

Desarrollo Personal

¿QUÉ ES EL ÉXITO?

Dra. Ana María Fernández González



Las personas comúnmente tenemos aspiraciones de lograr cosas en nuestras vidas. A pesar de que desde niños en ocasiones tenemos ideales a alcanzar, influidos por ejemplos de nuestros padres o personas cercanas, o por vivencias personales que nos hacen ver y admirar algunas profesiones o maneras de vivir como el futuro deseado, no es hasta que somos jóvenes, o algo más maduros, en que empezamos a dar una dirección a nuestras vidas con vistas a lograr realizar nuestros “sueño”. Este afán de lograr cosas nos acompaña durante la vida, no se necesita ser joven para tener proyectos, para emprender un camino hacia una meta a lograr. Pero cada una de estas aspiraciones, aún tan diversas como pueden ser dedicarnos a la ciencia, ser arquitectos, médicos, ingenieros, tener un negocio propio, ser cheff de cocina, deportista, músico, tener una flota de camiones para transportar alimentos, ser propietario de un food truck, alcanzar una vida plena, tener un modo de vida saludable, o cualquier cosa sea, pasa por el sueño de tener éxito en nuestros planes, en nuestra vida personal. Pero...¿qué es el éxito?

La noción de éxito varía, no es la misma para todos. Aún así, lo más importante es tener claridad al hacerse uno la pregunta: ¿Qué es para mí tener éxito en la vida? ¿Se ha hecho usted alguna vez esa pregunta? ¿La ha podido responder?

A veces escuchamos personas quejosas de no haber tenido éxito en la vida, en su trabajo, en su profesión. Muchas de esas personas no lo han logrado, por no haber tenido claridad de qué exactamente estaban tratando de alcanzar. A otras les invade una extraña sensación de estar como incompletas al compararse con otras, a pesar de haber estado haciendo lo que consideraban necesario hacer en su vida. El asunto estriba en que, lo que para mi es el éxito, quizás no lo sea para usted, o viceversa.

El comportamiento humano no es azaroso como a veces hay personas que nos tratan de hacer ver. No es “casualidad” que decidamos hacer tal cosa u otra. El comportamiento humano responde siempre a necesidades, y se dirige a alcanzar aquello que satisface nuestra necesidad, que es algo que nos “motiva” a actuar, que orienta nuestra conducta. Lo que sucede es que en ocasiones no vemos claro cuáles son nuestras necesidades, o qué es lo que nos puede llevar a satisfacerlas, lo que dificulta entender nuestras motivaciones o por qué nos sentimos más inclinados a hacer esto o aquello.

Existen momentos en nuestras vidas que no nos sentimos conformes, necesitamos un cambio, y muchas veces tenemos bien ubicado por qué no estamos conformes, qué es lo que quisiéramos (nuestras necesidades insatisfechas) pero aún no hemos llegado a tener claridad de qué es lo que nos llevaría a alcanzar esa satisfacción. Por ejemplo, no alcanzo a tener mi economía familiar cubierta, mi trabajo y/o modo de vida actual no me lo permite, pero no sé qué hacer para que esto cambie, tengo que pensar, tengo que buscar alguna manera de que eso cambie y hasta que no lo tenga claro, no tendré una dirección, no podré hacer un plan para lograrlo.

En ocasiones es aún más ambiguo: me siento inconforme con la vida que llevo y no sé exactamente por qué. ¿Qué me falta? ¿Qué es lo que necesito para sentirme mejor conmigo mismo? Aquí no sólo no tengo claridad de qué me llevará hacia lo que deseo, sino que aún no tengo bien visualizado qué es lo que deseo para sentirme bien.

Es muy útil tener claro qué quiero, qué es lo que me hace sentir bien en la vida, a qué aspiro, qué quiero lograr, para poder visualizar qué camino podré seguir para llegar a ello, qué vías tengo para lograrlo. Más adelante tendré que pensar en esos caminos, qué me dificulta tomarlos, qué me ayuda, en qué momento, con quién, qué plan debo hacer. También sucede que hay circunstancias adversas en que, aunque lo tengamos bien claro, se necesita hacer como un rodeo, una dilación, hacer otras cosas hasta poder hacer aquellas que en realidad nos interesan.

Lo primero siempre es saber qué quiero lograr. Todo es mucho más fácil para llegar a dónde queremos cuando sabemos qué realmente necesitamos para estar satisfechos, qué es lo que verdaderamente puede llevarnos a alcanzar esa sensación de lograr lo que queremos. Cualquier psicólogo nos diría algo así como que es más fácil cuando llegamos a conocer nuestras necesidades y motivaciones, lo que no es un camino tan difícil si nos aficionamos a entendernos a nosotros mismos.

El éxito es como un estado ideal, algo a lo que aspiramos a llegar, pero...en realidad ¿qué queremos en la vida? Hay quien se siente bien en la vida haciendo correctamente su trabajo, dentro del proyecto o negocio de otra persona. Hay quien quisiera tener su propio proyecto y más bien quisiera tener colaboradores a quien dirigir hacia sus metas. Hay quien necesita retos continuos que le hagan estar siempre al límite de su esfuerzo. Otros se sienten bien cuando dominan su actividad y no les gusta salir a lo desconocido, fuera de su “zona de confort”. Existen personas que sienten el bienestar vinculado a sus logros en la vida familiar; a otras esa sensación se la provoca más bien el tener una economía solvente, o el tener reconocimiento social o profesional. Hemos mencionado cosas que nos hacen ver el mundo un poco en blanco y negro, pero también hay grises y combinaciones de todas estas aspiraciones a las que queremos llegar. Ninguna de estas es buena, mala, mejor o peor. Lo importante para sentirnos satisfechos y exitosos es llegar a aquellas que son nuestras verdaderas aspiraciones, y no las de otros, las más valoradas socialmente, o por nuestra familia, amigos. Las nuestras.

Tratar de conseguir aspiraciones ajenas puede ser tan frustrante que nos haga vivir continuamente con esa sensación de no haber podido alcanzar lo que queremos, porque realmente no estamos trabajando por lo que nos satisface. La sensación de bienestar personal de haber logrado lo que queríamos en la vida, es verdaderamente “el éxito”.

¿Somos muy ambiciosos? ¿Nos desesperamos por llegar a dónde queremos con facilidad? ¿No sabemos por dónde empezar? ¿No sabemos qué es en realidad lo que más nos interesa de todo? Organicemos nuestro camino al éxito y al bienestar. Para ello habrá que hacer un buen plan, en donde lo primero es dar respuesta a una de nuestras primeras preguntas:

¿Qué es para mí tener éxito? ¿Qué es lo que pretendo alcanzar?

Para llegar a estas respuestas te sugiero algunos ejercicios que te ayudan a construir esa reflexión. Si quisieras alguna ayuda, puedes compartir conmigo a través del email: ana@hobbiesenred.com tus respuestas, dudas, reflexiones, como deseos, y puedo acompañar tu proceso de viaje al interior. Como todo viaje, usualmente acompañado se va mejor.