Cuáles son las cosas por las que estás agradecido? Siente la gratitud... enfócate en lo que tienes ahora por lo cual te sientas agradecido”
6. “Un pensamiento afirmativo es 200 veces más poderoso que uno negativo”
7. “Crea una pantalla de Visión... imagina lo que deseas atraer... cada día míralo y métete en el estado de sensación de que ya has adquiridos estos deseos”

8. "Decide lo que deseas... cree que puedes tenerlo, cree que lo mereces, cree que es posible para ti"
9. "Cualquier cosa que la mente del hombre pueda concebir, puede lograrse" - W. Clement Stone.
10. "¿Son tus pensamientos valiosos para ti? Si no... ¡Ahora! es el momento de cambiarlos. Puedes empezar justo en donde estás ahora. Nada importa sino el momento y en lo que estés enfocando tu atención"

CAPITULO VI

"Liderazgo significa que un grupo, grande o pequeño, está dispuesto a confiar la autoridad a una persona que ha demostrado capacidad, sabiduría y competencia" Walt Disney

HABLEMOS DE LIDERAZGO

La pregunta del millón: ¿Los líderes nacen o se hacen? Esta pregunta ha prevalecido a lo largo de la historia. Ha sido fuente de discusión y polémica, la cual todavía no ha sido satisfactoriamente resuelta.

Las habilidades que caracterizan a los líderes no son de otro planeta, están latentes en nuestros genes, sólo que debemos activarlas más seguido, desarrollarlas, y además por qué no, desconectar otras que no sean apropiadas.

El liderazgo no es algo nuevo querido amigo, es algo que se conoce desde hace mucho tiempo en la sociedad, pero que va tomando distintos enfoques según van cambiando las necesidades de las personas. Por lo general, compara a los líderes con héroes, dioses, presidentes, políticos, deportistas, etc.

Es difícil comprender como puede abarcar a personas tan distintas, en tiempos y lugares diferentes, y establecer cuáles son las características comunes a todos los líderes.

Un líder es aquel que tiene la capacidad de influenciar y tener autoridad sobre un grupo, y que cuenta con una serie de capacidades y características específicas que le permiten ejercer la labor de liderazgo.

Sin embargo, y antes de poder desarrollar conceptos que te clarifiquen que es liderazgo y sus repercusiones en lo personal y en la sociedad, cuando hablamos de liderazgo, por lo general, existe la tendencia a pensar que los líderes sólo son aquellos que a nuestro modo de ver tienen aspectos positivos. Claros ejemplos: Jesús, Simón Bolívar, Gandhi, Juan Pablo II, Nelson Mandela, Juana Azurduy de Padilla, patriota boliviana, luchadora por

la emancipación del entonces Alto Perú de manos del reinado español, entre otros.

Sin embargo, existen personajes que guardan características de gran liderazgo, pero con aspectos negativos. Claras muestras, son Adolfo Hitler, Osama Bin Laden, Charles Manson, etc.

Otra postura es que el liderazgo no es un fenómeno exclusivo de la raza humana, sino que se comparte con los otros animales. Hay un líder de la manada, por ejemplo. Y es algo natural, innato; que se va reforzando mediante demostraciones y conductas ante el grupo. Teorías que le siguieron a ésta han querido poner al hombre en el lugar privilegiado de poder autoconstruirse como líder.

El liderazgo implica una capacidad de convocatoria para que el resto del grupo le siga, implica capacidad de convencimiento, de persuasión y en muchos casos de convencimiento, lo cual no siempre es positivo.

Hitler, era un líder nato, con mucho poder de convencimiento y con una clara inteligencia que lo llevo a manejar masas a su antojo y a convencerlos de que sus ideas eran las correctas y únicas, no es nada fácil tener esa habilidad.

Existe el convencimiento que a un líder nato pueda orientar esa capacidad de liderazgo hacia alguna actividad positiva.

Y nos concentraremos en eso. El sentido positivo que nos da el liderazgo y que cada uno de nosotros, está completamente capacitado para ser.

Reconocidos autores de administración, psicología, autoayuda y política hablan del liderazgo. La gran mayoría determina en sus obras un perfil determinado, y propone además un modelo que facilite al lector visualizar cómo llegar a tener ese perfil. Observando algunos de estos modelos, descubro que tienen muchas cosas en común, sólo que cada autor le da mayor importancia a ciertas características, según el enfoque de su estudio.

Pero parece ser que en el fondo, muchos están llegando a la conclusión de que la grandeza interna es el motor. La grandeza implica buscar la excelencia en todo, y así trascender. Es por eso que encontramos líderes en todas las organizaciones. Porque son personas que buscan mostrar lo mejor de sí. No importa en qué disciplina estén, pero quieren hacerla bien, lo mejor posible.

Los tiempos han transformado las prácticas y con ello las habilidades y características que demanda de los líderes.

A cada líder se le exige una preparación diferente para poder atender las necesidades de su entorno; Conocimiento, saber más de un idioma, estudios universitarios, y capacidad de comunicación son algunos de los aspectos a tener en cuenta para ser líderes.

El líder debe dominar un sinnúmero de funciones, que le faciliten interactuar con el medio y dirigir con eficiencia los destinos de su grupo. Deberá ser estratega, organizador y líder proactivo. Para poder organizar necesita saber hacia dónde va, cómo va a organizarse.

Deberá saber de todo un poco, y también conocer todos aquellos aspectos que pueden afectarlo, estar preparado para enfrentarlo y ser consciente de que a medida que avanza el tiempo además de presentársele en el camino herramientas útiles para sobrellevar cualquier adversidad, aparecen también obstáculos que opacan el panorama.

Es entonces donde deberá demostrar que puede hacerle frente a todo eso y junto con el equipo humano que dirige enfrentarlo, contrarrestarlo, y aprender de ello para experiencias futuras.

Según el Diccionario de la Lengua Española, liderazgo se define como la “dirección, jefatura o conducción de un partido político, de un grupo social o de otra colectividad”. El Diccionario de Ciencias de la Conducta, lo define como las "cualidades de personalidad y capacidad que favorecen la guía y el control de otros individuos".

Otras definiciones son: "El liderazgo es un intento de influencia interpersonal, dirigido a través del proceso de comunicación, al logro de una o varias metas".

Ralph M. Stogdill, considerado el “gurú” de la calidad y liderazgo, en su resumen de teorías e investigación del liderazgo, señala que *"existen casi tantas definiciones del liderazgo como personas que han tratado de definir el concepto"*.

También se entiende como la capacidad de tomar la iniciativa, gestionar, convocar, promover, incentivar, motivar y evaluar a un grupo o equipo. El liderazgo entraña una distribución desigual del poder. Los miembros del grupo no carecen de poder; dan forma a las actividades del grupo de

distintas maneras. Aunque, por regla general, el líder tendrá la última palabra.

El filósofo Hugo Landolfi define al liderazgo como: *“El liderazgo es el ejercicio manifestativo de las actualizaciones y perfeccionamientos de un ser humano, denominado líder, quien por su acción se coloca al servicio del logro, a través de una misión, de uno o varios objetivos propuestos por una visión. Dicha visión debe alinearse y subordinarse necesariamente al bien último del hombre. Los objetivos propuestos por la visión deben incluir y considerar a aquellos objetivos que son individuales -de cada una de las personas que conforman el equipo de liderazgo- conjuntamente con aquellos que son organizacionales”*.

