

[00:00:00] [Carolina Zuleta]: Hola y bienvenida a “*Crea Una Vida Extraordinaria*”. Estoy feliz de tenerte aquí, soy Carolina Zuleta y mi misión es impactar positivamente la vida de millones de mujeres.

[Música]

[00:00:26] [Carolina Zuleta]: Quiero aprovechar este episodio para hablar sobre el éxito que sé que es algo que muchas de nosotras queremos. Y quiero ampliar un poco esa definición de éxito: éxito material pero éxito en alcanzar nuestras metas, éxito en tener un cuerpo saludable, éxito en dejar un legado y tener relaciones sociales efectivas. Quiero abordar este tema, hablando sobre tres mitos populares que existen con respecto al éxito, cómo te están frenando y cómo los puedes superar.

[Música]

[00:00:58] [Carolina Zuleta]: El primer mito es que las personas exitosas no fracasan, y yo entiendo, tú yo conocemos el éxito de las personas a través de artículos en las revistas o noticias en la televisión y eso sólo lo recibimos una vez alguien llegó al éxito, entonces es común que pensemos que ellos no fracasaron. Pero la realidad es que las personas exitosas son las que más fracasan, pues han fracasado una y otra vez hasta poder alcanzar el éxito. La mayoría de personas se rinden ante el primer fracaso, de pronto quieren perder peso y empiezan una dieta y cuando un día dañan la dieta, deciden que es demasiado difícil y no lo siguen intentando o quieren empezar un nuevo negocio y al no tener los resultados que querían, unos meses o inclusive un año después de haber empezado, deciden que ese negocio no está funcionando. Es una mentalidad muy diferente a las personas que sí tienen éxito, que cada vez que se enfrentan a un obstáculo simplemente saben que eso es un paso en el camino al éxito. Podemos ver el ejemplo de Thomas Alva Edison, el científico que inventó el bombillo. Él fracasó diez mil veces antes de poder crear una bombilla que funcionaba y su frase célebre es: “*yo no fracasé diez mil veces, yo encontré diez mil maneras de cómo no hacer un bombillo*”. También está otra historia que es una de mis favoritas, la historia de J. K. Rowling, la autora de Harry Potter. Ella escribió su libro y fue a venderlo a todas las editoriales de Londres y casi todas se lo negaron, cuando ella estaba, creo que en la calle con su hija, ella no se rindió; ella siguió buscando la manera de publicar su libro y hoy, Harry Potter, es uno de los libros más leídos en el mundo. El mito es, que las personas exitosas, no fracasan. Eso no es verdad. Para llegar al éxito, tenemos que cambiar nuestra mentalidad con respecto al fracaso y ver el fracaso simplemente como un paso más para alcanzar el éxito.

[Música]

[00:03:00] [Carolina Zuleta]: El mito número dos, es que solamente podemos alcanzar el éxito en ciertas áreas de nuestra vida pero no en otras. Para la mayoría de personas, tenemos áreas donde alcanzar el éxito o alcanzar nuestras metas, es más fácil. En mi caso, me es más fácil alcanzar metas académicas o profesionales pero, el tema de mi cuerpo y del ejercicio, siempre ha sido un gran reto. Cuando yo estaba en el colegio, la verdad es que no me gustaba hacer ejercicio. Nos ponían a correr la milla y a mí me aterraba, mientras todas las niñas corrían, yo caminaba. Años más tarde, una amiga del trabajo me invitó a correr, me dijo: *“preparémonos y corramos media maratón juntas”* y yo dije: *“okay”*. Pero la verdad, salí a correr un par de veces y me sentí tan mal que paré, unos meses más tarde me la volví a encontrar y me contó que ella había corrido la media maratón y me sentí muy triste de ni siquiera haberlo intentado. Y así fue, por años identidad era que yo no era una persona buena para el ejercicio, que simplemente eso no era una de mis fortalezas y que nunca lo iba a lograr. Con el tiempo, empecé a trabajar en mis pensamientos y fui cambiando mi identidad. Quiero contarles que ya he corrido varias medias maratones y carreras de larga distancia. La primera vez que crucé la meta de una media maratón, me puse a llorar y entendí que uno sí puede alcanzar el éxito en cualquier área de la vida desde que uno se lo proponga. Si en este momento estás mirando tu vida y diciendo: *“no, esto no es para mí”*, de pronto ya te rendiste ante un sueño, te invito a que lo vuelvas a considerar. No importa cuántas veces hayas fracasado en el pasado, hoy tienes una nueva oportunidad y lo puedes lograr.

