

PARA 'MATAR LA VACA'

A través de una metáfora, un especialista latino en la conducta humana explica cómo superar las limitaciones y barreras que impiden alcanzar nuestras metas



Lourdes López

Redactora de Vida y Estilo

Siempre se ha preguntado por qué algunas personas son exitosas y otras no y tampoco tiene idea de cómo alcanzar sus sueños o metas, usted tendrá que "matar la vaca"; sí, leyó bien, matarla.

Pero antes de continuar, es necesario aclarar que no nos referimos a las tranquilas ruminantes que nos prodigan con nutritivos lácteos o su propia carne.

La "vaca" o "vacas" aludidas en este artículo son las que impiden utilizar nuestro potencial al máximo y nos someten al conformismo. Así lo afirma el doctor Camilo Cruz, quien ha bautizado con ese nombre al conjunto de excusas, pretextos, hábitos, creencias o justificaciones. Esas condiciones obstaculizan actuar eficazmente para alcanzar las metas.

Para el egresado de física y química de la universidad Seton Hall de Nueva York, todas las personas cargan más vacas de las que piensan. Cruz está firmemente convencido de que cargamos muchas ataduras o "vacas" que vetan el potencial personal. También está persuadido de que no es el fracaso lo que impide alcanzar el triunfo, sino el conformismo y la mediocridad.

Para explicar cómo superar esas condiciones, Cruz ha escrito varios libros y ha dictado conferencias y seminarios. Su última publicación se titula precisamente La vaca: una historia sobre cómo deshacernos del conformismo y la mediocridad.

COMO LOGRARLO

Aunque la mayoría de las personas tienen muchas aspiraciones personales, para su familia, sus relaciones personales o su trabajo, siempre se encuentran trabados para actuar con miras a un avance o un cambio.

"Casi nadie analiza su situación actual, ni estudia los caminos para lograr el éxito en diferentes aspectos como la salud, los negocios o relaciones personales", comenta el inmigrante colombiano. "Es necesario sentarse frente a un pedazo de papel y un lápiz para definir esas metas, saber qué se quiere hacer de la vida y tener la decisión de hacer algo; es decir, actuar".

"La mayoría de las personas piensan que algún día lograrán sus objetivos, pero antes deben vencer excusas tan infantiles como la falta de inglés, la edad, el clima u otros", analiza. "El 98% de las personas no ha meditado qué hacer con su vida y muchos de ellos mueren sin siquiera intentarlo".

Quieren, pero no actúan

Aunque la gente piensa en un matrimonio, salud y trabajo ideal, la inmensa mayoría no hace nada al respecto, dice el académico.

Muchas personas sólo quieren bajar de peso pero nunca se preocupan por llevar una dieta nutritiva o por hacer ejercicio. Otros padecen diabetes y se les hace sencillo tomarse una Coca-Cola o cualquier otro refresco.

"La gente está muy ocupada trabajando para cubrir todos sus gastos y no arriesga para mejorar su condición", explica el inmigrante.

"Quieren tener buena salud, pero tampoco llevan una buena dieta, quieren ser solventes pero gastan más de lo que ganan, quieren tener una relación me-

por, pero tampoco hacen nada para conciliar con su pareja".

Trace un plan de acción

La vida del doctor Cruz es un claro ejemplo de cómo se puede lograr lo que se ha propuesto.

Sólo tenía 20 años cuando dejó Colombia en busca de un mejor futuro en este país. Llegó en las mismas condiciones de la mayoría de otros inmigrantes, sin papeles y sin hablar una sola palabra de inglés, sólo cargaba su título de preparatoria de su país y unos cuantos dólares para sobrevivir por unos días. Pero junto a sus escasos bienes materiales también le acompañaba la idea de ganar un premio Nobel en física.

Después de 25 años, Cruz vive otro sueño diferente, todavía no ha conseguido el Nobel, pero es ahora conocido por muchos lectores y oyentes. Se ha convertido en un motivador y escritor que ha cambiado no tan sólo el rumbo de su destino, sino el de otros muchos, que han encontrado en su filosofía las herramientas para mejorar la calidad de sus vidas.

"En 1989, cuando estaba dedicado de tiempo completo a la ciencia, una reportera me preguntó que por qué no escribía un libro explicando cómo pude lograr mis títulos de maestría y doctorado. Ese fue el comienzo del cambio, y no me arrepiento, porque ahora estoy abocado de tiempo completo a mejorar la vida de otra gente".

SU EMPRESA

En la organización El Taller del Exito, dirigida por el doctor Cruz, se promueven seminarios, libros y discos compactos con las propuestas del motivador. En el sitio de internet www.elexito.com se provee información sobre los cambios necesarios que hacer para lograr el éxito no tan sólo financiero, sino personal.

"Las personas registradas en el sitio de la internet reciben un boletín semanal gratuito donde se dan consejos y herramientas para erradicar



EL DOCTOR CAMILO CRUZ

OS
les

re-
on-
dio
de
ver-
de-
que
vive
ese
za-
ite,

cia
que
sus
ún
es-
en-
ero
es-
no-
der
ata
po-
al
de-
tan-
eria

di-
llo-
mos
tam-
anti-
chos
nos-
ción.
es la
que
da o
aida
e no

ar es
rita
idas
que
con
spro-
ocut-
ón es
mas
acio-
endo
tacto
n de
re to-
Por
ando

como
que
bien
mos,
ncia
o es-
prin-

que
bien
mos,
ncia
o es-
prin-