

ELEGO ES EL ENEMIGO



RYAN HOLIDAY

PAIDÓS EMPRESA

ELOGIOS A EL EGO ES EL ENEMIGO

“A menudo se nos dice que para lograr el éxito, necesitamos confianza. Con una franqueza refrescante, Ryan Holiday desafía esa suposición, destacando cómo podemos ganar confianza buscando algo más grande que nuestro propio éxito”.

–Adam Grant, autor de *Originals* [Originales]
y *Give and Take* [Dar y recibir]

“Este libro nos da una receta: la humildad. Está lleno de historias y citas que le ayudarán a salir de su propio camino. Ya sea que esté empezando o comenzando de nuevo, encontrará algo que sacar de aquí”.

–Austin Kleon, autor de *Roba como un artista*

“De una manera inspiradora y práctica, Ryan Holiday nos enseña cómo manejar y domesticar nuestro ego, esta bestia insaciable que vive dentro de nosotros para que podamos concentrarnos en lo que realmente importa y producir el mejor trabajo posible”.

–Robert Greene, autor de *Las 48 leyes del poder*

“Ryan Holiday es uno de los mejores pensadores de su generación, y este es su libro más brillante hasta ahora”.

Steven Pressfield, autor de *The War of Art*

“La filosofía ha tenido un mal golpe, pero Ryan Holiday la está restableciendo a su lugar en nuestras vidas. Este libro –lleno de historias, estrategias y lecciones inolvidables– es perfecto para cualquier persona que se esfuerce por hacer y lograr. No es exagerado decirlo, después de terminarlo nunca abrirás tu computadora y te sentarás a trabajar de la misma manera que antes”.

–Jimmy Soni, exdirector de *The Huffington Post*
y autor de *Rome's Last Citizen*

“Este es un libro que quiero que cada atleta, aspirante a líder, empresario, pensador y hacedor, lea. Ryan Holiday es uno de los jóvenes escritores más prometedores de su generación”.

–George Raveling, entrenador de básquet del Salón de la Fama
y director de Básquet Internacional de Nike

“Una vez más Ryan Holiday reta a los lectores dispuestos a desafiarse a sí mismos con las preguntas difíciles de nuestro tiempo. Cada lector encontrará verdades que son pertinentes para cada una de nuestras vidas. El ego puede ser el enemigo si desconocemos las advertencias de la historia, la escritura y la filosofía. Como se le dijo a San Agustín hace más de mil años, ‘Recógelo y lee’; porque no hacerlo es permitir que el enemigo traiga desesperación”.

–Dr. Drew Pinsky, anfitrión de los programas
Dr. Drew On Call y *Loveline* de HLN

“Me gustaría arrancar todas las páginas y usarlas como papel de colgadura para poder recordar constantemente la humildad y el trabajo que se necesita para verdaderamente tener éxito. En los márgenes de mi copia, he escrito el mismo mensaje una y otra vez: pre-oro. Leer este inspirador libro me devolvió a la humildad y la ética de trabajo que toma ganar los Olímpicos”.

–Chandra Crawford, medallista de oro
en los juegos Olímpicos

“En esta época en la que todo el mundo busca la gratificación inmediata, la idea del éxito está sesgada. Muchos creen que el camino hacia sus metas es un camino recto. Como exatleta profesional puedo decirle que el camino es todo menos recto. De hecho, consiste en giros, vueltas y altibajos, que requieren que usted baje la cabeza y se ponga a trabajar. Ryan Holiday golpea el clavo en la cabeza con este libro, recordándonos que el verdadero éxito está en el proceso de viaje y aprendizaje. Ojalá hubiera tenido esta joya como referencia durante mis días de juego”.

–Lori Lindsey, exfutbolista de la Selección Femenina
de Estados Unidos

“Veo la vanidad tóxica del ego en juego todos los días y nunca deja de sorprenderme con cuánta frecuencia arruina prometedores esfuerzos creativos. Lea este libro antes de que lo arruine, o a los proyectos y las personas que ama. Considérela tan urgente como el régimen de entrenamiento adecuado o comer bien. Las ideas de Ryan no tienen precio”.

