



TU MEJOR VERSIÓN

**PROFESIONAL Y
EMPREENDEDORA**

MÁRIEL MEJUTO

MÁRIEL MEJUTO

TU MEJOR VERSIÓN

PROFESIONAL Y
EMPREENDEDORA

Este es tu libro. Subráyalo, escríbelo, reléelo y aprópiate de tu camino.

TOMA EL CONTROL

El shodo es un arte milenario que tiene su origen en el budismo zen. Su propósito es el autoconocimiento a través de la caligrafía sobre papel de fibra de arroz, utilizando pinceles y tinta negra. Esta escritura es también una meditación en sí misma. Requiere estar en el momento presente, eliminar las distracciones externas e internas, concentrarse, adquirir precisión y maestría. En la simpleza de dibujar una “o” de un solo trazo está su dificultad: la armonía de la línea, la presión sobre el papel, evitar los temblores, cargar el pincel con la cantidad exacta de tinta, completar la forma del círculo.

El propósito de este libro es inspirarte y provocar epifanías (*insights*) para que trabajes en tu mejor versión, cualquiera sea el ámbito donde vayas a desplegarla: en una organización, en tu profesión, en un proyecto, en el deporte o en las artes. Aquí encontrarás ideas, conceptos y técnicas de una gran variedad de disciplinas y de autores y profesores que son autoridad en su materia. También algunas reflexiones y experiencias propias. Tal vez, algunos conceptos te parezcan muy elementales desde lo intelectual, pero, como en la “o” del shodo, en esa simpleza está su dificultad. El desafío está en internalizarlos y vivirlos.

Aplicando las estrategias y herramientas de este libro podrás:

- Crear una mentalidad (*mindset*) poderosa que te lleve al éxito, a la realización progresiva de tu visión.¹
- Cambiar actitudes, pensamientos y emociones que se interponen entre tú y tus metas.
- Potenciar tus talentos. Las personas felices son las que hacen buen uso de ellos.
- Aprender a autogestionarte para aumentar tu foco y concentración y, así, hacer un buen uso de tu tiempo y energía.
- Diseñar una rutina y rituales productivos. No siempre hacer mucho va a dar los resultados que deseas. A veces, se trata de hacer menos y mejor.
- Implementar estrategias para refinar tu comunicación, liderazgo, negociación y *storytelling* (el arte de contar historias).
- Concientizarte sobre la importancia de cuidar tu cuerpo –tu templo sagrado– para lograr un alto desempeño.
- Crear un plan para que sigas profundizando tus conocimientos y para que siempre estés en constante expansión.

Venimos a este mundo con un propósito que cumplir, un talento que compartir y con un profundo aprendizaje que transitar para evolucionar. Hay personas muy talentosas que saben que están para más y que, pese a que se esfuerzan y trabajan duro, están ancladas y no consiguen avanzar. Todos tenemos un gran potencial. Sin embargo, muchas veces queda desaprovechado. No creemos en nuestra capacidad de concretar sueños; no hemos desarrollado una mentalidad poderosa para superar obstáculos; nos gana la pereza y procrastinamos; no seguimos una rutina de hábitos productivos; chocamos contra nuestros puntos ciegos; saltamos de un proyecto a otro, de una idea a otra; nos falta un compromiso real y profundo; nos empecinamos en proyectos que no son tierra fértil para desarrollar nuestros dones.

1 Conforme la definición de éxito dada por Earl Nightingale en *El secreto más extraño*.

Para desplegar tu mejor versión, sé quien estás destinado a ser, no quien estás programado a ser.

Sin un fuerte sentimiento de merecimiento, no tendrás la disposición para recibir los resultados que estás buscando. Tu programación inconsciente (qué te dices, qué sientes, qué piensas de ti mismo y qué crees que puedes o te mereces lograr) va a determinar el éxito o fracaso de lo que emprendas. Esta programación actúa como el sistema operativo de una PC, corre por debajo, no lo vemos, pero es el que ejecuta los programas. Así es esa programación inconsciente: no registramos su existencia, pero es la que en definitiva está en control. Puede ser tu gran aliada o tu peor enemiga. Si este es tu caso, lo único que necesitas para progresar es correrte del medio y dejar de ser tu propio obstáculo.

Las personas exitosas son aquellas que realmente tienen muy en claro cuáles son sus sueños y la certeza de que van a concretarlos. No solo esto, sino que todo su sistema de creencias (consciente e inconsciente) las habilita para ello, sea que esto se dé naturalmente o lo hayan trabajado. Asimismo, se sienten merecedoras de sus deseos más profundos, lo que las lleva a abrirse a las oportunidades, generar relaciones fructíferas, catalizar cambios y crear espacios de abundancia.

