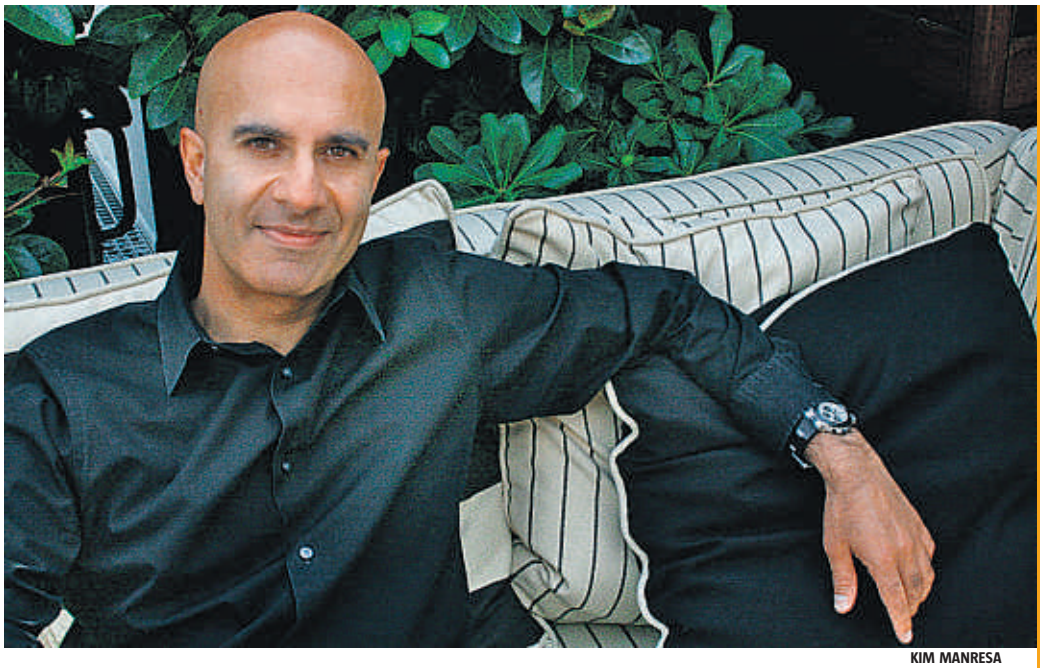
VÍCTOR-M. AMELA IMA SANCHÍS LLUÍS AMIGUET

Robin Sharma, *gurú del crecimiento personal, autor de 'El monje que vendió su Ferrari'*

44 años. Nací en Uganda. Me crié y vivo en Canadá. Mi padre es indio y mi madre keniana. Me licencié en Biología y soy máster en Derecho. Ejercí la abogacía durante 6 años. Estoy divorciado y tengo dos hijos que viven conmigo. Creo que todos tenemos una misión en la vida

"Tus días son tu vida en miniatura"



KIM MANRESA

Hay que negarse a asumir el papel de víctima.

Estoy de acuerdo.

Demasiada gente hace reproches, pone excusas, y se queja, en lugar de asumir su responsabilidad personal y hacer su parte para que todo funcione mejor. Ya lo dijo la madre Teresa...

"...Si cada uno se dedicara a barrer su propia puerta, el planeta estaría limpio". ¿Y desde cuándo lo sabe?

Yo tenía un coche genial, un despacho precioso y ganaba mucho dinero, pero estaba tristón. Cada mañana me miraba al espejo y no me gustaba la persona que veía. No vivía según mis valores, vivía sólo para mi mismo, y eso es muy triste.

Y decidió cambiar.

Sí, empecé a leer filosofía, a formarme espiritualmente, a cambiar mi manera de sentir y de comportarme. Experimenté una metamorfosis que decidí escribir, así surgió *El monje que vendió su Ferrari*.

¿Se autoeditó?

Mi madre fue mi editora y mi padre me ayudó a venderlo en pequeñas reuniones. A mi primer seminario acudieron 23 personas, 22 eran miembros de mi familia. ¿Sabe lo que pasa?

¿Qué pasa?

Enterramos la creatividad y potencial bajo el temor, el estrés y creencias que nos dicen "no brilles, no sobresalgas demasiado".

Más bien es al contrario: debes ser el mejor, y si no te sale bien es culpa tuya.