–Marc Ecko, fundador de Ecko Unltd y Complex

Ryan Holiday

El ego es el enemigo

Traducción: Patricia Torres

PAIDÓS EMPRESA

Título original: *Ego is the Enemy*

© Ryan Holiday, 2016

© Editorial Planeta Colombiana S.A., 2017

Calle 73 No. 7-60, Bogotá

Primera edición en el sello Paidós Empresa: septiembre de 2017

ISBN 13: 978-958-42-6011-6

ISBN 10: 958-42-6011-1

Traducción: Patricia Torres

Diseño de cubierta: Penguin Random House/Portfolio/Karl Spurzem

Adaptación de cubierta: Departamento de Diseño Editorial,

Editorial Planeta Colombiana

Imagen de cubierta: Kamira/Shutterstock

Impreso por:

Impreso en Colombia – *Printed in Colombia*

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea este electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor.

*No creas que aquel que busca consolarte vive tranquilo
en medio de las palabras sencillas y serenas que a veces te hacen bien.*

*En su vida hay muchas dificultades y tristezas
y tú estás mucho más avanzado que él.
Si no fuera así, él nunca habría sido capaz de hallar esas palabras.*

—RILKE

CONTENIDO

El doloroso prólogo.....	11
Introducción.....	21

PRIMERA PARTE. ASPIRACIONES

Hablar, hablar, hablar.....	43
¿Ser o hacer?.....	50
Convertirse en estudiante.....	57
No ser apasionado.....	65
Seguir la estrategia del lienzo.....	73
Contenerse.....	81
Olvidarse de sí mismo.....	88
El peligro del orgullo temprano.....	95
Trabajar, trabajar y trabajar.....	101
Para lo que sea que siga, el ego es el enemigo.....	107

SEGUNDA PARTE. ÉXITO

Mantener siempre la condición de estudiante.....	123
No inventarse cuentos.....	129
¿Qué es lo importante para usted?.....	136
Privilegios, control y paranoia.....	142
Saber portarse.....	148
Cuidado con la enfermedad del yo.....	154
Meditar sobre la inmensidad.....	161
Mantener la sobriedad.....	167
Para lo que suele venir después, el ego es el enemigo.....	173

TERCERA PARTE. FRACASO

¿Tiempo vivo o tiempo muerto?.....	193
Que el esfuerzo sea suficiente.....	198
Momentos de “El club de la pelea”.....	205
Poner límites.....	212
Lleve su propio puntaje.....	219
Amar siempre.....	224
Para todo lo que sigue, el ego es el enemigo... ..	232
 EPÍLOGO.....	 235
¿Qué debe usted leer a continuación?.....	243
Bibliografía seleccionada.....	245
Agradecimientos.....	249

EL DOLOROSO PRÓLOGO

Este no es un libro sobre mí. Pero en la medida en que es un libro sobre el ego, voy a analizar una pregunta sobre la que sería una hipocresía no haber pensado: ¿quién diablos soy yo para escribir este libro?

Mi historia no es particularmente importante, pero quiero contarla rápidamente antes de empezar el libro con el fin de ofrecer un poco de contexto, porque he sufrido la influencia del ego en cada una de las etapas de mi corta vida: aspiraciones, éxito, fracaso. Una y otra vez.

Cuando tenía 19 años, al sentir que tenía frente a mí oportunidades realmente asombrosas que cambiarían mi vida, abandoné la universidad. Varios mentores se disputaban mi atención y me trataban como su protegido. Como creían que yo estaba destinado a tener éxito, me llamaban “El Chico”. El éxito llegó rápidamente.

Después de convertirme en el ejecutivo más joven de una agencia de talentos de Beverly Hills, contribuí a firmar contratos con muchas bandas de rock sensacionales. Asesoré a escritores de libros que vendieron millones de ejemplares e inventaron su

propio género literario. Por la época en que cumplí 21, entré a trabajar como estratega a American Apparel, una de las marcas de ropa más cotizadas del mundo. Pronto me nombraron director de mercadeo.

