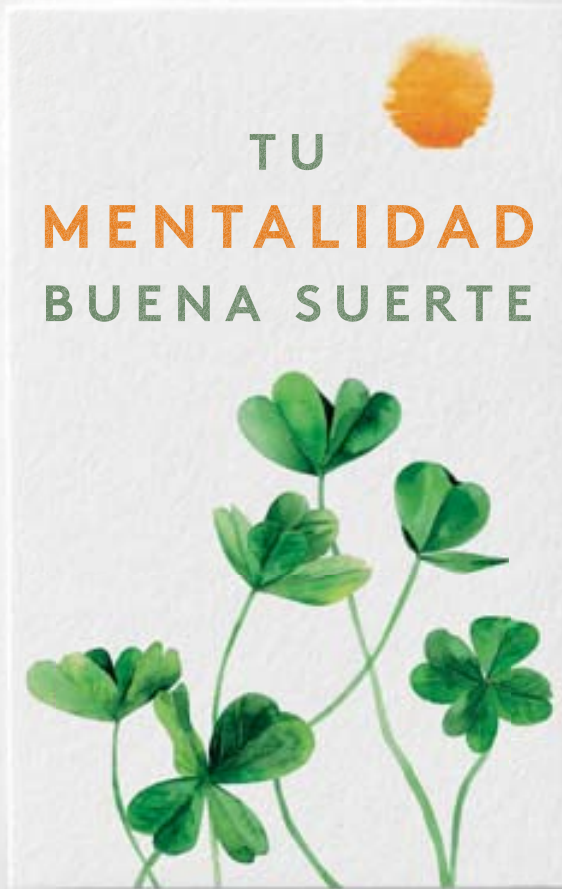


DEL COAUTOR DE
LA BUENA SUERTE

ÁLEX ROVIRA



CLAVES DE LA PROSPERIDAD
EN 30 LECCIONES

zenith

DEL COAUTOR DE
LA BUENA SUERTE

ÁLEX ROVIRA

**TU
MENTALIDAD
BUENA SUERTE**

CLAVES DE LA PROSPERIDAD
EN 30 LECCIONES

zenith

La lectura abre horizontes, iguala oportunidades y construye una sociedad mejor. La propiedad intelectual es clave en la creación de contenidos culturales porque sostiene el ecosistema de quienes escriben y de nuestras librerías. Al comprar este libro estarás contribuyendo a mantener dicho ecosistema vivo y en crecimiento.

En **Grupo Planeta** agradecemos que nos ayudes a apoyar así la autonomía creativa de autoras y autores para que puedan seguir desempeñando su labor. Dirígete a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesitas fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puedes contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70/93 272 04 47.

Primera edición: septiembre de 2023

© Álex Rovira Celma, 2023

www.alexrovira.com

© del diseño del interior, Sacajugo.com

© de las ilustraciones del interior, Merkushev Vasilij, Yuliya Derbisheva VLG, Andrei Mayatnik, Asolo/Shutterstock

© Editorial Planeta, S. A., 2023

Zenith es un sello editorial de Editorial Planeta, S.A.

Avda. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)

www.zenitheditorial.com

www.planetadelibros.com

ISBN: 978-84-08-27080-5

Depósito legal: B. 13.491-2023

Impreso en España – *Printed in Spain*



SUMARIO

Introducción: El <i>software</i> de tu destino	15
I. Primera hoja de tu trébol de la Buena Suerte	
TUS CREENCIAS: LO QUE CREES	
ES LO QUE CREAS	23
1. De lo imposible a lo posible	25
2. No hay dolor mayor que el de los sueños no realizados.....	35
3. Saber y no hacer equivale a no saber	43
4. Mira apreciativamente.....	49
5. Oportunidad se relaciona con ser oportuno	59
6. La resignación es un suicidio cotidiano.....	69
7. La clave para una vida lograda: la longanimidad ...	75
8. Esto también pasará.....	86
9. La pregunta más importante: ¿Qué es lo que tengo que aceptar?	92
10. Si quieres que los demás crean en ti, comienza por hacerlo tú	98

II. Segunda hoja de tu trébol de la Buena Suerte	
TUS HÁBITOS Y VALORES: LO QUE HACES AHORA SERÁ TU DESTINO	105
11. Los principios de Jefferson	107
12. Soñar con nuevas posibilidades	114
13. ¡Lo mejor está por llegar! (pero, por si acaso, ve a por ello)	123
14. «Me ha llevado diez años tener éxito de la noche a la mañana» (Woody Allen)	129
15. Aplica la regla DSC	134
16. La mentira y el error	140
17. La envidia es admiración vestida de frustración...	146
18. Lo extraordinario lo logra gente común y corriente.....	152
19. Si quieres una mano que te ayude, la encontrarás al final de tu brazo	161
20. La sabiduría del estoicismo	166
III. Tercera hoja de tu trébol de la Buena Suerte	
TU IDENTIDAD: ERES LA NIÑA O EL NIÑO DE TU FUTURO	175
21. No te alejes de las personas negativas... ¡Huye de ellas a la velocidad de la luz!	177

22. El principio de Maya Angelou	184
23. Los prejuicios esterilizan, el coraje vitamina.....	190
24. De tu vida nadie sabe más que tú	196
25. Desbloquea los cerrojos de tu libertad vital	203
26. La vía del Kaizen.....	209
27. Puedes aprender tanto de tus errores que cuando tropieces, en lugar de caer, vueles.....	216
28. Tú eres la causa de tu Buena Suerte	223
29. Comienza ya a crear tus circunstancias	230
30. Eres la niña o el niño de tu futuro	237

IV. Cuarta hoja de tu trébol de la Buena Suerte

SIN EXCUSAS: LA CUARTA HOJA

LA PONES TÚ INSTANTE A INSTANTE 247

31. Síntesis de todo el libro	249
32. Un regalo más y ¡seguimos!	281

Bibliografía recomendada..... 283

Agradecimientos..... 287

PRIMERA PARTE

Primera hoja de tu trébol
de la Buena Suerte



**TUS
CREENCIAS:
LO QUE CREES
ES LO QUE
CREAS**



1. DE LO IMPOSIBLE A LO POSIBLE

Sin duda, vivir es la aventura más fascinante. Ante nosotros se abre todo un universo de elecciones y en nuestro recorrido encontramos constantes desafíos y cambios.

Nada está escrito ni decidido porque, como nos recordaba el poeta Machado, «se hace camino al andar». No obstante, a veces nos conformamos con senderos que no son los nuestros, con callejones sin salida incluso, y renunciamos a nuestros sueños porque *confundimos lo posible con lo probable y creemos que lo poco probable es imposible*.

No es un juego de palabras. Lo cierto es que muchas veces descartamos éxitos que pueden darse porque no resulta obvio que vayamos a alcanzarlos.

Etimología de *posible* y *probable*

Antes de nada, quizá conviene que pongamos cada término en su lugar. J. M. Albaigès recoge en su *Diccionario de palabras afines* que *posible* es «todo suceso que puede darse», mientras que *probable* se

define como «suceso que puede darse y sobre el que hay buenas razones para pensar que sucederá».

En un sentido estricto, solo el vocablo *probable* admite gradación, o, lo que es lo mismo, que algo pase en mayor o menor medida. Por su parte, cuando hablamos de lo *posible* y lo *imposible*, nos referimos a un sí o un no, blanco o negro, sin grises intermedios.

Así, por ejemplo, podemos decir que es probable o no que nieve, pues depende de varios factores; por el contrario, afirmar que es posible que nieve supone que vivimos en un clima lo suficientemente frío para que este fenómeno ocurra, algo imposible, a su vez, en un clima tropical.

Si trasladadas a tu vida esta aclaración de significado, te darás cuenta de que lo que está por venir y te resulta aún desconocido entra en *el campo de lo posible y probable*. Por lo tanto, *es realizable si apartas de una vez la idea de que, por baja que te parezca la probabilidad de lograrlo, no llega a la zona de lo imposible*.

Por mi propia experiencia te puedo decir que, por ejemplo, parecía imposible que el libro *La Buena Suerte*, que escribí junto con mi amigo Fernando Trías de Bes, fuera traducido a más de cuarenta idiomas y vendiera más de tres millones de ejemplares en tan solo un año, pero cuando lo escribíamos teníamos la certeza de que el libro podría tocar el alma de miles de personas y recuerdo que anoté en un gran póster en mi despacho la frase «1.000.000 de ejem-

plares vendidos en 3 meses». Lo creas o no, así fue. Pero para que ese sueño fuera realidad cuidamos los más mínimos detalles del que para muchos lectores de todo el mundo es su libro de cabecera.

Con ello quiero decirte que no solo hay que verlo para creerlo, te diría que es aún más importante *creerlo para verlo*. Y tus creencias se crean en tu mente. Si tu mente vive desde el sí a lo posible, entonces trabajarás para que tu deseo se haga realidad con la mayor probabilidad que esté en tu mano.

Te pongo otro ejemplo. Sucedió en la historia del atletismo, con la llamada «barrera de los 10 segundos». Nadie creía que fuera *posible* correr los 100 metros en menos de 10 segundos hasta que en 1968 Jim Hines logró hacerlo en 9,95 segundos.

Sin embargo, una vez batida la marca por primera vez, al saberse que era *posible*, no pasó ni una década hasta que lo logró otro corredor, Silvio Leonard. Desde entonces, muchos buenos atletas han bajado de los 10 segundos. Y no solo porque es posible, sino porque para un atleta de élite que trabaje adecuadamente ha pasado a ser *probable*.

¿Te das cuenta del poder que tienen las palabras, las etiquetas, para los logros que te propones? ¿Te das cuenta de lo importante que es cómo te hablas a ti mismo en tu propia mente? ¿Puedes observar que el relato que haces en tu mente crea tu mentalidad y tanto si crees que puedes como si crees que

no puedes, estarás en lo cierto porque aquello que crees es aquello que tiendes a crear?

El escritor Mark Twain, creador de Tom Sawyer y Huckleberry Finn, lo condensa de manera excelente en una frase: «No sabían que era imposible, así que lo hicieron». Si aceptas que tu vida es un libro en blanco en el que día a día tú puedes escribir sus páginas, las páginas de tu historia y tu destino, ¿a qué esperas para vivir tu vida sin la traba de lo imposible?

Porque ¿cuántas veces te has convertido en la maestra o el maestro de la limitación de tu propia vida? Sin darnos cuenta vamos asumiendo como realidad nuestros propios «noes» interiores: «no puedo», «no lo merezco», «no lo lograré», «no puedo superarme ni superar a tal persona», «no puedo llegar a ser»... y tantos otros mandatos que nos imponemos por inercia autolimitándonos.

En este sentido, reproduzco aquí las palabras del maestro de canto Tom Krause: «Si solo hacemos lo que sabemos que podemos hacer, nos limitamos». Estos límites, que a menudo pueden parecerte confortables, no dejan de ser una especie de paz barata, de inercia, de hogar abandonado en nuestra propia alma. La vida puede ser luz, acción, ilusiones convertidas en realidades, pero todo lo anterior muere a manos de tus creencias limitantes, que son las que aniquilan tu Mentalidad Buena Suerte.

Reescribir tu guion de vida

Nada es imposible si creas nuevas circunstancias desde la acción responsable, la humildad y el aprendizaje continuo.

Los kahunas hawaianos, portadores de una sabiduría ancestral, hablan del *100% de responsabilidad*. Cuando te haces responsable de todo lo que te sucede, el poder está contigo porque de todo puedes aprender y todo lo puedes mejorar constantemente.

La voluntad de aprender y superarte, ahora y siempre, es un atributo de la humildad que distingue a las grandes almas.

Desde la responsabilidad y el aprendizaje que vas adquiriendo en el camino, puedes reescribir el guion de tu vida. Este concepto, planteado por el doctor Eric Berne en su teoría psicológica del Análisis Transaccional, se refiere a que, muchas veces sin darnos cuenta, seguimos patrones y creencias que nos han transmitido desde la infancia. Y los seguimos sin cuestionarlos, dando por cierto aquello que nos han dicho nuestros padres con la mejor de las intenciones pero, perpetuando a su vez, las creencias limitantes que ellos mamaron de sus propios padres, es decir, nuestros abuelos, y así sucesivamente.

Si lo miras con una cierta perspectiva, te darás cuenta de que las limitaciones inconscientes con las que conviven muchas personas vienen heredadas de sus ancestros. Limitaciones que, convertidas en

pensamientos dolorosos o ideas limitantes, bajan el cielo a la altura de dos palmos del suelo, lo que hace que muchas personas ni tan solo —metafóricamente hablando— consideren la posibilidad de andar erigidas. Por esa razón viven ancladas en un patrón de mentalidad y de comportamiento que proviene de su constelación familiar.

Estas ideas heredadas te condicionan a la hora de amarte (autoestima), de gustarte (autoimagen), de valorarte (autoconcepto), de mejorarte (automejora), de crecer (autoeficacia), de relacionarte y de proyectar tu vida en un futuro mejor para ti y para quienes te rodean. Se requiere coraje y paciencia para desmascarar estos patrones y reivindicarte como autor y protagonista de tu vida.