[Music]

[00:04:42] [Carolina Zuleta]: Y ahora el tercer mito y este es uno sobre el cual siento muchísima pasión y es que el éxito, nos trae la felicidad. Y te tengo una mala noticia, el éxito nunca te va a hacer feliz. Yo sé que puedes estar diciendo: *“Caro, pero ¿cómo así que nunca me va a hacer feliz? Si cuando yo he tenido éxito, yo si he sentido felicidad”* y yo te voy a decir que no. El éxito no nos trae la felicidad. La felicidad siempre viene como respuesta a unos pensamientos que nos hacen felices. Me vas a decir: *“Caro, no entiendo”* y te digo que mucha gente puede alcanzar el éxito y no sentirse felices. Una vez escuché a la actriz Nicole Kidman decir que el día que ella se ganó el Oscar, fue el día más triste de su vida. Yo me imagino que para cualquier actriz, ganarse un Oscar, es el sinónimo de éxito. Sin embargo, esta increíble mujer se sintió muy triste y se sintió muy triste porque en vez de pensar: *“¡me gané el Oscar!, ¡logré la meta de mi vida!”*, se puso a pensar: *“estoy sola. Esta noche voy a llegar y no voy a tener con quién celebrarlo”* y ella dice que fue el día más solo y triste de su vida. Así que te puedes dar cuenta que no es el éxito como tal el que nos trae la felicidad, es nuestros pensamientos los que nos generan felicidad o nos generan tristeza. ¿Y por qué esto es

importante? Y es porque muchas personas persiguen el éxito para poder ser felices, luego se sienten completamente desilusionados y defraudados cuando al alcanzar el éxito, todavía no son felices. Entonces, esta es una invitación: empieza a trabajar en tus pensamientos para que puedas tener pensamientos todos los días que te hagan felices, sé feliz en camino al éxito y alcanza el éxito porque simplemente es algo más que puedes hacer con tu vida pero no porque es la fuente de tu felicidad.

[Música]

[00:06:29] [Carolina Zuleta]: Así que mi invitación hoy es que persigas el éxito. Quiero que te pongas las metas más grandes y trabajes muy duro para alcanzarlas, aprende a fracasar todos los días, supera barrera tras barrera pero no porque el éxito te va a traer felicidad. Aprende a ser feliz hoy, persigue el éxito porque en el camino, cuando uno vence sus fracasos, cuando uno supera sus obstáculos, uno evoluciona como ser humano y se da cuenta de que uno es mucho más poderoso de lo que uno cree, que uno es mucho más capaz de lo que uno jamás se imaginó y eso es lo que realmente vale la pena. ¡Ánimo! Aquí voy a estar cada semana ofreciéndote herramientas para apoyarte en alcanzar esos sueños que hoy parecen imposibles. Ahora quiero saber de ti, te invito que vayas a los comentarios y me cuentes cuál es ese sueño imposible que desde hoy te vas a lanzar a cumplir. Cuéntame que son las barreras de las que te estás enfrentando y cómo las vas a superar.

[Música]

[00:07:26] [Carolina Zuleta]: Además, te tengo una invitación súper especial. He decidido crear la comunidad de mujeres extraordinarias y por el lanzamiento de mi canal, este año cada semana te voy a ofrecer gratis, una videoconferencia donde voy a contestar tus preguntas y te voy a dar consejos personalizados para tú alcances tus metas. Así que ve ahora mismo a www.carolinazuleta.com y suscríbete a mi comunidad. Y recuerda: tienes sólo una vida y es ésta, ¿qué vas a hacer con ella? **END**

--END OF AUDIO--