LA VIDA ES MUY CORTA PARA ESTAR EN UN TRABAJO QUE NO DISFRUTAS

Cada vez más gente me comenta que no está contenta con su trabajo, incluso algunos lo sufren y quieren reinventarse o iniciar un emprendimiento propio. Esta insatisfacción va más allá de los resultados económicos, porque el nuevo paradigma es trabajar haciendo algo que disfrutes. De hecho, conozco a un prestigioso abogado que, a pesar de su éxito profesional, no se siente realizado porque se dio cuenta de que, aun cuando él eligió esa pro-

fesión, en realidad lo hizo guiado por mandatos familiares que sintió y vivió como propios.

Un relevamiento llevado a cabo recientemente² muestra que el 34,5 % de los consultados está en búsqueda activa de nuevo empleo y un 32,8 % no está buscando, pero se encuentra abierto a nuevas oportunidades. Ya en 2014 una encuesta de Gallup³ mostraba el alto nivel de insatisfacción de las personas en sus empleos. Solo el 31,5 % de los empleados estaba comprometido con la compañía; el 51 % no lo estaba y el 17,5 % estaba directamente desconectado. Este último grupo mostraba su descontento y disconformidad, erosionando la motivación de los que sí estaban comprometidos.

Años atrás, imperaba la creencia de que no necesariamente tu trabajo tenía que gustarte y menos aún tenías que disfrutarlo. Desde la etimología, es muy difícil ligar la palabra “trabajo” a la pasión. De hecho, viene del latín *tripalium*, y hacía referencia a un elemento de tortura que se utilizaba en la Antigua Roma para castigar a los esclavos o condenados. Se ataba a la persona a tres estacas (*tri*: ‘tres’, *pallium*: ‘palos’) y se la azotaba. Con el tiempo, *tripalium* empezó a significar ‘fatiga’, ‘sufrimiento’, ‘penalidad’ y a asociarse con las tareas manuales y pesadas.

Es casi imposible desplegar tu mejor versión en una actividad que no solo no disfrutas sino que sufres y que no estás llamado a ser. Conoce tus fortalezas y capacidades. Apaláncate en ellas para desarrollarte y crecer y no sobredimensiones tus puntos débiles. Si eres muy talentoso como arquero, no tendría sentido que te entrenaras para ser goleador. Estarías desperdiciando tu oportunidad de brillar.

2 “La satisfacción laboral en la Argentina cae a niveles prepandémicos. ¿A qué se debe?”, Bloomberg Línea, 16/02/2022. Disponible en <www.bloomberglinea.com/2022/01/16/la-satisfaccion-laboral-en-argentina-cae-a-niveles-prepandemicos-a-que-se-debe/>.

3 Cit. en Ryan Scott, “How Many Employees Hate Your Company?”, *Forbes*, 05/03/2015. Disponible en <www.forbes.com/sites/causeintegration/2015/03/05/why-your-employees-still-hate-your-company/?sh=773ef135778a>.

Si estás haciendo algo que no te da satisfacción, en lugar de quejarte, sal de ahí y diseña tu éxito, lo que sea que signifique para ti.

DEFINE TU ÉXITO

Este término proviene del latín *exitus* ('salida', 'término', 'fin'); simboliza el destino al que deseas llegar o las metas que te propones alcanzar. Y a lo largo de la historia, cada sociedad ha tenido su propio paradigma de lo que es ser exitoso. Algunas han valorado el saber, como la ateniense; otras, el heroísmo en las batallas, como la espartana; la religión y la espiritualidad, como los tibetanos; el prestigio social o el poder económico, como la sociedad actual. Cuando te liberas de los paradigmas imperantes, de los mandatos sociales y familiares, puedes encontrar tu propia definición.

El éxito es la realización progresiva de un ideal digno.⁴ Esa realización implica movimiento y proceso, es decir que se extiende en el tiempo e implica una secuencia de pasos e instancias y requiere acciones diarias sostenidas, encaminadas a tal fin, a diferencia de un evento que sí tiene fecha y hora de inicio y fin, como, por ejemplo, una fiesta o una reunión. En ese camino encontrarás picos y valles. Tendrás que avanzar a pesar de los miedos y la incertidumbre. No hay garantía de éxito, pero no hay recompensa sin dedicación.

Desde joven, me he sentido atraída por las historias de personas que lograron superar fuertes adversidades, y me preguntaba de qué madera estaban hechos, cómo lo habían conseguido, qué fuerza los seguía empujando cuando otros, en circunstancias similares, se habían rendido.

