

30 PRINCIPIOS DE UN BLACKLION

DEL AUTOR DE CUATRO *BEST SELLERS*

JÜRGEN KLARIĆ

PAIDÓS EMPRESA

PRINCIPIO UNO

Los miedos no son tan malos

Emprender con valentía: gestiona el miedo y úsalo como el arma más poderosa de cambio

Miedo vs. valentía

El miedo es una emoción natural que todos experimentamos en algún momento; mucho más cuando nos proponemos materializar una idea e innovar en un campo de alta competitividad. Sin embargo, en ocasiones el miedo es una barrera que puede impedir que te organices y trabajes a favor de tus metas.

La valentía, por otro lado, es el coraje de enfrentar el miedo y superarlo. Es el impulso necesario para dar el primer paso hacia lo desconocido y hacer realidad tus objetivos. Abrazar la valentía te permitirá desarrollar confianza en ti mismo y enfrentar cualquier desafío con determinación y convicción. La valentía no significa no tener miedo, sino actuar a pesar de él. Es dar un paso adelante, incluso cuando el camino es desconocido y la incertidumbre es abrumadora. Implica enfrentar tus miedos y desafíos, y persistir incluso cuando las cosas se ponen difíciles. La valentía es lo que te llevará a tomar riesgos calculados, perseguir tus sueños y vivir una vida feliz. Ella te facilitará hacer lo que antes parecía imposible y te ayudará a crecer y desarrollarte como persona exitosa.

¿De qué manera estás cambiando, emprendiendo e innovando tu forma de ser con valentía y gracias a tus miedos? Yo aprendí a amar mis miedos. Son la mejor prima para frenarme y pensar antes de actuar, para no fallar, crear una mejor estrategia y cazar con menos desgaste.

Aquí te dejo un ejemplo muy antiguo. Después de varias palizas que el gran mamut les dio a los cazadores del pasado, poco a poco desarrollaron un miedo, ya que muchos de ellos perdieron la vida por la necesidad de llevar a casa una presa para comer. ¿Por qué insistían en cazar a un animal tan grande, fuerte y agresivo? Porque también era grasoso y sabroso. Pero este miedo que desarrollaron fue el remedio perfecto, pues los impulsó a unirse; comenzaron a trabajar en equipo y elaboraron lanzas más resistentes y eficaces. Si no hubiese sido por el miedo, todos hubiesen muerto en el intento y nos hubiésemos extinguido. Así de fácil.

El miedo es la mejor arma de supervivencia. Úsalo a tu favor, no en contra de tus sueños. Aquí te muestro algunos ejemplos de la gestión de miedos del SER (personales):

- El **miedo** a tener un hijo por temor a no ser buen padre te ayudará a ser menos egoísta.
- El **miedo** a cambiar a tus amigos de mala influencia para no quedarte solo te hará darte cuenta de que pierdes la oportunidad de conocer personas que te aporten más.
- El **miedo** a poner los cuernos y perder a la mujer de tu vida hará que trabajes para tener una relación más estable con ella.
- El **miedo** a aceptar que eres mala persona te hace trabajar en ser mejor.

- El **miedo** a ser arrestado te hace cumplir leyes severas e incómodas, pero que te permiten vivir libre.

➔ «Ten cuidado con quien no tenga
miedo a nada
ni tenga nada que perder».

Jürgen Klarić

Ahora mira estos ejemplos de la gestión de miedos empresariales:

- El **miedo** de salir a vender y recibir rechazos duros te hará esforzarte más y ser más estratégico.
- El **miedo** a lanzar nuevos productos o servicios y perder la inversión te hará quedarte quieto, pero también te obligará a pensar mejor las cosas e innovar.
- El **miedo** a expandirte a nuevos mercados desconocidos o incómodos podría hacer que te quedes quieto, o bien te hará cauteloso para escoger un lugar bueno y clave para crecer.
- El **miedo** a perder la carrera frente a la competencia te hará innovar de forma disruptiva, tomando altos riesgos y mayor desgaste.
- El **miedo** a contratar personal de primera y costoso, para luego no tener cómo pagarles, puede estancarte. Sin embargo, puedes usar a tu favor el miedo a no tener un *dream team* para luchar juntos contra la competencia feroz y ganar.

TIPOS DE MIEDOS

Miedo paralizador

Existen dos tipos de miedos. El primero es el miedo paralizador, aquel que te inmoviliza y te impide, luchar, cambiar, lograr.

«Tengo miedo a los socios».

Con este tipo de miedo te niegas a la oportunidad, te estancas en situaciones o les das vueltas y vueltas, y nunca avanzas para solucionar problemas, incrementar tus ganancias o mejorar tu vida. Por esto tu empresa no sale adelante ni tiene el capital necesario.

