

# Luchar, superarse y alcanzar

## Introducción

En este ensayo buscare explayarme en los campos que durante toda mi experiencia de vida, he creído sumamente importantes y me han llevado a cumplir un gran sueño e intento ponerlos en práctica día a día. Además, me apoyare en bibliografía de la psicología del coaching y el liderazgo para entender el porqué de mi vida.

Todos hemos caminado por senderos diferentes, cada uno con sus problemas y facilidades en su mayor o menor medida. Algunos hemos tenido el privilegio de conseguir aquello que tanto hemos buscado, pero eso no ha sido un trabajo fácil y, lo más difícil es aprovechar lo que aprendimos para perseguir nuestros próximos sueños.

Uno de mis cantautores favoritos dice en una de sus letras “En mi barco soy mi propio capitán” (Melendi). La vida es como un barco que navega por el mundo, esos de las películas. Pero no los de ahora con radares, si no los de antes que navegaban con un rumbo y destino determinado, nadie les avisaba con seguridad lo que iba ocurrir en los próximos kilómetros, y nosotros somos el capitán. No es que yo me haya criado en el Atlántico bajo las aguas, en lo absoluto, pero de solo imaginar el mar, las tormentas inesperadas que sucedían, la tripulación que se debía mantener en pie, la supervivencia, el trabajo en equipo para elevar velas, etc. Lo asimilo totalmente con nuestras vidas. Es necesario que nos conozcamos a nosotros mismos, en donde nos encontramos, a dónde queremos llegar, y lo más difícil e importante, ponerse a flote, luchar, superarse y alcanzar.

## Desarrollo

Muchos vivimos el día a día como robots. Nos levantamos con la alarma, agarramos el celular, revisamos nuestros e-mails, los mensajes de los grupos de Whatsapp, si él o la persona que nos gusta le puso like a nuestra foto, preparamos el desayuno, vamos a la facultad o al trabajo y así sigue nuestro día normalmente hasta que nos dormimos y esperamos repetir la rutina al día siguiente. Sin embargo, vemos gente a la cual alabamos, los envidiamos, queremos mayores comodidades en nuestras vidas, etc. Ahora yo pregunto ¿Nos hemos sentado a plantear nuestros objetivos alguna vez y cómo podemos conseguirlos?

Principalmente es importante que nos conozcamos a nosotros mismos. Como afirma Zarate (Mayo, 2010, pág. 59) “Los coaches ayudan al coachee a explorar sus propias creencias, valores, fortalezas y limitaciones”, una de las 15 clarificaciones del coaching de la escuela norteamericana específica “La confianza en sí mismo se construye” (Zarate, Mayo, 2010, pág. 62). En muchos talleres y charlas en las que he participado han marcado la importancia de crear un FODA personal. Es de gran influencia en uno mismo conocer bien sus virtudes, sus errores, motivaciones y debilidades, lo cual nos llevará a ser fuertes en todo momento.

Es esencial definir un sueño de la forma más precisa posible, aunque hay que saber que esto no es fácil, “La visión debe entenderse como la capacidad de desarrollar un proyecto de futuro” (Bernardo G. Angulo Belloc, 2001). “Todo se resume en una pregunta, hay que ser determinado con esto. ¿Vos realmente lo deseas? ¿Lo querés? ¿Estás dispuesto a hacer lo que haga falta?” (Fernandez, 2019).

Dentro de este machete que Gusti nos entrega termina con una impactante pregunta que conlleva a lo más importante de llegar a lo que queremos ser; transitar el camino.

Uno de los 15 marcos del coaching de la escuela norteamericana establece, “El éxito es un efecto” (Zarate, Mayo, 2010). Podemos plantearnos grandes objetivos, sueños que muchos crean inalcanzables y superan expectativas, no obstante, lo único que diferencia a las personas exitosas del resto es que ellos han recorrido su propio sendero explotando sus habilidades y superando dificultades. No es que me considere una persona exitosa, ni mucho menos, sin embargo, mi adolescencia la he dedicado 100% al rugby. Soy de una familia del ambiente en la cual mis máximos referentes, mi papá y mi hermano, han llegado a representar a mi provincia, y claramente, en mi sazón de no querer ser menos, he dado todo para lograrlo y así es como en el año 2015 viaje a La Plata al campeonato nacional de rugby, siendo titular del equipo. Fue un camino largo, en el cual comencé a los 15 años, con desventaja ya que muchos lo hacen desde los 5 años, pero tuve la suerte de sufrir muchas críticas, identificar bien a mis referentes y tener mucho compromiso y sacrificio.

Entre los principales conflictos que llevan a las personas a fracasar, frustrarse y dejar de intentar cumplir el objetivo que tanto anhelan se encuentran las críticas. Sin embargo, yo he dicho “He tenido la suerte”, hago referencia a ello ya que tuve la capacidad de superar dichas críticas y usarlas a mi favor. Existen dos tipos de críticas, las constructivas y las destructivas, las dos son muy importantes. La primera la recibimos de buena forma, mientras la segunda nos puede molestar de gran manera, sin embargo, hay que entender que las dos nos están marcando un error. Un error es un defecto, y lo que debemos hacer con los errores es trabajar en ello y evitar cometerlos nuevamente, lo que provocará un cambio positivo en nuestra persona. Cada vez que recibamos una crítica, nos sentemos en la silla de quién nos lo ha dicho e intentemos entender el porqué de su opinión. Podemos encontrar errores que siempre hemos cometido, pero nunca lo hemos detectado. ¡Aprovechémoslo!

Otra cuestión de suma importancia para superarse es determinar referentes y competir contra ellos, de forma saludable, para copiarlos en lo que los admiremos y sobrepasarlos, lo cual sería ideal.

“Piense usted en los tres líderes más importantes, hombres o mujeres que influyeron en su vida positivamente, y enumere a continuación cuáles fueron los cinco valores y fuerzas principales de cada uno de ellos.” (Bernardo G. Angulo Belloc, 2001)

Este ejercicio lo usaron para sacar estadísticas de valores que detectaban de líderes y aconsejar a los estudiantes para que admitan estas características y las pongan en práctica. Probablemente me equivoque, yo soy una persona muy competitiva y lo creo extremadamente esencial para conseguir el éxito. Por esto mismo a este ejercicio le agregaría que la gente salga a copiar a sus referentes, detectar sus atributos y errores, y superarlos.

“En este marco, las empresas se han fijado en el ámbito deportivo, ya que según Hernández (1994:14-15) en ese se desarrollan situaciones de competición, regladas, de carácter lúdico e institucionalizada”, a lo cual añaden Diem (1978) y Coubertin (1960) busca la superación y el perfeccionamiento de una forma integral, apoyado por el deseo de progreso, que tiene un carácter ambicioso para obtener los más altos resultados, aunque genere riesgos. Las empresas buscan lo mismo que los equipos deportivos: ser los mejores y los líderes en su área” (Zarate, Mayo, 2010)

Si empresas exitosas ponen foco en la competencia quiere decir que las lleva a una superación constante. Tengamos hambre de crecimiento y empecemos a competir de forma saludable. No solo lo hagamos con nuestros máximos referentes, todas las personas con las que compartimos tiempo tienen virtudes. Si tuviésemos la capacidad para detectarlas, assimilarlas y ponerlas en práctica creceremos de forma exponencial y superaremos nuestras expectativas.

Ya he marcado dos conceptos que creo son de gran importancia en este largo sendero, sin embargo, queda el último, el más importante y difícil; el compromiso y sacrificio. Nada llega solo, puedo pensar mucho en superarse, aceptar las críticas y conocer a la perfección a nuestros referentes, pero la diferencia se hace con las acciones. No hay que olvidarse que vivimos en un mundo lleno de personas, y probablemente, en el cual habrá muchos individuos que buscan lo mismo que nosotros. Si uno quiere conseguir lo que busca debe ponerse en acción. Will Smith nos dice en una de sus conferencias “No digas que vas a construir el muro más grande del mundo, todos los días ve y coloca un ladrillo de la manera más perfecta que se puede colocar este ladrillo” (Smith, 2010). A esto mismo le agregaría algo que me enseñó mi papa “Si vas a hacer las cosas, hazlas con amor propio, si no, no lo hagas”. Aquí mismo es cuando debemos hacer una pausa y analizarlo. Si no es algo que hacemos con pasión, probablemente no sea el objetivo que creíamos. No tengamos miedo de admitir que estamos en el sendero equivocado. Si se hacen las cosas con pasión y determinación es porque realmente amamos lo que estamos haciendo y podremos superar cualquier tipo de barrera que se los interponga. Sin ir más lejos, durante mi camino he sufrido la muerte de mi papá y previo a eso, 3 meses de terapia intensiva. Sin embargo, seguía sin faltar a los entrenamientos y a todo aquello que me acercaba a mi sueño.

Podemos sufrir mucho, perder demás, dejar de lado muchas cosas, pero cuando lleguemos a alcanzar el sueño no habrá más que lágrimas de orgullo, felicidad y fortaleza.

El único problema de conseguir algo es lo que sigue después. Ya conseguimos lo que tanto anhelábamos. Ahora tenemos que buscar nuevos objetivos y arrancar de cero, otra vez la vida prueba nuestra fortaleza. “La verdadera seguridad es sentirse lo bastante cómodo con uno mismo como para entrar en territorio desconocido e intentar lograr algo, siendo capaz de extender tu confianza de un escenario a otro”. (David Molden, 2009, pág. 9). Comenzamos un nuevo ciclo, entramos en aguas desconocidas y más difíciles. Utilicemos todo lo que hemos aprendido y que comience todo de vuelta, pero con más herramientas.

## **Conclusión**

El camino al éxito no es el mismo para todas las personas. No obstante, con conocerse, planificar a conciencia, luchar con amor propio y superarse constantemente nos lleva a la gran felicidad de cumplir nuestros sueños. Creamos en nosotros mismos y arranquemos. Si no lo hacemos no llegamos.

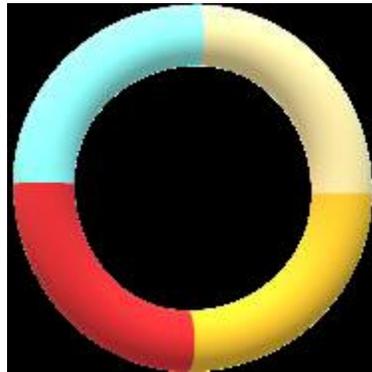
Cabe aclarar que esto no es un proceso lineal, sino que es un ciclo de mejora continua al que me lo he apropiado y creado mi propia versión.

Alcanzar

Conocerse

Luchar y  
superarse

Planificar



Como nos han enseñado a muchos en la facultad. El proceso de mejora continua no solo se hace a grandes plazos como he señalado en todo el ensayo, si no que en nuestro día a día debemos aplicarlo y poco a poco nos acercaremos a nuestro objetivo.

*¿Qué estás esperando para empezar a aplicarlo?*

## **Bibliografía**

Bernardo G. Angulo Belloc, F. S. (2001). Liderazgo: El don del servicio.

David Molden, P. H. (2009). Cree en tí con PNL.

Fernandez, G. (Febrero de 2019). #60 Gusti Fernandez y ser el número uno del tenis adaptado. (G. Garbusky, Entrevistador)

Smith, W. (Diciembre de 2010). Will smith y su gran sabiduría.

Zarate, M. O. (Mayo, 2010). Psicología y coaching: Marco general, las diferentes escuelas.