Esteban era un niño pobre, que vivía con su madre en condiciones paupérrimas, sin cloacas ni agua potable, en el conurbano

4 E. Nightingale, ob. cit.

bonaerense.⁵ Lo más fácil y usual hubiera sido resignarse a su destino, buscar culpables o quedarse sentado esperando un salvador. No obstante, Esteban no haría nada de eso. No estaba dispuesto a aceptar esa realidad como su destino, sino que, a pesar de sus circunstancias, iba a buscar todas las maneras posibles para salir adelante, y lo hizo. Tenía algo muy en claro: quería estudiar y sabía que eso y el trabajo lo sacarían adelante. Gracias a que, a sus 14 años, trabajó como botones en un hotel de Buenos Aires, tuvo la fortuna de conocer a su ídolo futbolístico, que se alojaba allí con su equipo. Cada vez que lo veía, Esteban corría y se ofrecía a llevarle el bolso; este no aceptaba y, en cambio, le regalaba caramelos.

Esteban estudiaba, estudiaba y estudiaba. De hecho, aprendió a hablar siete idiomas y empezó a viajar por el mundo. “Sin sacrificios no hay beneficios. Mi madre me enseñó que la pobreza no es natural, menos en un país tan rico como la Argentina. Es imposible que en un país donde tirás una semilla y crece, haya pobres. La pobreza es un estado psicológico, un estado inducido, un estado en el que uno entra y no sabe salir”, diría Esteban años más tarde en un reportaje.⁶

Otra historia inspiradora que quiero compartirti es la de Sylvester Stallone, quien apenas lograba vivir de la actuación. Su situación económica era tan desesperante que decidió vender a su perro, porque no podía mantenerlo. Pero todo cambió cuando vio una pelea de Mohamed Alí. “De esto tengo que hablar”, se dijo, “de cómo hay gente que se queda mirando como sus sueños se escurren por la alfombra”. Durante diez meses estuvo incubando su idea, hasta que, finalmente, en solo tres días, escribió el guion de *Rocky*.

Ahora venía la etapa más ardua: vender el guion a una productora cinematográfica y además convencerlos de una condición no

5 Zona de la provincia de Buenos Aires que rodea el área de la Ciudad de Buenos Aires (CABA).

6 CLASEP, “De Fiorito a Óxford. Cuando Maradona fue nombrado ‘maestro inspirador de sueños’”, 25/11/2020. Disponible en <clasep.com/de-fiorito-a-oxford-cuando-maradona-fue-nombrado-maestro-inspirador-de-suenos/>.

negociable: él debía ser el protagonista. Luego de varias decepciones y rechazos, su agente finalmente consiguió interesar a United Artists. Le ofrecieron 125.000 dólares por el guion, que Stallone rechazó, porque no estaban dispuestos a aceptar a un desconocido para el rol principal. Preferían actores ya famosos, que podrían asegurar un éxito de taquilla. ¡Había vendido su perro porque no podía mantenerlo y, aun así, rechazó los 125.000 dólares! Contrariamente a lo que hubiera sido una decisión “sensata”, se mantuvo firme y rechazó las siguientes propuestas de United Artists por 225.000 dólares y 325.000 dólares. Él tenía la certeza y convicción absoluta de que ese papel iba a cambiarle la vida, así que no iba a resignarlo.

Tras varias idas y vueltas, acordaron una suma mucho menor, 35.000 dólares, pero Stallone se salió con la suya. Él sería Rocky. Lo demás es historia conocida. *Rocky* fue un éxito mundial. Con un presupuesto de un millón de dólares, un monto muy bajo para la industria cinematográfica, solo en 1976 –el año de su lanzamiento– facturó 225 millones de dólares. Stallone creía fervientemente en el potencial de su obra y en su capacidad para protagonizarla. No era un mero deseo, y no se equivocó. En los Premios Oscar, fue nominado para mejor actor y el film obtuvo tres premios, incluido el de Mejor Película.

Mandela, el primer presidente de Sudáfrica de raza negra en ser designado mediante elecciones democráticas, tenía escrito, en la pared de su celda, el poema *Invictus*. Cuando le preguntaron cómo había hecho para sobrevivir veintisiete años en la cárcel, él contestó que no estaba sobreviviendo, se estaba preparando. Y para ello se valió de la fuerza arrolladora de ese poema, que sabía de memoria y solía recitar como un mantra.

Más allá de la noche que me cubre
 negra como el abismo insondable,
 doy gracias a los dioses que pudieran existir
 por mi alma invicta.

Caído en las garras de la circunstancia,
nadie me vio llorar ni pestañear.
Bajo los golpes del destino,
mi cabeza ensangrentada sigue erguida.

Más allá de este lugar de lágrimas
e ira yacen los horrores de la sombra,
pero la amenaza de los años
me encuentra, y me encontrará, sin miedo.
No importa cuán estrecho sea el camino,
cuán cargada de castigo la sentencia.
Soy el amo de mi destino;
soy el capitán de mi alma.⁷

Estos versos adquieren otra dimensión al conocer la historia de su autor, William Ernest Henly, quien tenía solo 17 años cuando volcó todo su dolor y toda su valentía al escribirlos en la cama de un hospital, luego de que le amputaran una pierna.

