

**Mito #7: El éxito es un lugar al que
debemos llegar**

***Realidad #7: El éxito es cuestión de
estrategia, no de un estado***

“Porque caminar esperanzado es mejor que llegar.”

Robert Louis Stevenson.

No hay caminos para el éxito, el éxito es el camino

Cuando pensamos en una persona exitosa normalmente la vemos en una especie de “estado de éxito”. Pensamos, de forma simplista, que vive todo el tiempo inundada de lujo, dinero y fama. Así solemos ver a los famosos de Hollywood, como en un estado de eterna gloria: Viven ahí, en sus mansiones, disfrutando de los lujos de la vida todo el tiempo. También aplicamos el mismo prisma deformado para ver a la gente que ha fracasado. La solemos categorizar como “perdedores” y suponemos que constantemente viven en ese estado de inferioridad. De hecho, existen muchas personas que dividen el mundo en ganadores y perdedores, en gente exitosa y fracasada, como si cada uno viviese en un lugar completamente diferente y a cada uno no le quedara sino aceptar que nació en un mundo u otro.

Sin embargo, para ser exitosos tenemos que ver el éxito como una estrategia de vida, no como un estado que hay que alcanzar. Ya mencioné anteriormente que muchas personas dicen: “Cuando cumpla este objetivo me sentiré feliz y exitoso”. Cuando se le pregunta a la persona por qué se sentirá feliz justo en ese momento, la mejor respuesta que da es: “Pues, no sé, supongo que porque en ese momento decidiré sentirme feliz”. Así que, si es una cuestión de decisión, ¿por qué no sentirte feliz mientras caminas hacia tus objetivos? ¿Quién dijo que no podías hacer las dos cosas al mismo tiempo?

En esta sección quiero profundizar en el hecho de que el éxito es justamente eso: una estrategia, no un estado. El éxito es un camino, no una meta. Una de las cosas que hago en los cursos que imparto es pedir a los participantes que escriban su propia definición de éxito. En muchos casos cometen el error de definir el éxito como una meta. Tomando como ejemplo el área financiera, una definición de éxito podría ser: “Tener un millón de dólares”. No hay nada de malo en marcarse esto como objetivo, pero sí en definir el éxito como una meta. Ya hemos visto que la mayoría de nosotros conseguimos algo e inmediatamente nos lanzamos a por otra cosa. Así que, si alguien define el éxito como “tener un millón de dólares”, ¿qué crees que va a pasar cuando haya obtenido ese milloncito? ¡Va a querer otro millón más! ¿Por qué? ¡Porque crecer es parte de la naturaleza humana! ¿Hay algo de malo en querer crecer o querer tener más dinero? ¡Claro que no! Si puedes crecer financieramente, ¿deberías? ¡Claro que sí! Si puedes tener más amigos, ¿deberías? ¡Claro que sí! Si tu relación puede crecer, ¿debería? ¡Claro que sí! Sin embargo, el problema radica en obligarte a ti mismo a llegar a un nivel de crecimiento para así sentirte exitoso, porque ese es un juego que nunca termina. Anclar el sentimiento de éxito a tener un millón de dólares hará que te sientas bien por un rato, pero cuando la felicidad momentánea de haberlo logrado haya pasado, ¡te sentirás pobre y querrás más! ¡Por ello no debes definir el éxito como una meta, sino como un camino!

¿Cómo podemos, por ejemplo, redefinir ese éxito del millón de dólares como un camino? Pues podríamos decir:

“Cada día quiero tener más ingresos”, o “cada semana quiero ganar un cliente nuevo”. Esa es una definición de éxito en forma de camino, no de meta. Dentro de esta definición de éxito puedes fijarte metas, como por ejemplo “tener un millón de dólares dentro de tres años”, pero ese no será tu fin último, sino simplemente una meta que alcanzarás a lo largo de tu camino a medida que te acerques a la independencia financiera.

Cuando una mala estrategia es el camino a la desilusión

Ya hemos roto seis mitos que obstaculizan el acceso de muchas personas al éxito. Cada uno de ellos es de crítica importancia, y debe romperse en conjunto con los demás para liberar todo tu potencial. Este, el mito #7, se podría resumir parafraseando a Anthony Robbins: ¿Por qué te planteas ver un atardecer si tu estrategia es ir corriendo hacia el este? No importa si tomaste la decisión de salir a correr consistentemente durante 10.000 horas, ni si tienes la creencia ilimitada de que lo puedes lograr, ni si asumes la responsabilidad de tu éxito: si tu estrategia es ir corriendo en dirección al este para ver un atardecer, no verás la puesta de sol.

