



El éxito y sus patologías

Es una palabra con mil definiciones, pero solemos dar por válida aquella que nos propone la sociedad, que premia el reconocimiento, el nivel de ingreso económico, el estatus social y la imagen por encima de todo. ¿Qué proporciona el éxito? ¿Qué significa el fracaso? ¿Y si tenemos que revisar nuestra concepción del triunfo y cuestionar los efectos que tiene en nuestra vida?

Texto Irene Orce, coach

Éxito. Una palabra que nos inspira a lograr lo imposible, que nos hace grandes promesas y que sabe cómo dibujar un futuro digno de postal. Su convincente visión determina muchas de nuestras decisiones, nos empuja a no rendirnos jamás y multiplica la presión en el día a día. Es la gasolina que mueve a millones de personas desde que se levantan hasta que se acuestan. Cinco letras cargadas de poder y gran capacidad de convocatoria. Pero, ¿qué es el éxito? ¿En qué consiste? ¿Es un estado, una meta o un premio? La sociedad en la que vivimos lo define como un estilo de vida que incluye reconocimiento, poder económico y una determinada imagen y reputación. Lo cierto es que las personas exitosas despiertan la admiración de muchos. Algunos de ellos incluso se convierten en referentes, alguien a quien nos gustaría parecerlos.

No en vano, desde pequeños aprendemos qué pasa cuando nos portamos bien, sacamos buenas notas o ganamos el partido. El éxito nos ofrece aplausos, palabras agradables, palmadas en la espalda. Y nos promete mucho más. A medida que crecemos se convierte en la zanahoria que perseguimos sin descanso. Nos asegura que esconde la llave de la plenitud, la respuesta a todas las preguntas, carencias e inquietudes. Lamentablemente, no siempre es capaz de cumplir lo que nos susurra al oído. Las mieles del éxito pueden adormecer por un tiempo –limitado– aquello que nos inquieta. Pero no tienen la capacidad de llenar el vacío, la insatisfacción y la permanente sensación de urgencia que nos atrapa. El éxito es una sirena que con sus cantos encandila a miles... y a veces les conduce a un triste desenlace.

A menudo, en el afán de lograr nuestra meta, de alcanzar el tan deseado éxito y su estela de promesas, olvidamos lo más importante: el camino que nos conduce hasta allí. Vivimos encerrados en un espejismo. Y eso termina por pasarnos factura. Porque por lo general, cuando alcanzamos ese oasis –tras la inyección de energía y adrenalina inicial– suele desvanecerse y dejarnos de nuevo solos. Es el lugar donde nace la patología del éxito.

Se trata de una enfermedad cada vez más extendida. Consiste en creer que el amor, la admiración y el respeto son una consecuencia de llegar a lo más alto. Que una vez alcancemos aquello que la sociedad y nuestro entorno identifican como triunfo se terminarán nuestros problemas. Al fin y al cabo, lo más importante en la vida es sentirnos aceptados, valorados, reconocidos y seguros. Y la mejor manera para conseguirlo es seguir el mapa del éxito... ¿No?

El miedo al fracaso Aunque afecta a muchas áreas de la vida, este virus se despliega con mayor ferocidad en el ámbito profesional. Para muchos, el trabajo es el lugar donde las metas se marcan con mayor precisión. O en el que destacar está socialmente mejor visto. En cualquier caso, se estima que miles de españoles dedican más de 12 horas al día a su profesión para alcanzar el éxito. No en vano, vivimos en una sociedad que valora y premia a los triunfadores y margina e infravalora a quienes no logran lo que se espera de ellos.

Paradójicamente, una de las secuelas más exten-

Sobre el éxito

Cuenta una fábula africana que un orgulloso león, rey de la selva, fue retado por un mosquito a una pelea. El león, confiado y despreciando a tan pequeño rival, aceptó el reto. El mosquito empezó a picarle sin parar, ahora las orejas, ahora la cola, una pata... Mientras, el león intentaba zafarse de sus veloces picaduras y aplastarlo, o morderle con sus fauces. Poco a poco, el enorme cuerpo del león acabó hinchado por el veneno de tantas picaduras. Sin fuerzas, agotado, se dejó caer y aceptó su derrota. Había perdido ante un simple mosquito. ¡Ante un insignificante insecto! El mosquito, hinchado de orgullo por su victoria ante el rey de la selva y haciendo piruetas en el aire, se alejó con la barriga llena de sangre sin darse cuenta, en su reguera por el triunfo, que estaba a punto de enredarse en una telaraña. Su alegría duró poco: la araña se relajó cuando le vio, indefenso, enroscado en su tela. ¡Qué poco dura el triunfo!





◦ didas de la patología del éxito es el miedo al fracaso. Se trata de una realidad paralizante y que afecta cada vez a más personas, basada en la premisa de que "es mejor no intentarlo que intentarlo y no lograrlo". Es una especie de escudo emocional que trata de protegernos de la lacra social que se suele asociar a no estar a la altura de lo que se espera de nosotros. De ahí que haya quienes temen la palabra éxito, y se alejen del exceso de atención y escrutinio que acarrea con todos los recursos a su alcance. A menudo incluso sabotean sus propios proyectos —consciente o inconscientemente— para evitar que prosperen o se conviertan en realidad. No se ven capaces de lidiar con la presión de no alcanzar sus metas, y asumir la responsabilidad de errar.