La mayoría de la gente se ha resignado a la mediocridad. Demasiada gente vive vidas ajenas. La autenticidad es esencial. En sánscrito hay un aforismo que dice: No hay nada noble en ser superior a los demás. La verdadera nobleza consiste en ser superior a tu antiguo yo. Sé mejor de lo que fuiste ayer.

¿Ese es su hallazgo fundamental?

Hay tres más: Cada día tu capacidad y potencial deben crecer y ser expresados.

¿Cómo se crece indefinidamente?

Lees, te formas e intentas hacer frente a tus temores en lugar de eludirlos, porque cuando haces cosas que te dan miedo, creces. Y también es conveniente rodearse de gente interesante y escribir un diario en el que te observas a ti mismo.

Dos.

Dale cierto sentido de misión al trabajo que hagas, hazlo de tal manera que ayude a la gente creando energía, eso te dará éxito.

Tercero.

Pásalo bien, diviértete, porque lo que ahora nos parece importantísimo al final de nuestra vida no tendrá importancia, y lo que nos parece nimio y sin importancia, al final nos daremos cuenta de que son realmente las cosas importantes.

No intentar otra cosa que tener buenos momentos uno tras otro.

Exacto. Cuanto más numerosos sean los días increíbles que puedas tener, mejor será tu vida, porque tus días son tu vida en miniatura. Vas creando tu vida conforme vas viviendo tus días. Sé hoy más positiva, más valiente, más apasionada, más afectuosa... y los días construirán semanas, las semanas meses, los meses años... Y esa es tu vida.

Usted ha bebido de los grandes filósofos de todos los tiempos. ¿Qué perlas ha encontrado?

Uno de mis libros favoritos son las meditaciones de Marco Aurelio, en el que dice que tu pensamiento crea tu realidad. La tasa de paro es altísima, lo sé, podemos posicionarnos como víctimas y centrarnos en todas las cosas negativas, o podemos concentrar la atención en las oportunidades.

...

Otra idea muy sencilla que he tratado de poner en práctica es la de tratar a todas las personas con las que tengo contacto como si se tratara de la persona más importante del mundo.

Sabia actitud.

Otra idea clave es entrar en contacto con tu mortalidad, ser consciente de la brevedad de la vida. La mayoría vivimos como si fuéramos eternos, lo posponemos todo.

Mejor intentar expresar lo mejor de nosotros mismos hoy.

Y no nos olvidemos de la importancia del riesgo. La mayoría evitamos el riesgo, vivimos en lo confortable y nos parece que esa es la forma segura e inteligente de vivir.

¿Y no?

En realidad es la manera más insegura de vivir porque vives menguado: cuanto más te acercas a tus límites, más se amplían. Si no temes la incomodidad, si haces las cosas que te dan miedo pero que son importantes, crecerás y te fortalecerás.Y por último algo que solía repetirme mi padre.

Adelante.

"Hijo, cuando naciste, tú llorabas mientras el mundo se alegraba. Vive la vida de tal forma que cuando mueras el mundo llore mientras tú te alegras". En definitiva, el secreto de la felicidad es hacer feliz a los demás.

Y de su madre, ¿qué aprendió?

Ella hablaba poco y hacía mucho. Tu activo más valioso es tu energía.

¿Cómo conseguir altos niveles?

Deporte a diario, buena alimentación y meditación: cuanto más clara esté tu mente, más energía liberarás, cuanto más te preocupes más bajará. Y ojo con las palabras.

¿También crean energía?

Si nos dedicamos al chisme, a la queja, a la crítica, nuestra energía y la de nuestro entorno menguará, del mismo modo que si nos rodeamos de gente negativa.

IMA SANCHÍS

Atreverse

"Séneca afirmó: No es que no nos atrevamos porque las cosas sean difíciles. Es porque no nos atrevemos por lo que las cosas resultan difíciles. En mi propia vida intento asumir un riesgo razonable todos los días. De esta manera crezco y progreso a diario". A partir de su primer libro, *El monje que vendió su Ferrari*, Sharma ha publicado 10 superventas sobre desarrollo personal en más de 50 países y en 70 idiomas. Los más recientes son *Éxito* y *Una inspiración para cada día*, ambos publicados por Grijalbo. Ha fundado una consultoría mundial que tiene como clientes a Microsoft, Nike, IBM, la Universidad de Yale o la NASA. Y tiene una fundación para ayudar a niños desfavorecidos.