Miedo motivador

Este es el miedo que te empuja a lograr un cambio, a mejorar y perseguir el éxito y la felicidad. Este tipo de miedo viene impulsado por la valentía.

«Tengo miedo a nunca ser el líder del mercado».

«Tengo mucho miedo de morir con problemas económicos».

Este tipo de mieto te hará conseguir los mejores socios, seleccionarlos cuidadosamente, trabajar el doble y tomar altos riesgos, sí, pero también calculados.

DESARROLLO DEL PRINCIPIO

Para entender y apropiarte de esta nueva forma de ver los miedos debes seguir tres pasos:

1. Comprender cómo el miedo te hace mas cauteloso, pero también cómo te detiene y aleja del éxito. Reflexiona sobre lo bueno y lo malo de los miedos.
2. Abrazar la valentía para que los miedos paralizadores no afecten tu desarrollo personal.
3. Vivir una vida valiente y amar tus miedos; acepta que ellos te hacen ser mejor también.

Comprender el miedo

¿Realmente QUÉ ES el miedo? ✨ ✨

Es una reacción biológica creada por el cerebro que emite una señal de parálisis o reacción, la cual tiene un solo fin: no morir, ya sea una muerte física o una social. Sin ella, el ser humano ya se hubiese extinguido hace mucho y hubiese sucedido ninguna evolución. Gracias al miedo a morir de hambre en la era del hielo, nuestros antepasados se arriesgaron a caminar por años hasta encontrar calor y tierras fértiles, y te aseguro que sin ese miedo, ese instinto de supervivencia, todos hubiesen muerto congelados.

Cuando tienes miedo, inmediatamente generas respuestas corporales y conductuales. Otro ejemplo: imagina que estás a punto de salir a hablar frente a un auditorio con cientos de personas. El miedo que sientes en ese momento será traducido por

tu cuerpo: el ritmo cardiaco se elevará; tus pupilas se dilatarán; tus poros se abrirán y comenzarás a sudar, y no podrás hacer nada al respecto si no estás preparado.

¿Y qué pasa realmente en tu cerebro cuando sientes miedo? Tu cuerpo produce cortisol, que ayuda a liberar azúcar al torrente sanguíneo. También produce adrenalina, que nos pone en un estado de alerta cuando detectamos una situación amenazante.

Benditos miedos; sin ellos no estarías acá leyendo este libro. Simplemente analiza qué te hizo comprarlo o invertir tu tiempo y dinero en él: fue el miedo a no ser feliz y nunca lograr lo que pretendes. Es gracias a ese miedo motivador que estás buscando respuestas y herramientas para sobrevivir. Gracias a ese miedo tienes este libro en tus manos.

Un día, un amiga mía decidió cruzar por debajo de un puente peatonal simplemente por ahorrarse el gasto energético de 40 escalones. No le tuvo miedo al tráfico, pero la atropellaron y pasó casi tres meses en cama sin poder vivir la felicidad ni producir. Sé, además, de un perro callejero que ha sido golpeado un par de veces por hacer lo mismo en el mismo cruce y que no murió; ahora usa el paso a desnivel igual que los humanos que tienen miedo de morir o terminar inválidos.

El miedo es la respuesta emocional a una situación de peligro, a la incertidumbre o a lo desconocido. Representa una poderosa fuerza que puede paralizarte, limitar tu verdadero potencial y detener tu camino hacia el éxito y la felicidad al impedir que tomes decisiones asertivas. Por ello, es importante hablar sobre los diferentes tipos de miedo y sobre cómo se pueden manifestar en tu vida. Al entender de dónde vienen y cuáles son, puedes enfrentarlos y superarlos. Por ejemplo, el miedo a lo desconocido puede manifestarse como ansiedad y preocupación excesiva; el temor a fracasar puede hacer que te sientas

inseguro e incapaz de tomar riesgos calculados; el miedo al rechazo puede hacer que evites situaciones sociales o dudes en expresar tus opiniones.

Toma un momento
para reflexionar sobre lo siguiente:

- ◆ **¿Cuál es tu miedo más grande?**
- ◆ **¿Qué te impide alcanzar tus metas?**
- ◆ **¿Qué detiene tu camino hacia el éxito?**

Al contestar estas preguntas, encontrarás las causas profundas del miedo, entenderás su magnitud y te organizarás de forma cotidiana para actuar al respecto.

Te recomendaré un libro que puede ayudar en este proceso. Se trata de *El arte de lo posible*, un valioso texto donde Rosamund Stone Zander y Benjamin Zander ofrecen una perspectiva única sobre cómo comprender el miedo y abrazar la valentía. Ellos señalan que el miedo surge de una percepción negativa de la realidad, de las creencias limitantes sobre nosotros y sobre nuestro contexto. En este sentido, sugieren que al modificar la visión sobre lo que nos rodea podemos superar los miedos. Los autores, además, comparten una serie de prácticas y ejercicios que favorecen una mentalidad de posibilidad y permiten alcanzar metas. Estas prácticas incluyen la visualización, la meditación y la creatividad, entre otras.

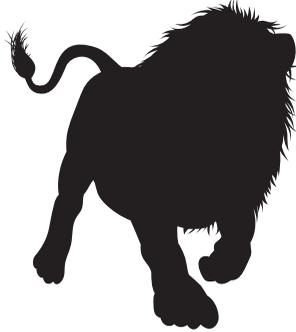
Uno de los ejercicios clave del libro es «dar el primer paso». Esto implica emprender una acción audaz y valiente, incluso cuando no se tiene certeza sobre los resultados. Al dar el primer paso comienzas a superar los miedos y se crean nuevas posibilidades que te harán llegar invariablemente al lugar más exitoso de tu vida.

El arte de lo posible expone que es necesario dar un giro a nuestra percepción de la realidad; es decir, en lugar de concentrarnos en lo que falta o lo que podemos perder, debemos fijar la atención en los recursos disponibles y en las oportunidades que tenemos por delante. En resumen, este libro ayuda a comprender el miedo, al advertir que surge de una idea maleable sobre la realidad. Sus prácticas y ejercicios te facilitarán superar temores, desarrollar una mentalidad de posibilidad, cambiar la percepción negativa, abrazar el valor y, finalmente, descubrir tu verdadero potencial.

Un poder llamado miedo

La mayoría de la gente te dirá que solo podrás superarte cuando logres eliminar tus miedos. Yo difiero. El miedo puede paralizarte, es verdad, pero aunque no lo creas también puede motivarte: es un valioso aliado para tu crecimiento personal. La psicología del pasado te ha dicho que una persona miedosa será infeliz y no logrará nada en la vida, pero esto no es verdad.

Nadie debe avergonzarse de su miedo, es simplemente cuestión de entender un nuevo paradigma: todo se trata de cómo interactúas con él, cómo lo abor das, cómo juegas con él y de qué manera dejas que influya en ti. Piensa en grandes personajes de la historia, como Gandhi, Napoleón o Steve Jobs. ¿Crees que nunca tuvieron miedo? Ellos vivieron el miedo muchas veces y por muchas razones, pero lo utilizaron como trampolín para alcanzar metas cada vez más grandes. El miedo fue un aliado importante de su éxito.



El león
transforma
el miedo en
valentía para
cazar a la presa
más grande.

Abrazar la valentía

Abrazar la valentía, tanto en tu desarrollo personal como en el mundo del emprendimiento, significa abrazar el éxito, pero también aceptar el riesgo y la incertidumbre propios de iniciar ese reto. Este acto también conlleva tomar medidas audaces para lograr objetivos. A continuación, te presento algunas formas de materializar esta idea.

Aceptar el riesgo. Empezar implica aventurarse a lo desconocido y eso puede ser aterrador. Sin embargo, para acceder a una buena oportunidad es importante salir de la zona de confort, que comúnmente confundimos con felicidad. Aceptar la incertidumbre te permitirá descubrir tu potencial de triunfo y crecimiento, además de encontrar una felicidad auténtica.

Tomar medidas valientes. Los seres humanos que exigen la felicidad y los emprendedores que buscan éxito son quienes no tienen miedo de tomar decisiones osadas para lograr sus objetivos. Por ello, corren riesgos calculados, como invertir en una nueva tecnología o contratar un equipo de expertos. Asimismo, llevan a cabo acciones inexploradas.

Ser persistente. Para ser mejor y emprender con éxito tienes que enfrentarte a muchos obstáculos y fracasos, sin embargo,

es necesario perseverar y seguir avanzando a pesar de las dificultades. Las mejores personas y los emprendedores más valiosos son tenaces y están dispuestos a continuar, incluso en situaciones difíciles.

Aprender de los errores. Es importante reconocer los errores propios y aprender de ellos. Equivocarse es parte del camino de la vida y del emprendimiento, pero también puede ser una oportunidad de crecer como persona hasta convertirte en un líder y ser exitoso en todo. Aprender de los errores te ayudará a tomar medidas más estratégicas en el futuro.

En resumen, abrazar la valentía implica estar dispuesto a asumir riesgos, tomar decisiones audaces, ser persistente y aprender de tus errores. Algunas acciones que te ayudarán a hacerlo incluyen meditar, desarrollar hábitos positivos, establecer propósitos realistas y visualizar tus metas. Recuerda que la valentía no implica la ausencia de miedo, sino actuar gracias a él.

Vivir de forma valiente

Ahora es importante decidir cómo aplicarás este principio en tu propia vida. ¿Cómo vivir de forma valiente y cómo aprovechar el miedo para crecer? Intenta practicar cada día lo que has aprendido: toma riesgos calculados, enfrenta tus miedos y desafíos y aprende de tus errores. Rodéate de personas que te apoyen y motiven en tu viaje hacia el éxito. Al vivir de forma valiente, puedes alcanzar tus metas y desarrollarte de manera plena y satisfactoria.

El miedo puede ser una barrera para lograr lo que deseas, pero al abrazar la valentía lograrás superarlo y obtener lo que te propongas. Practica y desarrolla tu valor para tener una vida llena de propósito y significado.

CONCLUSIONES PARA SER UN GANADOR

Al reflexionar sobre este principio, puedes concluir lo siguiente:

- 1. No puedes permitir que el miedo te paralice.** Los fracasos son parte del camino al éxito: las personas que triunfan son quienes han asumido riesgos para alcanzar sus objetivos. A menudo, el miedo nos impide tomar decisiones importantes y nos mantiene atrapados en nuestra zona de confort. Para superarlo, es importante identificar sus causas subyacentes y abordarlas. Pregúntate: ¿has pensado qué es lo que te da más miedo de emprender? ¿Es el fracaso, la validación externa o los riesgos económicos?
- 2. La valentía no es igual a la imprudencia.** Es una habilidad que se puede desarrollar y que garantiza el camino al éxito. Muchas personas piensan que es innata, pero en realidad puede cultivarse. Si realizas pequeños actos de valor cada día, construirás tu confianza. Ser valiente no significa ser irresponsable o ignorar el peligro, sino evaluar cuidadosamente los riesgos y tomar decisiones de manera informada y estratégica.

EJERCICIOS PRÁCTICOS PARA GESTIONAR MIEDOS

BÁSICO:

sal de la zona de confort y enfrenta la incomodidad

Identifica los miedos más comunes que tienes como emprendedor y anótalos en un papel. Después, piensa en una acción pequeña pero valiente que puedas hacer para enfrentar cada uno de ellos. Por ejemplo, si tienes miedo de hablar con clientes potenciales, empieza por enviarles un correo electrónico de

presentación. Conforme realices estas pequeñas acciones, tu confianza y habilidades de comunicación mejorarán.

INTERMEDIO: planifica paso por paso

Identifica una meta de negocios que te gustaría alcanzar pero que te genera temor. Divide esa meta en pasos más pequeños y manejables, y establece un plan de acción para lograrlos. Por ejemplo, si tu objetivo es lanzar un nuevo producto, los pasos podrían incluir hacer una investigación de mercado, desarrollar un prototipo e idear una estrategia de marketing. No pierdas de vista el éxito que te espera. A medida que vayas dando cada paso, celebra tu valentía y reconoce los obstáculos que has superado.

AVANZADO: muéstrate y conecta

Busca una oportunidad de presentar tu negocio a un público amplio; por ejemplo, inscríbete a un concurso de emprendimiento o imparte una conferencia. Además de ser una oportunidad para darte a conocer, en estas actividades aprenderás sobre el ecosistema local y conectarás con él. Mientras preparas tu presentación, identifica tus miedos y trabaja para superarlos. Ensaya tu discurso frente a un grupo de amigos o mentores y escucha sus comentarios. Cuando se acerque el día de la exposición, recuerda los obstáculos que has superado y reconoce tu valentía por enfrentar este desafío.

Ejercicio

¿Cuál crees que fue el miedo que invadió a estos líderes para alcanzar lo que lograron? Escribe en las líneas tus respuestas.

1. El miedo motivador que impulsó a Steve Jobs a salir de la quiebra y hacer de Apple una de las empresas más exitosas del mundo fue _____
_____.
2. El miedo motivador que hizo que Gandhi peleara por la independencia de la India fue _____
_____.
3. El miedo paralizador que hizo que _____
(coloca el nombre de algún conocido tuyo) nunca
haya dejado su empleo y hoy tenga poco dinero fue
_____.

Ahora bien, descubramos cuáles son tus miedos. Escribe tres miedos paralizadores que han provocado que no avances ni logres tus objetivos:

1. El miedo a _____
ha hecho que yo no logre _____.
2. El miedo a _____
ha hecho que yo no logre _____.
3. El miedo a _____
ha hecho que yo no logre _____.

Finalmente, escribe tres miedos motivadores que han hecho que tomes acción y logres tus objetivos:

1. El miedo a _____
ha hecho que yo sí logre _____ .
2. El miedo a _____
ha hecho que yo sí logre _____ .
3. El miedo a _____
ha hecho que yo sí logre _____ .

Ahora que eres consciente de cómo funcionan los miedos, los amarás y los convertirás en tus mejores aliados. Recuerda que solo inspirarte no te llevará a ningún lado: sé consciente ¡y trabaja en tus miedos ya!