■ Por lo general, este temor está muy vinculado con nuestra imagen y lo que los demás puedan pensar de nosotros. De ahí la importancia de preguntarnos: ¿queremos vivir la vida según opiniones ajenas? Y más aún: ¿qué sucede si la gente piensa mal de nosotros? En última instancia, la opinión de otras personas, sean quienes sean, sólo adquiere importancia si nosotros se la concedemos. Hagamos lo que hagamos con la vida, siempre tendremos admiradores, detractores y gente a quien resultemos indiferente. Pero entonces, ¿por qué tenemos tanto miedo a equivocarnos? Posiblemente por la concepción limitada que tenemos del fracaso. El diccionario lo define literalmente como "falta de éxito". Y éxito, que proviene del término latino *exitus* (salida), significa "resultado feliz de un negocio o actuación" y también "buena aceptación que tiene alguien o algo".

Aunque en principio opuestas, ambas definiciones son tan relativas como subjetivas. Solemos asociar el éxito con la victoria y la obtención de reconocimiento y méritos. Pero también es un triunfo ganar las batallas menos públicas, las del día a día. Cada vez que nos proponemos una meta y la alcanzamos —aprobar un examen, pedir un aumento de sueldo— aunque nadie lo sepa, logramos ese título. El éxito forma parte de nuestra vida cotidiana de muchas maneras... al igual que el fracaso.

✕ No en vano, cada ser humano lo relaciona con algo diferente. Por poner un ejemplo, en una maratón quien llega el primero no es el único dueño del éxito. Tal vez para un corredor lesionado cruzar la línea de meta entre los cien primeros sea un triunfo, e incluso para quien llega el último el mero hecho de terminar ya le hace sentir que la experiencia ha sido victoriosa. Pero quien llega segundo puede vivir su posición como un auténtico fracaso. Todo se fundamenta en un juego de percepciones. De ahí la importancia de redefinir nuestro propio concepto de éxito y de fracaso, tanto en el ámbito personal como profesional.

■ **El auténtico triunfo** El único fracaso que existe es no aprender de los errores y quedarnos estancados en nuestra zona de comodidad. Equivocarnos de vez en cuando nos enseña una valiosa lección de

ÉXITO TAMBIÉN ES GANAR LAS BATALLAS DEL DÍA A DÍA

Sobre el fracaso

Cuenta una historia que cuando Thomas Alva Edison trabajaba en uno de sus inventos, se quedó estancado con una pieza en particular. No parecía haber manera de resolver el problema. Laborioso y metódico, Edison construyó cerca de 200 de estas piezas, pero una tras otra fallaron. Los días pasaban, y sus colaboradores empezaron a desanimarse por todos los errores consecutivos. Sin entender mucho lo que pasaba, el más joven de sus ayudantes le preguntó: —¿Qué está haciendo ahora? —Trato de hallar un nuevo tipo de acumulador —respondió Edison—, ya he experimentado con 200 prototipos. —Pero ha fracasado una y otra vez —dijo el joven. —No —replicó tajantemente Edison—, no he fracasado ni una sola vez. —Pero nunca han funcionado... eso no son buenos resultados —replicó el joven. —Mis resultados han sido extraordinarios —respondió Edison sin dilación. Y añadió: —Ya sé que hay 200 fórmulas que no me sirven para nada. Con optimismo y perseverancia, Edison siguió trabajando y poco tiempo después, en 1877, presentó su nuevo invento, el fonógrafo, el primer aparato capaz de grabar y reproducir sonidos. Y dejó a su ayudante una valiosa lección. Frente a cualquier experimento, un proyecto y hasta la vida misma, un resultado negativo no es un fracaso a menos que uno desista de seguir intentándolo.

humildad y nos ofrece perspectiva. Los baches en el camino forman parte del proceso para alcanzar cualquier éxito que merezca verdaderamente la pena. Para lograrlo, tenemos que empezar a trabajar para cultivar nuestra propia autoconfianza. En la medida en que sanamos nuestras heridas y ganamos en autoestima, podemos finalmente emanciparnos emocionalmente de las opiniones de las personas que nos rodean. Y así es como somos libres para ser quienes somos y seguir nuestro propio camino en la vida.

También podemos ir más allá de la definición estática de éxito y unirla a conceptos como *felicidad* o *plenitud*. En última instancia, el éxito es la satisfacción interior de saber que estamos haciendo lo máximo posible para llegar a ser nuestra mejor versión. Es una manera de pensar, de actuar y de comportarnos que nos acerca a ser la persona que queremos ser. Y surge como resultado de la constancia, la responsabilidad, el esfuerzo y la entrega. Cada uno tiene su propio camino para alcanzarlo. Eso sí, cada ser humano debería tomarse el tiempo necesario para cuestionar qué es lo que verdaderamente aspira a conseguir. Si tenemos claro el destino final, tendremos más posibilidades de tomar el camino que nos lleve hasta allí.

Para conseguirlo, tenemos que empezar por revisar nuestras creencias, que nos llevan a pensar que la felicidad depende de alcanzar objetivos externos, como el reconocimiento, el prestigio, el poder y el estatus social y económico. Sin embargo, al centrarnos en todas estas metas, que no dependen únicamente de nosotros, nos podemos llegar a perder en una carrera sin fin, olvidándonos de nosotros mismos y de aquellas cosas esenciales de la vida, como la salud, el ocio, el descanso, la familia y los amigos. Porque por mucho que la sociedad nos haga creer que somos lo que conseguimos o que valemos lo que tenemos, la realidad es que el verdadero éxito es sentirnos felices y en paz haciendo una actividad coherente con nuestros valores más esenciales y que nos permita dar lo mejor de nosotros mismo sirviendo a los demás. Y cuando los inevitables errores llamen a la puerta, recuerden aquella frase que reza: "A veces se gana y a veces se aprende". ■