Como creo que ya dejé muy claro, yo no creo en el talento, sino en el esfuerzo. Pero, eso sí, un esfuerzo inteligente, un esfuerzo que vaya en la dirección correcta. Los atletas de

alto rendimiento no son diferentes porque sus cuerpos o cerebros sean diferentes, sino simplemente porque su estrategia de entrenamiento es mucho más efectiva.

Volviendo por un instante al ejemplo de los estudiantes de música de Berlín y la regla de las 10.000 horas, cabe recordar que todos estaban en la misma academia, es decir, recibían el mismo entrenamiento, seguían una misma estrategia. Es por ello que lo que finalmente los diferenciaba era el número de horas que practicaban. No obstante, cómo practicamos, cómo nos esforzamos, es de crítica importancia también.

Un descubrimiento extraordinariamente consistente, es que cuatro o cinco horas de práctica al día parece ser el límite máximo de entrenamiento para personas de alto rendimiento en cualquier área, y que este número de horas debe ser dividido en sesiones que no duren más de 90 minutos. Los mejores violinistas del estudio de Berlín practicaban aproximadamente tres horas y media cada día en dos o tres sesiones. Otros músicos hablan de cuatro o cinco horas como límite máximo, mientras que los grandes campeones de ajedrez suelen mantener unos niveles parecidos de práctica. Así que no se trata sólo de cuánto practicamos, sino también de cómo practicamos cuando lo hacemos.

Por qué Brasil es el rey del fútbol

Brasil es, indiscutiblemente, el país rey del fútbol. La pregunta clave es: ¿Por qué? Muchas veces, viendo partidos de la selección brasileña de fútbol, oímos al comentarista decir algo así como: “Y la verdadera pasión de los brasileños es lo que los hace tan grandes”. No es que esa declaración sea falsa, pero definitivamente se queda corta en detalles. Como supondrás después de leer mi opinión sobre la suerte y la responsabilidad, no creo que los brasileños simplemente tengan más suerte que el resto. Tampoco creo que sean factores climatológicos (otros países comparten las mismas características) o factores de “pasión” (ya que esa pasión por el fútbol también existe en otros rincones de la tierra). Un estudio demostró que si hay algo que diferencia a los brasileños del resto del mundo es una sola cosa: la forma en que practican. Debido a la aglomeración de sus ciudades muchas veces no se construyen campos de fútbol de hierba, sino campos de fútbol sala (más pequeños y baratos). En estos campos es donde los pequeños niños de los barrios se convierten en grandes maestros del deporte (sí, en los campos de fútbol sala y no en las playas, a pesar de la imagen que nos han creado). Seguramente pensarás que la diferencia entre el fútbol sala y el fútbol de hierba es mínima. Tal vez, pero lo cierto es que esta pequeña diferencia es suficientemente grande para marcar *la* diferencia. Las canchas de fútbol sala son mucho más pequeñas que los grandes campos de fútbol de hierba, por lo que los jugadores tienen menos espacio para jugar. Esto conlleva a que desarrollen habilidades de mucha mayor precisión a la hora de

controlar el balón. El balón en sí también es mucho más pequeño y pesado que el del fútbol grande, lo que a su vez también requiere de mayores habilidades técnicas. En un partido de fútbol sala se llega a tocar el balón seis veces más por minuto que en un partido de fútbol a 11 jugadores. De esta manera, en el momento en el que los niños de fútbol sala empiezan a jugar en campos de fútbol de hierba, ellos sienten que tienen toda una pradera, un inmenso espacio libre para jugar. Como describe Daniel Coyle en su libro *Las Claves del Talento*, el fútbol sala se ve reflejado en todos los grandes futbolistas de Brasil. Juninho, por ejemplo, ha explicado que no jugó con una pelota de fútbol grande hasta los 14 años de edad. Y Robinho, por poner otro ejemplo, se pasó la mitad del tiempo jugando a fútbol sala hasta que tuvo 12 años.

Como ves, el cómo practicamos, el cómo nos esforzamos, la dirección en la que ponemos nuestros esfuerzos, es indispensable para alcanzar el éxito. Una vez entendido esto, me gustaría profundizar contigo en otro aspecto que es indispensable para alcanzar un éxito auténtico en la vida. En la segunda parte de este capítulo quiero hablarte del “éxito interior”.

Un camino intrínseco

Hasta este momento, en el libro solamente hemos tocado temas relacionados con el éxito según la concepción más habitual del mismo: marcarse objetivos y alcanzar metas. A esto yo le llamo el “éxito exterior”. Sin embargo, ya que

estamos en el mito de la estrategia, me parece vital hablar de cómo crear el “éxito interior”.

Los humanos tenemos dos tipos de motivaciones: las extrínsecas y las intrínsecas. Las primeras buscan la recompensa externa. Aunque muchas personas lo nieguen, la verdad es que nos gusta medir nuestros éxitos respecto a los parámetros del mundo externo. Disfrutamos mucho, por ejemplo, con el reconocimiento y el estatus que provienen de promociones o de recompensas financieras.

Las segundas, las motivaciones intrínsecas, se derivan de la propia satisfacción personal, la que no necesita contrastarse o medirse con el mundo externo. Son las que están unidas a tu propia historia, a tu propia vida.

La clave para que tu vida te satisfaga y no sea simplemente producto de tus circunstancias radica en saber equilibrar los deseos de reconocimiento externo con las motivaciones internas. Esto no es fácil, pues vivimos en un mundo tan dinámico que son muy pocas las personas que se dan el tiempo de conocerse a sí mismas para llegar a identificar sus verdaderas motivaciones intrínsecas.

El ejemplo del “millón de dólares” es una clara definición del éxito netamente impulsado por motivaciones externas. Insisto en que no hay nada de malo en querer hacer dinero, pero es importante no definir el éxito como una meta, sino como un camino, y en primer término como un camino de satisfacción intrínseca. ¿Por qué? Porque como ya es comúnmente conocido las motivaciones extrínsecas no te

van a dar la felicidad. Las únicas personas que creen que el dinero las va a hacer felices son aquellas que no tienen dinero. Por el contrario, mantenerte fiel a tus motivaciones intrínsecas automáticamente te llevará a una felicidad *auténtica*, no a aquella que dice el resto del mundo que deberías tener. Si tienes éxito pero no te sientes autorrealizado, has fracasado.

En mi opinión, éxito exterior sin éxito interior es sólo una ilusión. Por ejemplo, ¿cuánta gente famosa a lo largo de la historia se ha suicidado? Aunque han alcanzado el éxito exterior, según las reglas del mundo, está claro que estas personas no lograron alcanzar el éxito interior. La Madre Teresa podría ser el extremo opuesto: Viviendo según motivaciones escritas en su corazón y olvidando lo que motiva al mundo externo ha creado un ejemplo para muchas generaciones venideras.

Insisto: no digo que debas ignorar las motivaciones extrínsecas. La clave radica en saber equilibrar motivaciones intrínsecas y extrínsecas. Debemos alcanzar tanto el éxito exterior como el éxito interior.

Ahora te quiero invitar a detenerte y pensar en tus motivaciones intrínsecas. Habitualmente dedicamos mucho tiempo a las extrínsecas, así que no hay necesidad de profundizar más en ellas. Centrémonos en las intrínsecas. ¿Qué te hace realmente feliz? Si miras lo que has hecho hasta ahora, ¿qué recuerdos son los que te producen felicidad cuando los evocas? ¿Tal vez la primera vez que tu hijo metió un gol? ¿Tal vez cuando te morías de

risa contando chistes con tus amigos? ¿El día de tu boda? Detente un minuto o dos a pensar en ello. Creo que iniciar el viaje hacia nuestras motivaciones intrínsecas, hacia nuestra alma, es sumamente importante. Hay algo más en esta vida que simplemente aumentar la velocidad con la que la vivimos. Como dijo Oliver Holmes: “Lo que se encuentra detrás de nosotros y lo que se encuentra delante de nosotros es de poca importancia comparado con lo que se encuentra dentro de nosotros.”

Definiendo el verdadero éxito

Tú eres el único que puede definir el éxito a tú manera. En esta parte del libro sólo deseo recomendarte que definas tu éxito como un camino intrínseco, ya que sólo de esta forma podrás alcanzar el éxito auténtico.

Una de las definiciones de éxito que más me gusta, y que tiene forma de camino motivado por necesidades intrínsecas, es la siguiente:

“Reír mucho y a menudo; ganarte el respeto de personas inteligentes y el afecto de los niños; merecer críticas honestas y perdurar a pesar de la traición de falsos amigos; saber apreciar la belleza; encontrar lo mejor en otros; dejar el mundo un poco mejor, ya sea mediante un hijo sano, un jardín cuidado, o una condición social redimida; saber que al menos una vida ha respirado más fácilmente gracias a que tú has vivido. Esto es haber tenido éxito.”

Ralph Waldo Emerson.

Personalmente aprecio sobre todo la primera frase: “Reír mucho y a menudo”. En otras palabras: ¡disfrutar! Porque si haces aquello con lo que disfrutas, créeme: automáticamente lograrás mucho más. Uno de los grandes errores de nuestra sociedad es que se nos dice: “Serás feliz con lo que no tienes”. Desde pequeños se nos inculca que debemos alcanzar o comprar algo para ser felices. Desde la publicidad de las empresas, que nos muestran sus productos como el remedio a todos nuestros males, hasta los profesores en las universidades, que nos invitan a alcanzar más logros con el fin de sentirnos exitosos, todos parecen apuntar a que sólo comprando u obteniendo lo que no tenemos podemos sentirnos exitosos.

Existen estudios que demuestran que algunas mujeres que planifican muchísimo sus bodas se sienten deprimidas después del gran evento. También se ha demostrado que existen muchos astronautas que cuando regresan a la Tierra habiendo conseguido su sueño más grande, “estar en el espacio”, se deprimen. ¿Por qué? Porque anclan su felicidad a un hecho, a algo que tienen que obtener, a una meta. Pero en el momento en que la alcanzan aparece la pregunta: “¿A qué voy a aspirar a partir de ahora?”.

Si tan sólo agradeciésemos las cosas que tenemos y entendiésemos que el éxito no es una meta, sino un camino, y que ese camino debemos llenarlo de felicidad, diversión y agradecimiento, a muchos la vida se les haría mucho más ligera. Y no te deprimas cuando las cosas no te salgan como inicialmente esperaste: recuerda que el camino hacia el éxito siempre está “en construcción”.

Esto es lo que Nadine Stair dijo a sus 86 años: “Si tuviera que vivir mi vida de nuevo me atrevería a cometer más errores. Me relajaría, me prepararía, sería más tonta de lo que he sido en este viaje. Me tomaría menos cosas en serio, aprovecharía más oportunidades, emprendería más viajes, subiría más montañas y nadaría en más ríos. Comería más helados y menos guisantes. Quizá tendría más problemas reales, pero muchos menos imaginarios. Soy una de esas personas que fueron sensibles y cuerdas, hora tras hora, día tras día.

¡Oh, tuve mis momentos, claro! Si tuviera que hacerlo todo de nuevo, tendría más de esos momentos. De hecho, intentaría que no hubiera otra cosa, sólo momentos, uno tras otro, en lugar de vivir tantos años por delante de cada día. He sido de esas personas que nunca van a ninguna parte sin llevar un termómetro consigo, una botella de agua caliente, un impermeable y un paraguas. Si pudiera volverlo a hacer, viajaría mucho más ligera de equipaje. Si tuviera que volver a vivir mi vida, me quedaría con los pies desnudos antes de la primavera y permanecería así hasta muy avanzado el otoño. Iría a más bailes, me dejaría llevar por más rondas alegres y recogería más margaritas.”

Me gustaría compartir contigo mi definición de éxito, que admito que está fuertemente inspirada por la anterior de Emerson y por algunos puntos de vista como el de Stair. No pretendo que esta sea tu definición de éxito, sólo quiero compartirla contigo como ejemplo de un camino intrínseco:

“Reír mucho y a menudo.
Encontrar lo mejor en otros.
Amar incondicionalmente.
Dar siempre lo mejor de mí.
Hacer una pequeña diferencia en el mundo cada día.”

He ido desarrollando esta definición a lo largo del tiempo y probablemente seguirá cambiando, pues mantengo la inquietud de detenerme cada tanto a pensar qué es lo que realmente me hace feliz, lo qué me hace sentir exitoso con independencia de las reglas del mundo.

Alimento para el pensamiento

Define tu propio camino:

El camino hacia el éxito sólo puedes definirlo tú mismo.

¿Qué te hace exitoso a tus propios ojos? ¿Reír? ¿Pasar tiempo con tus seres queridos? ¿Contribuir al bienestar de los demás?

En este mundo hiperactivo, imantente fiel a tus motivaciones intrínsecas!

Un consejo:

Tómate cada tanto un tiempo para conocerte a ti mismo/a.

Una buena manera de hacerlo es llevar un diario personal, porque te permite detenerte por lo menos cinco minutos al día para reflexionar sobre tu vida. Como dijo Henri Amiel: “El hombre sin vida interna es esclavo de su mundo externo.”