El autor Richard L. Daft, en su libro *“La experiencia del liderazgo”*, lo define como: *“La relación de influencia que ocurre entre los líderes y sus seguidores, mediante la cual las dos partes pretenden llegar a cambios y resultados reales que reflejen los propósitos que comparten. Los elementos básicos de esta definición son: influencia, intención, responsabilidad, cambio, propósito compartido y seguidores”*.

Otro de los conceptos que está ganando terreno en los últimos años es el de neuroliderazgo, el cual hace referencia a una disciplina derivada de la neuroeconomía que se apoya en conocimientos derivados de la psicología y la neurociencia para formar mejores líderes y lograr una mejor gestión empresarial.

Jürgen Klaric, escritor e investigador estadounidense, maneja el término “neuro” en todos sus temas: Neuromarketing, Neuroinnovación, etc. Yo

tuve, no solo el gusto de conocerlo sino estar en sus charlas. Varias veces, lo hemos tenido en Bolivia.

La palabra "liderazgo" en sí misma puede significar un grupo colectivo de líderes, o puede significar características especiales de una figura célebre (como un héroe). También existen otros usos para esta palabra, en los que el líder no dirige, sino que se trata de una figura de respeto (como una autoridad científica, gracias a su labor, a sus descubrimientos, a sus contribuciones a la comunidad).

Junto con el rol de prestigio que se asocia a líderes inspiradores, un uso más superficial de la palabra "liderazgo" puede designar a entidades innovadoras, aquellas que durante un período toman la delantera en algún ámbito, como alguna corporación o producto que toma la primera posición en algún mercado.

Agustín Arieu define al líder como *"la persona capaz de inspirar y asociar a otros con un sueño"*. Por eso es tan importante que las organizaciones tengan una misión con alto contenido trascendente, ya que es una manera muy poderosa de reforzar el liderazgo de sus directivos.

En lo personal, pienso que una regla fundamental en el liderazgo es la empatía. La mayoría de los autores la nombran la regla de oro en las relaciones personales, y es fácil, sencilla y muy efectiva: *"No pongas a las personas en tu lugar: ponte tú en el lugar de las personas"*. En pocas palabras, así como trates a la personas, así ellas te tratarán.

Básicamente, Liderazgo, sería la capacidad de influir positivamente en el otro para el logro de un fin valioso, común y humano. Es el arte por el cual

puedes lograr que las personas hagan las cosas que tú deseas de manera voluntaria sin ejecutar el poder y la autoridad.

Liderazgo es el proceso de influencia en las personas para lograr las metas deseadas. Para ser un buen líder se requiere carisma, inteligencia, poder de convencimiento, sensibilidad, integridad, arrojo, imparcialidad, ser innovador, simpatía, cerebro y sobre todo mucho corazón para poder dirigir a un grupo de personas y lo sigan por su propia voluntad, motivándolos, estimulándolos y así alcanzar las metas deseadas, y que cada quien se sienta satisfecho y tenga la sensación de ganancia y no de pérdida.

Lo que diferencia a un líder con los demás, es su carisma y espíritu de lucha incesante con el fin de lograr un bien común o meta en la vida.

El liderazgo se inició con la búsqueda de las características personales universales que los líderes podrían tener en algún grado mayor que los no líderes.

El nuevo milenio ha transformado las prácticas de las organizaciones y con ello las habilidades y características que el nuevo entorno empresarial demanda de los líderes. El líder de hoy debe poseer un perfil muy distinto del líder de hace varias décadas, cuyo patrón se ajustaba en mayor medida al control y la supervisión.

A los líderes del Siglo 21 se les exige una preparación diferente para poder atender las necesidades de las organizaciones modernas. El líder de hoy debe dominar un sinnúmero de funciones, que le faciliten interactuar con el

medio y dirigir con eficiencia los destinos de la empresa. Deberá ser estratega, organizador y líder proactivo. Para poder organizar necesita saber hacia dónde va, cómo va a organizarse, y en cada etapa saber ser líder.

Cuantos gobiernos, no necesitan realmente un líder que conduzca los destinos de todos los habitantes del país.

Un líder de excelencia, deberá saber de todo un poco, y también conocer todos aquellos aspectos que pueden afectar una organización, estar preparado para enfrentarlo y ser consciente de que a medida que avanza el tiempo además de presentársele en el camino herramientas útiles para sobrellevar cualquier adversidad, aparecen también obstáculos que opacan el panorama. Es entonces donde deberá demostrar que puede hacerle frente a todo eso y junto con el equipo humano que dirige enfrentarlo, contrarrestarlo, y aprender de ello para experiencias futuras.

Aunque con el mero paso del tiempo nos vamos convirtiendo en personas más adultas y con capacidad de tomar nuestras propias decisiones, eso no significa que por otro lado nos dejemos “influir” por ciertas personas cercanas a nuestro círculo. Esto no es que sea algo negativo. Y es que, simplemente, existen muchas personas que por su forma de ser, tienen la capacidad de influir al grupo en post de sus intereses.

Te presento a continuación, algunas técnicas importantes que debemos seguir, centradas en el Liderazgo:

1. **Moldear la Visión:** Lo sencillo es mejor, pues la delegación depende de una de una comprensión compartida de la meta organizacional.
2. **Educar:** Para así formar una organización que apoye el liderazgo hacia alcanzar los objetivos institucionales.
3. **Dar y Obtener retroalimentación:** Escuchar esencialmente al otro. Saber delegar autoridad: Combinar el control centralizado, con la ejecución descentralizada.
4. **No depender totalmente de fórmulas:** Los líderes deben aprender a confiar en sus instintos y desarrollar sus corazonadas. Dejarse llevar el instinto.
5. **Conducir:** Guiar y dirigir a los demás de forma, que perfeccionando la educación e instrucción en el ámbito colectivo, desarrollen la comprensión y cooperación entre todos.
6. **Instruir:** Enseñar las nociones técnicas precisas y dirigir los ejercicios prácticos, para proporcionar a los subordinados los conocimientos específicos que necesiten para cumplir sus misiones

Concluyendo estos simples conceptos con el fin de aclarar un poco tu percepción que tienes sobre el liderazgo, quisiera ofrecerte los mejores libros top de este singular año 2021, que estoy seguro, te brindarán de mucha ayuda, si es que has decidido convertirte en un líder, o en uno mejor. Siempre, y lo más recomendable es que busques asesoría. Una herramienta a manos, son los libros de liderazgo, ya que pueden darte una

guía clara sobre, cómo hacer las cosas de una manera más efectiva. Estos son los mejores libros (hay muchísimos más) sobre liderazgo que cambiarán tu manera de pensar.

- **“Como ganar amigos e influir sobre las Personas”** de Dale Carnegie.

Un clásico sobre como dominar la inteligencia emocional. Esta obra de Carnegie, sigue estando vigente aún después de 84 años de su 1ª edición.

- **“Los 7 Hábitos de la Gente Altamente Efectiva”** de Stephen Covey.

Este libro es considerado clásico para quienes buscan prepararse para una vida exitosa. Si quieres liderar a un equipo de trabajo por ejemplo, necesitas comenzar liderizando tu propia vida y esto implica cambia lo que no está funcionando.

- **“El Líder que no tenía Cargo”** de Robin Sharma.

El objetivo de este libro, es hacerte ver que puedes cambiar el mundo a tu alrededor si te lo propones. Ser líder es una cualidad innata, solo necesitas desarrollarla. Sharma ha trabajado como asesor de liderazgo en grandes compañías como Nike, Microsoft y hasta en la NASA, por lo que no queda duda de que sabe de lo que habla. Otro libro de este autor, es el no menos famoso “El Monje que vendió su Ferrari”.

- **“Los Líderes comen al final”** de Simon Sinek.

Te hará entender sobre el liderazgo empresarial. Este reconocido conferencista, nos trae este best-seller dedicado a la gestión de equipos y estilos de liderazgo. Fundamentado en lo que considera un principio biológico (el jefe come al último), aborda aspectos clave sobre la cultura organizacional. Destacando qué son los buenos y malos líderes, revelándote la naturaleza humana.

- **“Las 21 leyes irrefutables del Liderazgo”** de John Maxwell.

¿Existen leyes universales para el liderazgo?, según Maxwell sí, y si las sigues es casi seguro que las personas lo seguirán a uno. Este libro, explica el arte y la ciencia de cómo ser un líder desde un nivel fácil de comprender y también de aplicar. Te ayudará a entender cuáles son tus fortalezas y en qué áreas tienes más oportunidades de desarrollarte como líder.

CAPITULO VII

“Toda persona tiene una vocación o misión específica en la vida. Toda persona debe llevar a cabo un designio concreto que exige su cumplimiento. Por ello es irremplazable, y su vida, irrepetible. De ese modo, la tarea de cada persona es única así como la oportunidad específica de realizarla”. El hombre en busca de Sentido. Viktor E. Frankl

CONSTRUYENDO UN PROYECTO DE VIDA

“No se puede hacer nada para cambiar lo que ya pasó, pero sí se puede hacer mucho para cambiar lo que viene”

El no tener un proyecto de vida, es como un barco que viaja sin un rumbo determinado.

Importante es realizar un proyecto de vida, porque tiene la función vital de construir nuestra identidad, de organizar de manera paulatina nuestro mundo interior y nuestro mundo exterior.

Un “Proyecto de Vida” es, un plan que una persona se traza para conseguir objetivos en la vida, es un camino para alcanzar metas. Un proyecto de vida es útil por muchas razones, pero quizás la más importante sea porque le da sentido a nuestra vida y nos permite tener anhelos, deseos, motivos y razones para existir.

El hombre de todas las épocas y de manera muy especial hoy, se pregunta sobre ¿Qué es la vida?; podría afirmar que toda actividad humana está orientada hacia el logro de resolver dicho interrogante. No obstante, tal vez nunca antes como ahora, se ha prestado tanto interés al tema.

Conviene entonces que preguntemos, por qué los hombres aspiran siempre a vivir gozosos y para lograrlo deben aprender a administrar su propia vida.

La reflexión sobre la vida es un tema de palpitante actualidad. Todas las ciencias han abordado el tema, la vida misma sigue siendo un interrogante y una inquietud compleja, que el mismo hombre no ha podido descifrar en su más amplio sentido.

En los procesos de la construcción de un ser humano superior, es fundamental el desarrollo de principios y valores, todos ellos encaminados a darle a la vida el lugar y espacio de trascendencia.

El realizar un proyecto de mi vida, enmarca el valor de la vida como el principio y fin, por tal motivo el propósito es identificar la vida como la empresa más importante de todo el universo. Es por eso, que hoy es un imperativo aprender a vivir la vida, aprender a amar la vida, aprender a gozar la vida y sobre todo aprender a gerenciar nuestra propia vida.

Gerenciar con eficiencia nuestra vida, sólo es posible si primero creemos en nosotros mismo, si nos autodescubrimos, si reconocemos nuestras habilidades y sobre todo si tenemos una visión de grandeza. La gerencia implica planear, controlar, manejar recursos intelectuales, emocionales, espirituales, físicos y actitudinales. Es una tarea que exige interiorización; el autoconocimiento y el reconocimiento.

El presente capítulo, tiene como propósito concienciar en la adopción de un riguroso plan de acción con metas programadas, propósitos definidos, visión, misión operativa y sobre todo la valoración de nuestra propia vida. Para tal fin hay que empezar por el conocimiento de nuestras “*debilidades*” y “*fortalezas*”. Pero teniendo siempre presente que el amor propio es el ingrediente fundamental para el crecimiento espiritual y personal.

Se pretende rescatar el goce de aprender a valorar la vida, rescatar la capacidad de asombro ante sí mismo como expresión del milagro de la vida. Porque, el mundo comienza en nuestra piel, con nuestros sentimientos y emociones y termina en la más lejana de las galaxias; dado que el mundo nos afecta e influye sobre todas nuestras acciones de vida.

Cuanto tiempo, no anduve dando tumbos por la vida, por no tener metas en mi vida. Me casé a los 27 años y recién me pude dar cuenta hasta ese momento, que solo vivía por vivir. Sin un propósito claro y definido.

En eso, admiro mucho la cultura norteamericana. Ellos, planifican su futuro. Se preparan para el mañana. Trabajan desde muy jóvenes, ahorran toda su vida para su jubilación. O sea, planifican su propio proyecto de vida.

Nuestra cultura tercermundista nos lleva a vivir el presente... ¡El futuro ya vendrá... El futuro está lejos! Así pensamos. Y el tiempo pasa inexorablemente y el futuro nos alcanza más rápido de lo que creemos.

Por eso, fue decisivo en mi vida, el realizar un replanteamiento y sentir la necesidad de planificar un Proyecto de vida. Planificar metas y objetivos y sobretodo, cumplirlos.

¿Pero en que consiste un proyecto de vida?

Es un plan personal a largo o mediano plazo. Diseñado con el fin de cumplir determinados objetivos y metas concretas, basado en mis gustos personales, valores y habilidades.

Muchas personas fijan su proyecto de vida en base a una carrera universitaria, un trabajo, una pareja o en formar una familia.

La búsqueda del proyecto de vida es un proceso que se da durante toda la vida y puede variar según los objetivos o necesidades de cada persona. Es indispensable que el proyecto y los objetivos propuestos se basen en lo que cada individuo verdaderamente es y lo que quiere transmitir al mundo.

La búsqueda de un proyecto personal implica esfuerzo y autoconocimiento; supone plantear objetivos que lleven a la acción y hacer todo lo que está al alcance para cumplirlos.

Posiblemente en el camino hacia el proyecto, existan variables que la persona no podrá controlar: contratiempos, falta de dinero y de tiempo. Sin embargo, si uno se concentra en aquello en lo que sí puede trabajar, posiblemente esté más cerca de cumplir su proyecto.

La idea que cada persona tenga sobre su futuro depende en parte de la educación. De los valores adquiridos en la escuela y en el hogar pueden ser el impulso o la motivación inicial necesaria para la autosuperación.

La idea de futuro también depende de la personalidad y de la posibilidad de confiar en las capacidades y potencial de cada uno para creerse merecedores y capaces de cumplir todos los objetivos propuestos.

El proyecto de vida también implica lograr un objetivo para el que se deben seguir ciertos pasos que permitan alcanzarlo. Por ejemplo: mi esposa Anyi quiere ser una gran ingeniero comercial, graduándose con un buen

promedio para luego poder trabajar en una empresa importante o crear la suya propia. Lo que hará, será estudiar para recibirse a tiempo, esforzarse para sacar buenas calificaciones y luego ganar experiencia para ingresar más adelante a la empresa deseada.

Algunos valores esenciales que ayudarán en el logro de los objetivos personales son el respeto por la vida, por el prójimo, por el entorno, por uno mismo. Preservar cosas tan importantes como la solidaridad, la perseverancia, la honestidad y la confianza.

Básicamente, un plan de vida, es lo que uno quiere ser, así como las posibilidades para lograrlo.

Un proyecto de vida se basa en tres preguntas existenciales: **quiénes somos, hacia donde vamos y qué debemos hacer**. Las cuales sin embargo son demasiado importantes para permitir que otros las respondan por nosotros. Por lo tanto implican reflexión.

Para realizar un verdadero proyecto existencial y profesional es muy importante la parte de la reflexión, es la parte donde con silencio y soledad, te encuentras a ti mismo y escuchas tu voz interior, pudiendo así responder las tres preguntas existenciales.

Importante: No le preguntes a nadie, que es lo que debes hacer con tu vida: pregúntatelo a ti mismo. Nadie más que tú, sabe lo que quiere.

Existe también los que toman la vida a la ligera, los que no se preocupan por estas preguntas esenciales y simplemente viven, tienen una vida a la ligera y se basan en el momento. Esto está muy ligado a nuestra sociedad actual.

Pero no basta con saber hacia dónde nos dirigimos. Es importante tener un mapa.

Este itinerario o mapa, debe dejar un margen amplio para los sucesos de la vida, en todos los trazos del trayecto.

No se trata de hacer cualquier camino, se debe hacer el mejor, y seguir siempre el más adecuado, porque en ese caminar está en juego nuestra felicidad y la de otros.

Querido amigo, para lograr un proyecto de vida, debes seguir varios pasos importantes,

El Autoconocimiento, la introspección. Darte tiempo para en “estar a solas” contigo mismo.

¿Qué cosas te gustan? ¿Qué cosas te disgustan? ¿Cuáles son tus habilidades? Estas son algunas de las preguntas que debes hacer a la hora de definir quién eres y hacia dónde quieres ir.

Este llamado autoconocimiento, es uno de los pasos más importantes para definir un proyecto de vida personal; ya que en la medida en la que estés alineado a lo que el individuo es, más liviano se hará el camino y mayor será tu recompensa.

Es indispensable que estés convencido de los objetivos y metas a alcanzar y así encuentres en su interior la energía para lograrlos. Este puede parecer

un camino difícil y largo, pero te aseguro que será gratificante y te ayudará a concretar los siguientes pasos:

1. **Revisa tus proyectos:** Es importante que la persona revise los objetivos que alguna vez se propuso para ver si responden a sus intereses e inquietudes de hoy. ¿Este es mi proyecto de hoy o de cuando era niño? ¿Es mi proyecto o es el de mis padres?

Con el correr de los años, se puede notar que las personas con las que se recorrió un largo camino (en la escuela, en la universidad) comienzan a transitar sus propios proyectos y descubrir su plan de vida. Los padres tienen un plan de vida, los hermanos tienen otro plan de vida, los amigos, otros planes.

Las diferencias no deben afligirte, sino motivarte para salir al encuentro de tu propio destino. Tener un proyecto de vida que cada uno arme a medida permite alcanzar una vida más serena y feliz alineada a lo que cada uno es, independientemente de que se puedan o no cumplir todos los objetivos que se han propuestos.

2. **Plantearte objetivos y metas propias:** En este paso, es necesario que la uno analice su vida al día de hoy (viendo qué quiere cambiar, qué quiere dejar como está) y sus verdaderas necesidades. Así, fija objetivos y piensa en metas que llevarán a ellos. Es importante visualizar cómo se va a lograr todo lo que se quiere y no dejar de creer en el poder de la imaginación: está probado que visualizar situaciones e ideas ayuda a ser más positivo y reactivo.

3. **La acción:** Esta, implica que pongamos todo de sí para lograr los objetivos. Esto supone, también, desarrollar una tolerancia a la frustración cuando los planes no salen como se esperaba e ir variando los pequeños objetivos o metas que conforman nuestro proyecto de vida.

Paralelamente, existen una serie de valores que son fundamentales a la hora de encarar la ejecución de objetivos:

1. **Optimismo.** Si se logra cumplir con esta característica, la vida será más fácil. El optimismo permite ver siempre el lado bueno de todas las cosas que ocurren. Ser una persona optimista es una cuestión de ejercitación diaria.
2. **Autoconfianza.** La confianza en uno mismo puede verse afectada por situaciones que se hayan atravesado pero, al igual que el “optimismo” es necesario ejercitar la autoconfianza. La persona debe comenzar a sentir confianza en lo que es, aceptarse a sí mismo y a partir de allí empezará a sentirte distinto y capaz de lograr todo lo que te propongas. (Te recomiendo, volver a analizar el Capítulo 4º).
3. **Paciencia:** Confeccionar tu proyecto de vida es un proceso que no se logrará de la noche a la mañana, ya que es necesario atravesar la vida para ir logrando cada objetivo. Para lograr cada cosa propuesta es cuestión de ser paciente: este trayecto no es para ansiosos.

Cuando se vayan logrando las metas, se irán abriendo nuevas puertas y nuevos objetivos.

Todo está en lo que tú quieres para ti. Todo está ahí, en tus pensamientos.

¿Sabías que tu mente es la fuerza que tiene el poder de materializar todo cuanto sale de ella y que cada idea que piensas hoy, estará creando tu futuro mañana en todos los aspectos de tu vida? ¿Sabías que puedes tener el control de tus pensamientos y emociones, y ambas repercuten en ti, física, mental y espiritualmente? No dudes de ello.

Algunas veces has pensado que los pensamientos, creencias y actitud ante la vida rigen tu destino, pero no alcanzas a imaginar las dimensiones que esto puede tener. Pues resulta que todo lo que tienes en tu vida no es más que la cosecha de la siembra, de lo que haces o dejas de hacer. Tu presente es producto del pasado, y tu futuro lo construyes en el presente. Si en tu presente existe algo que no funciona bien, es tiempo de cambiar, para poder vivir un futuro como siempre lo has deseado.

Pon mucha atención en esto:

Piensa en lo que quieres ser, hacer y tener. Piensa en ello a menudo hasta que lo tengas muy claro; cuando logres dicha claridad, no pienses en nada más. No imagines otras posibilidades. Disciplina tu mente para que mantenga con firmeza el pensamiento creador original. Cuando tus pensamientos sean claros y firmes empieza a hablar de ellos como verdades, grítalos fuerte y utiliza el gran mandato que hace surgir el poder creador "Yo soy a los demás". El "yo soy" constituye la más poderosa afirmación creadora del universo. Sea lo que sea que pienses, sea lo que

sea que digas tras la palabra Yo soy, pondrás en movimiento dichas experiencias, harás que surjan, las llevarás a ti.

Aprende a controlar tus pensamientos, a pensar en lo que quieres.

Te invito a que sigas estos 4 pasos para que puedas crear tu Proyecto de Vida. Son los pasos a seguir en tu vida, pues te recuerdan cuál es el orden las cosas, la importancia de ellas y las formas para lograrlo.

1. Toma varias hojas de papel, toma una de ellas y la divides a la mitad trazando una línea vertical en la hoja de papel. Uno de los lados, es el presente y el otro es el futuro. En el lado del presente debes ubicar todos y cada uno de tus sueños y metas en orden de importancia, al otro lado, pon el año o fecha en el que piensas podrá realizarse este sueño.
2. Una vez realizado el punto 1, toma una segunda hoja de papel, en ella debes enumerar tu sueños y deseos según el orden que les has puesto en el punto 1, de esta forma sabrás cuales son más importantes que otros.

Una vez tienes esta hoja, debes dividirla en la mitad, en un lado tienes tus fortalezas y en el otro las debilidades con relación a ese sueño o deseo.

Es importante que conozcamos nuestras propias fortalezas y debilidades, de esta forma es más sencillo pedir ayuda o conseguir las formas de equilibrar las cosas para lograr lo que queremos.

3. En una tercera hoja, pon en el mismo orden, las cosas que necesitas para lograr tus sueños, desde objetos hasta procesos mentales por los que debes pasar.

Intenta hacer un cronograma, de esta forma puedes dividir el tiempo, y sacar unas horas diarias o semanales en el trabajo de conseguir nuestros sueños, cada que realices una de esas actividades, la eliminas de la lista para ver la evolución.

Debes evitar poner sueños o deseos que sean fantasiosos o imposibles, sé más realista y ubica sueños que sean posibles de realizar.

No te pongas metas muy altas, metas pequeñas de paso a paso, que puedas alcanzar, en un día, en una semana en unos meses, metas pequeñas recuerda.

Finalmente querido amigo, tu travesía en la construcción de tu proyecto de vida, debe implicar tu realización individual y social en el marco de valores y principios, que den forma a tu acción y le den un verdadero sentido a tu vida.

CAPITULO VIII

“El tiempo es la divisa de tu vida. Es la única divisa que tienes, y solo tú puedes determinar cómo será gastada. Sé cuidadoso y no permitas que otras personas la gasten por ti”. Carl Sandburg

EL VALOR DEL TIEMPO

“Al final de la estadía el elegido y amado Almustafa, quién fuera “aurora luminosa” para la época en sus días, había esperado doce años, en la ciudad de Orfalase, el retorno del barco que debía llevarlo de regreso a su isla natal. Momento antes de su partida, el pueblo reunido, desde todos los confines de su región, en la plaza, frente al templo y su sacerdotisa; pide, al ahora Maestro, que hable, que enseñe lo que ha descubierto, que les regale con lo que le ha sido develado para ellos transmitirlo a sus hijos y éstos a los suyos.

Entonces un astrónomo se dirige hacia él y le dice:

Maestro, ¿qué es el tiempo?

Y él responde:

Te sería posible medir el inconmensurable e infinito tiempo;

Te sería posible regular perfectamente tu conducta, y el curso de tu pensamiento con las horas y las estaciones;

Te sería posible hacer del tiempo un río a cuyos bordes irías voluntario a sentarte para contemplar su curso.

- *Si de la parte intemporal de ustedes, mantuvieran siempre, conciencia de la perennidad de la vida,*

- *Y la conciencia de los días pasados nunca hubiese sido más que la memoria del hoy, como los días de mañana no serán más que los sueños de hoy.*

Pues lo que en ustedes canta y contempla es el lejano eco de la deflagración original en que se esparcieron las estrellas en el cielo.

¿Quién de entre ustedes no siente con cuánta intensidad podría amar?

Y no obstante, ¿Quién no se entristece porque ese amor ilimitado, queda encerrado en el centro de sí mismo, no moviéndose sino de un pensamiento amoroso a otro pensamiento amoroso o de acto de amor a otro acto de amor? ¿Y el tiempo no es acaso como el amor, sin división y sin lugar?

Pero, si en el pensamiento tienen que dividir el tiempo en estaciones, hagan que en cada estación se pueda identificar todas las otras estaciones. Y dejen que el recuerdo se funda hoy con el pasado, y que el futuro se funda con el deseo.” (Extracto de “El Profeta” de Kahlil Gibran)

Para analizar sobre el tiempo y el valor que este engloba, viajé a través de las estaciones, para reencontrarme con las obras de Kahlil Gibran, gran filósofo Libanés, que en mi niñez dejó grandes huellas para mi vida. Uno de sus más preciados libros, llamado el “Profeta”, fue escrito en 1896, como producto de sus propias experiencias. El nombre Khalil, de origen Árabe, significa “*amigo*”.

¿Cuántas veces escuchamos: “No tengo tiempo...” o “Me faltan horas...”? , muchísimas. Vivimos en una sociedad que va más rápido de lo que se puede permitir. Muchas personas experimentan la sensación de falta de

tiempo y es que se produce una excesiva acumulación de tareas a realizar en un tiempo relativamente corto. No tenemos razón, ninguna época anterior ha ofrecido ciclos vitales tan largos como los nuestros. ¿Qué habrá que hacer entonces? Supongo que descubrir nuevas formas de usar el tiempo y de disfrutarlo de verdad.

Siempre hacemos lo que es urgente lo primero, de prisa y corriendo. Creo que esto no debería de ser así. En la vida, las actividades deben de organizarse según el nivel de importancia que tengan. Primero hay que hacer las cosas importantes, luego las urgentes. Si lo haces al revés puede que te dejes algunas importantes por hacer...

Imagínate que existe un banco que cada mañana te ingresa en tu cuenta la suma de \$us 1.000. No existe la posibilidad de arrastrar el saldo de un día para otro, sino que cada noche se borra cualquier cantidad de la cuenta que no uses durante el día...

¿Qué harías? ¡¡Retirar hasta el último dólar por supuesto!!

Cada uno de nosotros tiene ese banco. Su nombre es "Tiempo". Cada mañana, este banco te acredita 1.000 segundos. Si no usas el depósito del día, la pérdida es tuya. "Debes vivir el presente" con el saldo de hoy.

Y el reloj sigue su marcha... inexorablemente.

Para comprender el valor de "un año", pregúntale a un estudiante que ha fallado en un examen final.

El valor del tiempo de un enfermero de primera línea, en la Unidad de Tratamiento Intensivo, atendiendo a un paciente entubado con Covid 19. O el valor del tiempo, del paciente que está postrado en la cama.

En definitiva, el tiempo no espera a nadie. Es importante que a veces te pares y reflexiones. ¿Te gusta cómo eres ahora? ¿De verdad haces todo lo que quisieras en un día? ¿Y si fuera el último de tu vida? Es sólo una reflexión que sería buena que hiciéramos, porque vida sólo hay una y ni siquiera sabemos cuánto va a durar. ¿Será mejor que aprendamos a aprovecharla siempre, no? La clave igual no está en administrar horas o minutos, sino a nosotros y a nuestras acciones. Habrá que “priorizar” y no olvidar las cosas que realmente importan, porque a veces no te das cuenta, pero la vida es aquello va sucediendo mientras te empeñas en seguir otros planes.

Aunque parezca obvio, el tiempo no se puede almacenar. Simplemente transcurre. Se dice que cuando nacemos somos ricos en tiempo, puesto que tenemos toda la vida por delante, pero nadie puede cuantificar esa riqueza, ya que nadie puede saber cuánto va a durar la vida de una persona.

Pero esa riqueza es una certeza, ya que ese tiempo se puede dedicar a tantas cosas como la libertad humana nos permita. Teniendo en cuenta que esa misma libertad nos marca el camino, puesto que con cada decisión que tomamos abrimos nuevos caminos y abandonamos otros.

Esto nos lleva a una consecuencia: dedicamos más tiempo a lo que más nos motiva. Esta motivación puede ser afectiva, económica, de prestigio,

por sentido del deber, etc. Curiosamente, en muchas ocasiones utilizamos este tiempo como moneda de cambio.

En el campo afectivo, entregamos parte de nuestro tiempo gratuitamente a las personas que apreciamos, pero ellas, a cambio, también nos entregan parte del suyo en esa convivencia. Por ejemplo, ahora podemos dedicar mucho tiempo en el cuidado de los hijos y lo hacemos generosamente, pero también esperamos que cuando seamos mayores, estos hijos no nos abandonen y, aunque solo sea una vez a la semana, vengan a visitarnos al hogar de ancianos. En realidad, es un intercambio de tiempo que se realiza de forma generosa y sin cuantificar.

En el campo laboral lo que acabamos haciendo es cambiar nuestro tiempo por una remuneración económica. En definitiva. Vendemos las ocho horas diarias de la jornada laboral a una persona, que puede ser nuestro jefe o nuestro cliente. En esta consideración hay que tener en cuenta ciertos matices. No solo vendemos nuestro tiempo, también vendemos nuestras habilidades para realizar el trabajo correctamente.

Unas habilidades a la que, posiblemente, hemos dedicado bastante tiempo y esfuerzo en formación y en práctica para adquirirlas, mejorarlas y mantenerlas. Con lo cual vendemos nuestro tiempo presente y también el tiempo pasado empleado en nuestra educación y formación.

A veces este tiempo es muy amplio. Pensemos, por ejemplo, en un médico, que además de una carrera universitaria ha tenido que realizar una

especialización que dura varios años y que ha de continuar formándose y actualizándose.

Por eso, yo me pregunto ¿cuánto vale mi tiempo? Y también te pregunto ¿cuánto vale tu tiempo? Y no solo a nivel económico. Creo que este es un aspecto importante cuando hablamos de relaciones laborales, puesto que gracias a la economía podemos vivir. Pero en las actividades que hacemos hay mucho de motivación y de emoción. Y eso no se paga con dinero. El beneficio es de otro tipo: reconocimiento personal, satisfacción interna, sentido de hacer algo bien hecho, etc.

El tiempo, en definitiva, es algo que tenemos y que “perdemos a lo largo de la vida”. Que esta pérdida de tiempo se sienta como algo provechoso solo depende de nosotros y de la capacidad de valorar el día a día, de encontrar razones para vivir con intensidad cada momento y de sentir que la vida tiene muchas experiencias distintas.

Todas las experiencias son válidas. Solo hay que dar el valor oportuno a cada una de ellas.

Pensemos que quizá a aquello a lo que nos es más fácil dedicar nuestro tiempo es aquello que más nos motiva porque de hecho es para lo que dedicamos lo más valioso que tenemos: Nuestro tiempo.

Después de haber analizado varios aspectos importantes sobre lo que definimos que es la administración del tiempo, podemos concluir que es una herramienta muy importante en la vida de todas las personas y que

debemos usar correctamente para no desperdiciarlo, pues el tiempo es irrecuperable y debe dársele el mejor uso; por lo que se recomienda establecer prioridades. El tiempo está sujeto a modificaciones en nuestra vida diaria, a su vez está clasificado en dos categorías; lo importante y lo urgente por esto es recomendable decidir cuál actividad vas a realizar durante el día para así dar el uso necesario al mismo sin descuidar los objetivos.

Controlar y aprender cómo darle al tiempo buen uso, es facultad de los que desean entrar en la historia de los triunfadores. Si los humanos nos concentramos de una manera organizada a establecer e ingeniar programas para la administración del tiempo no existiría tanto incumplimiento y la palabra pero... ¡no fui a clase hoy, porque me levanté tarde, pero mañana voy! Nunca hay que dejar que esas debilidades nos dominen, no habrá otro momento como ese presente día, nuestra participación es hacer llegar a los interesados especialmente a los emprendedores que reflexionen como quieren dirigir su futuro: te recomiendo que planifiques, que consultes, que no des vuelta al pasado. Tu juventud es la alegría de la existencia de todo ser: ríes, lloras, saltas, corres, juegas, piensas, bailas, descansas, pero si olvidas, que esa juventud pasa tan rápido como el viento en tu entorno te sentirás frustrado, recuerda que la esperanza y la alegría de tus padres eres tú.

El famoso productor musical Raphy D'Oleo, acotaba en una de las estrofas del poema "No tengo tiempo", de un padre a su hijo:

"Hijo, no tengo tiempo para abrazarte, no tengo tiempo para hablar con niños así sin ton ni son. Porque qué entiendes tú de computadora, comunicación, cibernética, racionalismo, informática. Cómo puedo detenerme a conversar contigo. Sabes hijo, no tengo tiempo. Pero lo peor de todo, lo peor de todo es que si murieras ahora, ya, en este instante, me quedaría con un peso en la conciencia, porque hasta hoy no encontré tiempo para jugar contigo, y en la otra vida, seguramente Dios, no tendrá tiempo de dejarme al menos verte"

Que fuerte, pero real.

Las personas que conocen lo que quieren encuentran una vida llena de oportunidades. Un propósito preciso hace más fácil desarrollar la disciplina requerida para formar buenos hábitos y los buenos hábitos les permitirán alcanzar sus metas.

El principal objetivo es mejorar las formas en que usas tu tiempo. Comprométete con la acción hoy mismo pero sin esperar milagros. No esperes un cambio dramático. Los hábitos que controlan la forma en que utilizas tu tiempo no se formaron de la noche a la mañana. Solamente los esfuerzos persistentes te permitirán cambiar.

Además, entiende que nunca podrás controlar el 100% de tu tiempo. Hay algunas porciones del día que simplemente no podrás controlar. Si conscientemente controlas entre el 25% y el 50% de tu día, puedes lograr un significativo incremento en tus resultados. Controlar el 25% del día puede representar el encontrar más de una hora adicional en que puedas resolver tareas importantes. La mayoría de las personas pierden al menos una o dos horas cada día. Recuperar este tiempo representaría un esfuerzo meritorio.

¿Qué significa que tengas una hora extra cada día para realizar las cosas más importantes?

Una hora cada día te puede permitir realizar aquel trabajo que normalmente llevas a casa cada noche. Una hora diaria puede ser el tiempo necesario para dar inicio al proyecto que aún no has implantado. Una hora al día puede darte la oportunidad de desarrollar tu plan de Vida. Una hora al día pudiera agregar de 15% a 30% a tu ingreso personal. Como un ejecutivo señalara “la diferencia entre el éxito y el fracaso es, probablemente, no más de una a dos horas cada día”.