Henly, “un gran muchacho [...], con una gran barba roja y una muleta; jovial, asombrosamente inteligente, y con una risa que rodaba como la música y [...] una inimaginable fuerza y vitalidad”,⁸ no solo iba a inspirar a Mandela: “Ahora tengo que hacerte una confesión. Fue la imagen de tu fuerza mutilada y autoridad la que engendró a John Silver El Largo... La idea del hombre mutilado, gobernando y temido por solo el sonido de su voz, fue tomada íntegramente de ti”,⁹ declaró Stevenson a su amigo Henly. Sí, él es John Silver, el pirata de *La Isla del Tesoro*.¹⁰

Te cuento ahora el final de la primera de las historias. Todos los años, la Universidad de Óxford (Reino Unido) invita a una

7 William E. Henley, *Libro de poemas*.

8 Véase <en.wikipedia.org/wiki/William_Ernest_Henley>.

9 Interesting Literature, “Five Fascinating Facts about William Ernest Henley”. Disponible en <interestingliterature.com/2015/08/five-fascinating-facts-about-william-ernest-henley/>.

10 Robert Louis Stevenson, 1883.

personalidad destacada a nivel mundial como orador del acto de graduación. En 1995, el Profesor Hubner envió a Diego Maradona una invitación formal para que dijera unas palabras en la ceremonia de ese año, la que este agradeció, pero declinó alegando cuestiones de agenda. Al poco tiempo le llegó otra invitación que sí aceptó. Esta vez se trataba de una carta manuscrita por quien solía correr para llevarle el bolso. Sí, Esteban, el chico que había crecido en condiciones tan adversas, era entonces profesor de una de las universidades más prestigiosas del mundo y lo invitaba a una conferencia para entregarle el título honorífico de Maestro Inspirador de los Soñadores de Oxford.¹¹

¡Cuánto aprendizaje podemos tomar de estas historias! Ellos no se resignaron, recrearon su destino. La vida y obra de otras personas son un gran motor y fuente de inspiración.

PON EN PRÁCTICA ESTE MODELO

A lo largo de este recorrido iremos analizando conceptos, ideas y recomendaciones para que desarrolles una mentalidad poderosa, potencies tus talentos, incorpores técnicas y herramientas para sacar lo mejor de ti. Pero ten en cuenta que el verdadero aprendizaje no se da cuando sabemos algo de manera teórica, sino cuando aprendemos a hacerlo; de lo contrario, solo tenemos información. Por eso, te invito a pasar a la acción y a que te tomes tu tiempo para realizar los ejercicios que encontrarás en cada capítulo.

En este libro, verás algunas expresiones o palabras en inglés. Decidí consignarlas de tal manera ya que es el modo en el que se hace referencia a ellas en la práctica y en cualquier bibliografía, en caso de que quieras profundizar más sobre esos temas.

¹¹ CLASEP, ob. cit.

Visualicé este recorrido como cinco territorios que descubrir, explorar y conquistar, una y otra vez; territorios interconectados e interdependientes que se retroalimentan. Inicia esta lectura con un espíritu de aventura, curiosidad y entusiasmo.

Territorio I. Tu mentalidad: aquí encontrarás recursos para crear una mentalidad poderosa.

Territorio II. Tu autogestión: aprende a utilizar tu tiempo y energía para aumentar tu productividad y rendimiento, enfocados al logro de tus metas.

Territorio III. Tus habilidades sociales: aquí hay mucha información y estrategias para comunicar, negociar y liderar. ¡Aprovéchalas!

Territorio IV. Tu cuidado propio: un enfoque sobre cómo tu bienestar mental y corporal incide en tu desempeño.

Territorio V. Tu *expertise*: tu conocimiento técnico, la necesidad de actualizarte y aprender de manera constante (*learnability*).

Piensa un momento en cada uno de estos territorios y analiza cuál es tu nivel actual de dominio de cada uno. No el nivel deseado, sino el real. Ponte un puntaje del 1 al 10. Cada territorio engloba varios conceptos. Aun así, haz un promedio general para puntuar cada uno. Utiliza estos puntajes como indicadores para seguir tu avance.



Territorio I: Pensamientos habilitantes. Fortaleza emocional. Actitud protagonista.

Puntaje:



Territorio II: Buena gestión del tiempo y energía. Alta productividad. ¡El día rinde!

Puntaje:



Territorio III: Sabes comunicar tus ideas con claridad, negociar, liderar.

Puntaje:



Territorio IV: Cuidas tu cuerpo, tu descanso, alimentación, haces actividad física y meditas.

Puntaje:



Territorio V: Estudias, realizas cursos, te actualizas constantemente.

Puntaje: