



Red Ilimitada

¡por una vida consciente!

Reflexiones sobre el éxito

¿Qué es el éxito? ¿Cuáles son los parámetros que lo definen? ¿Quién marca dichos parámetros? Cuando oigo la palabra éxito, mi mente se mueve entre dos mundos opuestos. Uno de ellos, se corresponde con la significación aprendida en mi entorno durante la niñez y la adolescencia, y otro, también re-aprendido, pero esta vez desde la reflexión como adulto.

Durante muchos años, una persona exitosa para mi, era alguien que mostraba una imagen de seguridad, de capacidad intelectual, de bienestar económico y de reconocimiento social. Si atendemos a la descripción literal del significado establecido por la Real Academia Española de la Lengua, no iba mal encaminado. No obstante, y hablando de mi experiencia personal, hubo una vez en mi vida en donde las cualidades definidas anteriormente fueron "alcanzadas", pero en mi interior no existía satisfacción plena y, por supuesto, mi mente no generaba pensamientos exitosos sobre mi mismo. ¿Qué ocurría entonces?

A mi entender, el éxito es una cualidad innata del Estado Natural del ser humano. Todos somos exitosos por naturaleza. Somos perfectos como seres vivos. Por ejemplo, nuestro cuerpo físico es una máquina perfecta que difícilmente pueda igualarse a nada creado por el hombre. Nuestra llegada a este mundo, fue un viaje preciso en donde millones de circunstancias y eventos se acoplaron para recibirnos. Todo, en sí mismo, es exitoso.

No obstante, nuestro aprendizaje intelectual, desvió de forma natural nuestra atención hacia el mundo exterior, adoptando un nuevo significado que consideramos una verdad, y olvidando que nuestro éxito nada tiene que ver con ese mundo externo.

Desde este marco de referencia, buscamos el éxito como algo que debemos conseguir. Todas nuestras acciones están encaminadas a alcanzar algo que no nos pertenece. Ello implica que, a medida que pasa el tiempo, nos sentimos cada vez más frustrados y con una mayor carga emocional y mental que nos acercan más al sentimiento de fracaso que al del éxito. Incluso si nos consideramos exitosos desde una percepción puramente externa, como en mi caso hace algunos años, luchamos con esfuerzo para no perderlo pues nuestro "éxito" depende de circunstancias externas que pueden desaparecer.

Nadie por el hecho de ser millonario o tener una buena posición social, se sentirá exitoso si no experimenta en sí mismo la cualidad que le pertenece. Por el contrario, ciertas personas que viven con necesidades materiales, se sienten exitosas pues no dependen de circunstancias exteriores para experimentarlo. La clave del éxito está en la forma en la que me relaciono con mi Ser. Nada tiene que ver sobre cómo me percibe el mundo, sino de cómo me percibo a mi mismo. Y para ello, nuestro desafío no es "conseguir" observarnos como exitosos, sino más bien, despejar nuestros pensamientos limitantes que imposibilitan reconocernos como lo que ya somos: un éxito.

Por este motivo, crear bienestar, conocer más o ser más reconocido por nuestro entorno, no es el camino para sentirnos exitosos. Nuestra meta ha de ser reconectar con el éxito implícito en nuestro Estado Natural.

Bien, pero ¿cómo hacer para reconectar con esta cualidad de nuestro Estado Natural?

Hay muchas técnicas que nos permiten conectar con nuestro Estado Natural. No obstante, si éstas no van acompañadas del dominio de la mente, difícilmente podremos conseguir que perdure dicha conexión. Cuando las practicamos, disfrutamos de un estado de plenitud que suele terminarse en el momento en el que volvemos a nuestra vida cotidiana.

Y, ¿por qué no conservamos este sentimiento de plenitud de forma permanente? Simplemente, por que nos invaden de nuevo pensamientos que ratifican nuestro sistema de creencias. No obstante, de la misma forma que cuando crecimos adoptamos un nuevo paradigma sobre el significado del éxito, podemos volver a recuperar la visión de lo que realmente somos. Tenemos la capacidad de enseñar a nuestra mente a que revise dicho paradigma y construya un nuevo marco de referencia.

Una forma de hacerlo eficazmente es utilizando ciertas preguntas. De hecho, las preguntas son la parte esencial del proceso de pensamiento que canaliza toda nuestra creatividad. Sin embargo, no todas las preguntas favorecen un cambio de creencias. Por el contrario, algunas ratifican una y otra vez nuestra forma de pensar. Por ejemplo, si observamos nuestra mente cuando nos sentimos frustrados por no conseguir nuestros deseos, podemos tomar conciencia del tipo preguntas que nos hacemos: "*¿Por qué todo me sale mal?*", "*¿Por qué no consigo lo que quiero?*", etc. Éstas, generan respuestas como: "*No soy capaz*" o "*No soy suficientemente bueno*", creando un círculo vicioso en el que cuanto más pienso de esta forma, más ocasiones tengo de constatar en el mundo exterior mi forma de pensar.

Para poder romper este círculo vicioso, utilizamos preguntas favorables que nos conecten con nuestra esencia exitosa. Si, por ejemplo, me preguntara, "*¿Por qué soy exitoso?*" o "*¿Por qué tengo éxito en todo lo que me propongo?*", mi mente respondería sin parar con respuestas que favorecieran mi éxito: "*Porque lo merezco*", "*Porque sé exactamente qué es lo que hay que hacer*", "*Porque recibo la ayuda necesaria*", etc.

Este tipo de preguntas conscientes, que llevan en sí misma la cualidad que deseamos manifestar, las llamamos "Preguntas Creativas" porque nos permiten incorporar un nuevo hábito de pensamiento que esté en conexión con la esencia exitosa que somos. Pero además, cuanto más exitosos nos sentimos en nosotros mismos, más éxito es percibido desde nuestro mundo exterior.

¿Cómo te sientes sabiendo que eres un éxito?

Manuel Atienza Vizarro

Maestro certificado de Preguntas Creativas

www.preguntascreativas.es

oficina@redilimitada.com