Comprométete con el éxito. Comienza donde te encuentras ahora. Para los sueños, referidos al mañana y comienza a vivir en el hoy. Si no lo puedes hacer en grandes porciones, hazlo en pequeños segmentos de tu vida. Actúa como la clase de persona que te gustaría ser y llegaras a serlo.

Recuerda que tu éxito en la administración del tiempo tiene que ver con los propósitos de tu vida y con el compromiso para cumplir con esos propósitos. Examina tus metas y hazlas tan grandes como puedas. Las grandes metas las hacen las grandes personas.

Recuerda también que no podrás tener éxito más allá del propósito al cual deseas llegar y alcanzarlo no será completado hasta que formes el hábito de no fracasar en las cosas que emprendas. Debes hacer un hábito de poder administrar tu tiempo y sacarle partido.

Los hábitos son importantes para lograr éxito. Las personas forman hábitos y estos forman “futuro”. Si no formas hábitos conscientemente, te estarás formando inconscientemente.

El uso del tiempo es un hábito. Para mejorarlo, debes descubrir tus hábitos actuales y cambiar aquellos que sean necesarios. Debes clarificar tus metas. Debes preguntarte constantemente: ¿Cuáles son los resultados de mis acciones? Debes aprender a planificar tu tiempo cada día, cada semana, cada año. Debes resolver el uso del tiempo de varias maneras.

El éxito querido amigo, requiere compromiso. Comienza cuando estés listo. Evalúa tu potencial, luego exponte a los riesgos y a las recompensas de enfrentarte a ellos. Si no comienzas, probablemente no llegarás a ninguna parte.

Si te has sentido un perdedor durante el mayor tiempo de tu vida, comprende que es posible volver a comenzar. Encuentra una meta, un propósito en el cual estés sinceramente interesado y al cual puedas dedicar toda tu atención. ¡Te asombrarás al lograrlo! Sin una meta y un sincero compromiso de cumplirlo, continuarás modificando tus expectativas, desviándolas cada vez a niveles de rápidas realizaciones.

Tu éxito, es darle tiempo a tu tiempo. Y el éxito, solo depende de ti.

Te dejo, una de las citas más célebres de Peter Drucker, padre del management, con respecto a la importancia de la gestión del tiempo: *“El tiempo es el más escaso de los recursos y, a menos que se administre, ninguna otra cosa podrá administrarse”*

CAPITULO IX

“El éxito en los negocios requiere entrenamiento, disciplina y trabajo duro. Pero si no tienes miedo de estas cosas, las oportunidades son tan grandes hoy como las han sido siempre” David Rockefeller.

EMPRENDER... EL SIGUIENTE NIVEL

A todos en algún momento se nos ha pasado por la cabeza crear nuestra propia iniciativa, de cómo generar o crear una empresa, pero seguramente hemos pensado ¿cómo empiezo? ¿Cuál es el primer paso? ¿Qué tengo que hacer?

Lógicamente, cada emprendedor es un mundo y cada iniciativa también, por ello, es necesario dejar claros ciertos aspectos. Para iniciar no hay soluciones estándar, lo que es bueno para unos puede ser nefasto para otros y las estrategias adecuadas en un determinado momento y para una iniciativa concreta, pueden resultar inadecuadas para otros. Conclusión, no hay una fórmula mágica del éxito. Las acciones y elecciones se deben tomar tras un análisis de la situación individual, si no es así, se comienza mal a caminar.

Por otro lado, ser emprendedor puede ser una experiencia muy satisfactoria. Crear y hacer crecer algo propio, con nuestras decisiones y esfuerzo, puede resultar muy enriquecedor y, a medio plazo, rentable, pues lógicamente tenemos que mantenernos y vivir. Para ello, lo ideal es que el emprendedor tenga un espíritu vocacional y sea eso lo que le guíe a lo largo de su aventura empresarial.

Emprender por cuenta propia porque no queda más remedio siempre es peor lugar de salida que, emprender porque es lo que uno verdaderamente desea. El emprendedor precisa de un carácter especial donde la ilusión sea el impulso principal de la iniciativa, sin ella, no habrá recompensa, ni personal ni de otro tipo. Si uno emprende porque "no tiene otro remedio" entonces debe cambiar su forma de pensar, debe ver su futura iniciativa no como la última salida sino como una estupenda oportunidad de hacer lo que quiere hacer y de tener algo propio que perdure y sea el producto de su esfuerzo y su capacidad.

En los últimos meses, consecuencia directa de la Pandemia sufrida por el Covid 19, las economías de los países se han ralentizado (por no decir parado) y no escapa a este efecto nuestro país Bolivia. Los datos apuntan que en Bolivia están siendo afectados miles de trabajadores del sector servicios y turismo principalmente y se han perdido otras miles de empresas más.

Según un artículo del periódico nacional "Página Siete" en una entrevista al Sr. Ivo Blazicevic, Presidente de la Cámara Nacional de Industrias, comenta: "Se ha cerrado una industria por día y a octubre de este año 317 industrias han cancelado su matrícula de comercio, de acuerdo con datos que nos proporciona Fundempresa. Del total de empresas se han cerrado 4.656 matrículas a octubre y de ahí 317 son industrias",- sostuvo el titular de la Cámara Nacional de Industrias durante la evaluación anual de la institución.

En fin, el caos social y económico, derrumba sueños y posibles emprendimientos.

No obstante, siempre se afirma que en periodos de crisis también surgen nuevas oportunidades, que se pueden aprovechar para generar un nuevo negocio, transformar el modelo, emprender y generar tendencias de cambio que permiten nuevos ecosistemas emprendedores.

Los japoneses, dicen que “crisis”, viene de “crecer”.

Que más claro ejemplo nos ofrece Japón como un país netamente emprendedor. Tiene un territorio muy pequeño, del cual el ochenta por ciento es montañoso, no apto para la agricultura ni la ganadería; sin embargo, es una potencia económica mundial que, a manera de inmensa fábrica flotante, recibe materias primas y las exporta, transformadas, a buena parte del planeta, obteniendo de ello riqueza.

En tiempos de crisis y de incertidumbre, siempre podemos pasar a la acción y quedar paralizados. Y en emprendimiento, si queremos algo activamos un plan de acción para tratar de superar con éxito los obstáculos.

La pandemia ha generado oportunidades que ha acelerado procesos de cambio y transformación que llevaban pendiente algunos años como la digitalización de las empresas, el teletrabajo o la formación online. En estos momentos, en el que el planeta está sumido en una crisis sanitaria, social y económica sin precedentes, el emprendimiento digital, tecnológico, audiovisual, sanitario, etc. ha crecido, y se están impulsando proyectos de utilidad a raíz de nuevos problemas, demandas diferentes, modificación de pautas de consumo y de ocio que la “nueva normalidad” va a requerir.

Debemos de tener presente que oportunidad es globalización e innovación, detectar espacios que ni siquiera existen aún y que requieren de creatividad. La crisis ha puesto de manifiesto que los negocios deben ser más colaborativos, más conectados, más globales y más innovadores.

Los emprendedores tienen que ser más innovadores, más globales y más colaborativos. Oportunidades en tiempo de crisis.

No obstante, no quiero centrarme en los problemas que se han generado en este período de crisis mundial, sino analizar el “emprededurismo”, siendo el mejor camino para crecer económicamente, para ser independientes, y para tener una calidad de vida acorde a nuestras expectativas lo cual implica desarrollar una “cultura del emprendimiento” encaminada a vencer la resistencia de algunas personas a dejar de ser dependientes.

Lo que sí parece claro, querido amigo lector, es que posibilidades de emprendimiento hay. Siempre hay nichos que no están cubiertos, teniendo en cuenta que los procesos de toma de decisiones de consumo también cambian y se transforman.

Pero que significa ser un “emprededor”. Analicemos un poco.

Un emprendedor, es una persona que detecta una oportunidad, la analiza, la estudia y proyecta su plan de negocios para crear una organización.

Un emprendedor es aquella persona que posee olfato y que sabe encontrar las oportunidades, como dije anteriormente no siempre la idea surge

espontáneamente, sino que muchas veces la idea se obtiene de un tercero y se la lleva al éxito.

Un emprendedor es capaz de desenvolverse autónomamente y en forma eficiente en lo que hace.

Alguien que cree en sus ideas y que es apto de llevarlas a cabo, de encontrar la manera de materializar sus sueños.

Alguien que se enamora de lo que hace y es capaz de enfrentar obstáculos y riesgos para lograr lo que quiere.

Alguien que aprende de sus errores, que no se inmoviliza o abandona cuando se equivoca o fracasa, que intenta salir adelante pese a las dificultades que encuentra

Es alguien que tiene entusiasmo, mucha energía y fortaleza.

El emprendedor puede tener miedo, pero el miedo no lo paraliza.

Todo esto significa que es alguien que cuenta con una dosis alta de autonomía e independencia.

¿Te identificas un poco? Vemos cuales son los elementos comunes que engloba a un “emprendedor”

- **Emancipación:** búsqueda de la libertad y la independencia.
- **Moderación en la ambición de dinero:** La gran mayoría ve al dinero como una consecuencia inevitable del emprender.
- **Pasión:** Emprender es estar dedicado en mente, cuerpo y alma.

- **Resultados:** Los grandes emprendedores sueñan, pero sobre todo hacen, hacen y hacen.
- **Novicio** (actitud de aprendiz): gran humildad y una voluntad permanente.
- **Optimismo y sueños:** Todos tienen una clara visión y esperanza.

El emprendedor es una persona que sabe descubrir y encontrar cosas novedosas, que ve lo que, por ahí, otras personas no ven, y que a partir de eso da forma a una idea y la convierte en una empresa exitosa. No sólo son “emprendedores” las personas que crean empresas, también los empleados pueden actuar como emprendedores dentro de su empresa creando y desarrollando internamente sus planes de carrera y logrando el tan deseado ascenso.

Es importante la preparación mental del candidato a empresario, no desde la óptica que debe superarse para formar más y mejores creadores de empresas, sino que debe encontrar en su mente esas habilidades que son propias del emprendedor.

La persona que se plantea el reto de poner en marcha un negocio propio debe desarrollar múltiples habilidades psicológicas para superar con éxito las duras fases del diseño, puesta en marcha y primeros meses de vida de la empresa.

Estas habilidades se pueden aprender y mejorar con el ejercicio de una serie de técnicas sencillas. Las personas que son verdaderamente emprendedoras y que triunfan, tienen la capacidad de aprender de sus fracasos y errores, y de obtener y desarrollar el valor para seguir adelante,

volviendo a retomar una y otra vez el proyecto hasta llevarlo por el buen camino.

Dentro de las características que se encuentran en un emprendedor, podemos destacar: Es un planificador, es estratega, es creativo, es soñador. La forma en que se plantean las decisiones, y se actúa en determinadas situaciones dejan de ser expresiones innatas, para pasar a ser cosas que se pueden aprender y dominar desarrollando un correcto proceso de entrenamiento.

Y no olvides esa profunda frase que nos legó el gran filósofo chino Lao Tse: “Un viaje de mil millas, comienza con el primer paso”

¿Estás listo para dar el tuyo y poner en acción ese emprendimiento que está en tu mente... ahora?

“La gratitud abre la plenitud de la Vida. Convierte lo que tenemos en suficiente, y más. Convierte la negación en aceptación, el caos en orden, la confusión en claridad. Puede convertir una comida en una fiesta, una casa en un hogar, un extraño en un amigo” Melody Beattie

EPÍLOGO

Hemos hecho un viaje. Un viaje por el legado que los grandes iluminados me han acompañado en mi crecimiento y que hoy me permiten entregarte y compartir contigo (con la más grande de mi humildad), estas líneas, esperando ayuden también en tu crecimiento en busca de la luz... la de tu crecimiento interior para engrandecer tu vida y la vida de los demás.

Por eso, quiero finalizar este libro, solo dando “gracias”.

Gracias a Dios, por haberme iluminado para poder escribir este libro.

Gracias a mis padres, por enseñarme a caminar en esta vida y por su eterna paciencia por guiarme para ser mejor cada día.

A las personas que me negaron su ayuda, porque me permitieron esforzarme para salir adelante.

A los que siempre e incondicionalmente me tendieron una mano cuando la necesité para saber que existen los amigos.

A mi esposa, porque a pesar de ser mucho más joven que yo, equilibró mi existencia y me recordó cuán importante es no perder la inocencia de la niñez y reconocer el amor y la madurez que nos ofrece una mujer.

Agradecer a las caídas, porque me enseñaron a levantarme y seguir caminando.

Agradecerle a la vida, cada amanecer y cada atardecer, para recordarme que somos efímeros y que debemos vivir cada segundo.

Agradecer a los que ya partieron, para tener siempre presente que la vida es un viaje y la muerte es el retorno al hogar.

A mi familia, para que nunca olvide que una casa se construye con ladrillos, pero que solo es el amor el que cimenta un hogar.

Finalmente agradezco a los que han leído cada una de las líneas, esperando haberles aportado en algo, lo que nació de mi alma para compartirla con ustedes.

No quiero despedirme, sin antes dejarles un mensaje escrito por el gran genio del celuloide Charles Chaplin:

- 1. Nada es eterno en este mundo, ni siquiera nuestros problemas.*
- 2. Me gusta caminar bajo la lluvia, para que corra con mis lágrimas.*
- 3. El día más desperdiciado de la vida es el día en No reímos.*

4. *Los seis mejores médicos del mundo:*

- a. *El Sol*
- b. *El Descanso*
- c. *Los Ejercicios*
- d. *La Dieta*
- e. *La Autoestima*
- f. *Los Amigos*

Si ves la luna, verás la belleza de Dios.

Si ves el sol, verás el poder de Dios.

Si ves el espejo, verás la mejor creación de Dios.

Así que créelo.

Todos somos turistas, Dios es nuestro agente de viajes que ya ha fijado nuestros itinerarios, reservas y destinos.

¡La vida es solo un viaje! ¡Vive el presente!

José Alexander Moreira Anthony



FIAT LUX

Cada capítulo de este libro, te lleva al excepcional viaje que debes transitar, para guiarte hacia tu éxito y desarrollo personal. La felicidad, tu autoestima, tu búsqueda del liderazgo, el manejo de tu tiempo y la planificación de tu vida, son algunos de los temas, que Fiat Lux ("Sea la Luz"), se analizan en profundidad el legado de los grandes maestros iluminados del conocimiento.

José Alexander Moreira Anthony