Un puente más allá de lo imposible

Volviendo al tema de este capítulo, el médico y escritor Deepak Chopra afirmaba esta bella frase: «Debemos encontrar el lugar dentro de nosotros donde nada es imposible». Cuando la leí por primera vez, sentí que este lema de vida me había acompañado siempre. Sentí la frase como si fuera un reflejo de mi voluntad de crecer constantemente y de divulgar y compartir con el mundo precisamente eso: hay algo en ti, en tu creatividad, en tu talento, en tu forma de ser, en tu humor, en tu mirada, en tu manera de expresar cariño, en tu forma de pensar, en

tu inteligencia, en cualquier dimensión de tu maravillosa singularidad que hace que seas alguien capaz de crear algo que nadie más puede crear. Nadie tiene tu misma firma, ni tus mismas huellas ni tu misma risa. Ni tantas otras cosas que, por separado y conjuntamente, te hacen ser original y singularmente tú. Y es ahí donde reside el origen de toda creación tuya, única, propia, sin igual.

Para llegar hasta ese lugar mágico, este puente de lo imposible hacia lo posible se llama *desafío*. Cada vez que introduces un nuevo reto en tu vida, trazas un puente desde tu singularidad hacia tu poder oculto. Y ahí reside, en esa conexión, tu expresión divina, única: la foto que nadie más captará, el dibujo que solo tú crearás, el negocio que tendrá la huella de tu pasión y talento, la canción que nadie interpretará como tú.

Se trata de que te atrevas a crear ese puente: el puente que une la persona que eres con la persona que puedes llegar a ser si te lo propones y activas tu MBS. A veces ese puente se crea por necesidad, otras veces, por vocación, y otras, de la manera más inesperada, como la historia que te voy a contar.

Es la historia del matemático estadounidense George Dantzig. Siendo estudiante en la Universidad de Berkeley, un día llegó tarde a clase de Estadística. Su profesor había apuntado en la pizarra dos problemas que George asumió que eran tareas para casa.

Días más tarde, y tras haber considerado los ejercicios «un poco más difíciles de lo habitual», entregó el trabajo con retraso. Cuál sería su sorpresa cuando su profesor, atónito y emocionado, le dijo que había resuelto dos famosos problemas matemáticos hasta entonces sin solución, y que su propuesta sería publicada en una reputada revista científica.

Al ser preguntado por esta experiencia, Dantzig declaró: «Si hubiera sabido que no eran deberes, sino dos famosos problemas sin resolver en estadística, probablemente nunca habría pensado en positivo, me habría desanimado y nunca los habría resuelto».

¿Te das cuenta de hasta qué punto todo es una cuestión de creencias? *Crear es confiar, es amar lo que haces y es crear.*

El explorador, científico y diplomático Fridtjof Nansen lo resume con acierto: «Lo difícil es lo que lleva un poco de tiempo. Lo imposible, lo que lleva algo más de tiempo».

En esencia, para crear tu Mentalidad Buena Suerte es necesario:

1. Pasar de lo imposible a lo posible creando nuevas circunstancias.
2. Una vez en lo posible, puedes aumentar la probabilidad de logro o cumplimiento a través de la responsabilidad sobre cada acción de tu vida, la

humildad fértil que evita la ceguera de la vanidad, el aprendizaje constante que te lleva a crecer sin parar y la acción, ya que esta última es el verdadero lenguaje de la realidad si en verdad quieres transformarte y transformar el mundo.



EJERCICIO PRÁCTICO:

¿Cuál es tu barrera de los 10 segundos?

1. Determina algo importante para ti que ahora mismo te ves incapaz de hacer.
2. ¿Conoces o sabes de alguien que haya podido hacerlo?
3. En caso afirmativo, pregúntate qué hace esta persona que tú aún no estás haciendo y escribe lo que observas que hace esa persona que tú todavía no estás haciendo, pero puedes comenzar a hacer.
4. Sigue su ejemplo y haz tu diario de mejoras cotidianas y de nuevos hábitos que puedes incorporar.
5. Recuerda la frase del sabio emperador romano Marco Aurelio, quien, en una de sus meditaciones, escribió: «Si algo está dentro de los poderes de un ser humano, también está dentro de tus posibilidades».