A los 25 publiqué mi primer libro, el cual se convirtió de inmediato en un éxito de ventas muy controvertido y llevaba una foto mía en la portada. Un estudio me propuso comprarme los derechos para crear un programa de televisión sobre mi vida. En los años que siguieron, acumulé muchas de las trampas del éxito: influencia, una tribuna desde la cual expresar mis opiniones, prensa, recursos, dinero, incluso cierta mala reputación. Más tarde construí una exitosa compañía sobre la base de esos logros, en la cual trabajaba con clientes muy conocidos y bien pagados, y hacía un trabajo que permitía que me invitaran a dictar conferencias y a participar en eventos sofisticados.

Con el éxito llegó la tentación de “inventarme un cuento” para suavizar los detalles feos y matizar las cosas, para eliminar los golpes de suerte y darle a todo un toque mitológico. Usted sabe, cuentos apasionantes de una lucha hercúlea por alcanzar la grandeza a pesar de todo: pobreza, unos padres que renegaron de mí, el sufrimiento que tuve que soportar debido a mis ambiciones. Todo eso. Es el tipo de historia en la cual, con el tiempo, el talento se convierte en la identidad y los logros representan el propio valor como persona.

Pero una historia de este tipo nunca es sincera ni sirve de ayuda. En el proceso de hacer el recuento, he dejado mucho por fuera. Omití por conveniencia todas las tensiones y las tentaciones; las caídas vertiginosas y los errores —todos— quedaron en la sala de edición para hacer más atractiva la película. Son los momentos que preferiría no mencionar: el destripamiento público por parte de alguien que yo admiraba y que me afectó tanto en su momento que terminé en una sala de urgencias; el

día que perdí la paciencia, entré a la oficina de mi jefe y le dije que ya no aguantaba más y que regresaba a la universidad, lo que de verdad hice; la sensación tan efímera de ser un escritor de *bestsellers* y lo poco que duró (una semana). La firma de libros en la que una persona me puso en ridículo y la compañía que fundé y que se quebró y que tuve que reconstruir dos veces. Esos son solo algunos de los momentos de los que prescindí.

Este panorama más completo es solo una fracción de una vida, pero al menos toca más puntos importantes, los que son importantes para este libro: la ambición, los logros y la adversidad.

No creo en las epifanías. No creo que haya un único momento capaz de cambiar a una persona. Son muchos momentos. Durante un período de más o menos seis meses en el 2014 fue como si esos momentos se sucedieran uno tras otro.

American Apparel, donde hice gran parte de mi mejor labor profesional, se debatía en bancarrota, con cientos de millones en deudas, y se había convertido en una sombra de lo que era. Su fundador, a quien admiré profundamente cuando yo era joven, fue despedido sin pena ni gloria por la junta directiva que él mismo había nombrado y estaba durmiendo en el sofá de un amigo. La agencia de talentos donde me formé profesionalmente estaba en un estado similar, demandada por clientes a quienes les debía un montón de dinero. Otro de mis mentores que al parecer también revelaba su verdadera esencia, se llevó con él nuestra relación.

Esta era la gente en torno a la cual yo había construido mi vida. La gente a la que admiraba y con la que me había formado. Su estabilidad —financiera, emocional y psicológica— no era solo algo que yo diera por sentado, era definitiva para mi existencia y amor propio. Sin embargo, ahí estaban, estallando frente a mí, una tras otra.

Todo parecía un caos, o por lo menos así se sentía. Pasar de querer ser como alguien durante toda tu vida a darte cuenta de que *nunca* quisieras ser como él, es un golpe para el que uno no se puede preparar.

Yo tampoco estaba exento de ese proceso de disolución. Justo cuando podía darme el lujo de atenderlos, varios problemas de los que había hecho caso omiso en la vida empezaron a llamar a mi puerta.

A pesar de mis éxitos, me encontré de regreso en la ciudad en la que empecé, estresado y sobrecargado de trabajo, luego de haber entregado gran parte de la libertad que tanto me había costado conseguir solo porque no era capaz de decirle no al dinero y la emoción de una buena crisis. Me sentía tan herido que la más mínima molestia despertaba en mí una rabia ahogada e inconsolable. El trabajo, que siempre me había resultado tan fácil, se volvió un esfuerzo gigante. La fe en mí mismo y en los demás se desplomó. También mi calidad de vida.

Recuerdo haber llegado a mi casa después de semanas de viaje y tener un intenso ataque de pánico porque el wifi no estaba funcionando: *Si no envío estos correos. Si no envío estos correos. Si no envío estos correos. Si no envío estos correos...*

Uno piensa que está haciendo lo que se supone que debe hacer. La sociedad nos recompensa por eso. Luego ve cómo su futura esposa se marcha porque uno ya no es la persona que acostumbraba ser.

¿Cómo pudo pasar algo así? ¿Puede uno pasar de sentirse un día como si estuviera sobre hombros de un gigante y al siguiente como si escapara de las esquirlas de una explosión y tratara de recoger los pedazos entre las ruinas?

Un beneficio, sin embargo, fue que eso me forzó a aceptar el hecho de que era un adicto al trabajo. Pero no era solo que trabajara demasiado y necesitara relajarme un poco, sino que si

no buscaba una terapia para librarme de la adicción, iba a terminar muerto prematuramente. Me di cuenta de que la misma fuerza y compulsión que me habían vuelto tan exitoso desde tan temprano tenían un precio, de la misma manera como les había ocurrido a otros. No era tanto la cantidad de trabajo que hacía sino la importancia tan descomunal que este había adquirido en la percepción de mí mismo. Estaba tan atrapado en mi cabeza, que me había convertido en prisionero de mis propios pensamientos. El resultado fue una especie de rutina dolorosa y frustrante, y necesitaba darme cuenta por qué, a menos de que quisiera terminar tan trágicamente como otros.

Como investigador y escritor, llevaba mucho tiempo estudiando historia y el funcionamiento de las empresas. Como cualquier cosa que tenga que ver con personas, cuando los fenómenos se observan durante suficiente tiempo, siempre empiezan a surgir los temas universales. Esto es algo que me fascina desde hace mucho. El rasgo más representativo entre estos temas era el ego.

El ego y sus efectos no me eran desconocidos. De hecho, llevaba casi un año haciendo la investigación para este libro, antes de que tuvieran lugar los hechos que acabo de relatar. Pero las dolorosas experiencias de este período me definieron las nociones que estaba estudiando de una manera en la que nunca antes habría podido entenderlas.

Me permitieron ver los efectos nocivos del ego no solo en mí mismo, o en las páginas de la historia, sino en amigos, clientes y colegas, algunos de los cuales se encontraban en los niveles más altos de muchas empresas. El ego le ha costado a mucha gente que admiro cientos de millones de dólares y, al igual que a Sísifo, los ha hecho alejarse de sus objetivos tan pronto los han conseguido. Yo mismo me he asomado a ese abismo.

Pocos meses después de mi propia revelación, me hice tatuar en el antebrazo derecho la frase “EL EGO ES EL ENEMIGO”.

No sé de dónde salieron esas palabras, probablemente de un libro que leí hace mucho tiempo, pero lo cierto es que de inmediato se convirtieron en una fuente de gran consuelo y orientación. En el brazo izquierdo tengo otra frase de origen igualmente confuso: “LOS OBSTÁCULOS SON EL CAMINO”. Estas dos frases, que veo ahora todo el tiempo, cada día, es lo que utilizo para orientar las decisiones de mi vida. No puedo dejar de verlas cuando nado, cuando medito, cuando escribo, cuando salgo de la ducha en las mañanas, y las dos me preparan, y me advierten, sobre el camino correcto que debo tomar en cualquier situación que pueda enfrentar.

Escribí este libro no porque haya alcanzado una sabiduría que me sienta autorizado a divulgar, sino porque es el libro que hubiera querido que existiera en los momentos críticos de mi propia vida, cuando, como todo el mundo, fui llamado a responder las preguntas más importantes que se puede hacer una persona en la vida: ¿quién quiero ser? y ¿qué camino voy a tomar? (*Quod vitae sectabor iter*).

Con excepción de esta nota y debido a que he descubierto que estas preguntas son intemporales y universales, en este libro siempre he tratado de apoyarme en ejemplos históricos y en la filosofía, en lugar de hablar de mi propia vida.

Aunque los libros de historia están llenos de relatos de genios obsesivos y visionarios que reconstruyeron el mundo a su imagen a punta de una fuerza casi irracional, he encontrado que si uno sigue buscando, descubrirá que la historia también la hacen muchos individuos que luchan contra su ego a cada paso, que evitan aparecer en público y que ponen sus objetivos más altos por encima de su deseo de reconocimiento. Trabajar con esas historias y relatarlas ha sido mi método para aprenderlas y absorberlas.

Al igual que mis otros libros, este está profundamente influenciado por la filosofía estoica y los grandes pensadores clásicos. Me apoyo tanto en ellos a la hora de escribir como lo he hecho siempre a lo largo de la vida. Si hay algo en este libro que resulte de ayuda, será gracias a ellos y no a mí.

El orador Demóstenes dijo una vez que la virtud empezaba con la comprensión y se completaba con el valor. Debemos comenzar por vernos a nosotros mismos, y al mundo, de una nueva forma. Luego, debemos luchar por ser diferentes y por mantenernos así. Esa es la parte difícil. No estoy diciendo que haya que reprimir o aplastar cada gramo de ego que haya en nuestra vida, ni que eso sea siquiera posible. Estos son solo recordatorios, historias morales que buscan alentar nuestros mejores impulsos.

En su famosa *Ética*, Aristóteles emplea la analogía de un trozo de madera torcido para describir la naturaleza humana. Con el fin de eliminar las torceduras, el carpintero experimentado aplica presión suave en la dirección opuesta y, esencialmente, mantiene el trozo de madera derecho. Desde luego, unos doscientos años más tarde Kant anotó con sorna que “de la torcida materia de la humanidad nunca se hizo nada recto”. Es posible que nunca seamos rectos, pero podemos esforzarnos por ser *un poco más rectos*.

Siempre es agradable que nos hagan sentir especiales, o empoderados o inspirados. Pero ese no es el propósito de este libro. En lugar de eso he tratado de organizar estas páginas para que el lector termine en el mismo lugar en que terminé cuando acabé de escribirlo, es decir, pensando que es un poco menos genial de lo que cree. Ojalá usted termine menos convencido del cuento que se inventa sobre su propia importancia y, como resultado, se libere de *lograr* ese objetivo que cambiará el mundo y que se ha propuesto alcanzar.



EL EGO
ES EL ENEMIGO

INTRODUCCIÓN

*El primer principio es que no debes engañarte
y que tú eres la persona a la que es más fácil engañar.*

—RICHARD FEYNMAN

Tal vez usted es joven y está lleno de ambiciones. Tal vez está joven y lucha por lograr sus objetivos. Tal vez ya se ganó un par de millones, cerró su primer negocio, ha sido seleccionado para hacer parte de un grupo élite, o tal vez ya logró suficiente para toda la vida. Tal vez está asombrado de ver lo vacía que es la cima. Tal vez está encargado de dirigir a otros a través de una crisis. Tal vez lo acaban de despedir. Tal vez acaba de tocar fondo.

Donde sea que se encuentre, lo que sea que haga, su peor enemigo ya vive dentro de usted: su ego.

“Yo no —piensa usted—. Nadie podrá decir nunca que soy un ególatra”. Tal vez siempre ha creído que es una persona bastante equilibrada. Pero para la gente con ambiciones, talentos, impulsos y potenciales por desarrollar, el ego es una característica natural. Precisamente aquello que nos hace ser tan prometedores como pensadores, hacedores, creativos y empresarios,

nos vuelve al mismo tiempo vulnerables a esta parte oscura de la psique.

Este no es un libro sobre el ego en el sentido freudiano. A Freud le gustaba explicar el ego a través de una analogía: nuestro ego era el jinete a caballo, con nuestros impulsos inconscientes representando al animal, mientras que el ego trataba de dirigirlos. Los psicólogos modernos, por su parte, usan la palabra “egoísta” para referirse a alguien que vive peligrosamente centrado en sí mismo y para quien los demás le son indiferentes. Todo esto es cierto, pero no es muy útil fuera del entorno clínico.

El ego que vemos con más frecuencia se rige por una definición más coloquial: el ego es una creencia malsana en nuestra propia importancia. Esa es la definición que usaremos en este libro. Es ese chiquillo irritable que hay dentro de cada uno, aquel que elige hacer lo que quiere por encima de cualquier otra cosa. La necesidad de ser *mejor* que, *más* que, *reconocido* por, más allá de cualquier utilidad razonable. Ese es el ego. Es el sentido de superioridad y certeza que excede los límites de la seguridad en uno mismo y del talento.

Cuando la noción de nosotros mismos y el mundo se vuelve tan fuerte, comienza a distorsionar la realidad que nos rodea. Cuando, tal como explicaba el entrenador de fútbol Bill Walsh, “la seguridad en uno mismo se vuelve arrogancia, la asertividad se vuelve obstinación y la confianza en nuestras capacidades se convierte en descuido”. Este es el ego que “nos tira hacia abajo como si fuera la ley de gravedad”, como advertía el escritor Cyril Connolly.

En este sentido, el ego es el enemigo de lo que deseamos y de lo que tenemos. El enemigo de la posibilidad de llegar a dominar un oficio. De la verdadera intuición creativa. De la posibilidad de trabajar bien con los demás. De construir lealtad y apoyo. De la

longevidad. De alcanzar repetidas veces el éxito y mantenerlo. El ego rechaza las ventajas y las oportunidades. Es un imán para los problemas y los conflictos. Es un imán para los enemigos y para los errores. Lo sitúa a uno entre la espada y la pared.

Nosotros, mayoritariamente, no somos “egocéntricos”, pero el ego está en la raíz de casi cualquier problema y obstáculo que podamos imaginar, desde por qué no podemos ganar, hasta por qué necesitamos ganar todo el tiempo y a costa de los demás. Desde por qué no tenemos lo que queremos, hasta por qué tener lo que queremos no parece hacernos sentir mejor.

Por lo general, no vemos las cosas de esta forma. Pensamos que la culpa de nuestros problemas es algo más (la mayoría de las veces, los demás). Somos, como lo dijo el poeta Lucrecio hace unos cuantos miles de años, aquel enfermo proverbial “que desconoce la causa de su enfermedad”. Especialmente, para las personas exitosas, que no pueden ver lo que el ego les impide hacer porque todo lo que pueden ver es lo que ya han hecho.

Con cada ambición y meta que tenemos, ya sean grandes o pequeñas, el ego está ahí, socavando nuestra fuerza a lo largo del viaje que nos hemos propuesto realizar.

Harold Geneen, el pionero director ejecutivo, comparaba el egoísmo con el alcoholismo: “El egoísta no se estrella contra los muebles, ni tumba las cosas de su escritorio. Tampoco tartamudea ni babea. No. En cambio, se vuelve más y más arrogante, y algunas personas, que no conocen lo que hay debajo de esa actitud, interpretan equivocadamente su arrogancia como un sentido de poder y seguridad en sí mismo”. Se podría decir que los egoístas empiezan a caer también en este error a propósito de ellos mismos, sin darse cuenta de la enfermedad que han contraído ni de que los está matando.

Si el ego es la voz que nos dice que somos mejores de lo que realmente somos, podemos decir que obstaculiza el

verdadero éxito porque impide que tengamos una conexión directa y honesta con el mundo que nos rodea. Uno de los primeros miembros de Alcohólicos Anónimos definía el ego como “una separación consciente *de*”. ¿De qué? De todo.

Las formas en que esta separación se manifiesta de manera negativa son muchas: no podemos trabajar con otra gente si hemos levantado barreras a nuestro alrededor. No podemos mejorar el mundo si no lo entendemos ni nos entendemos a nosotros mismos. No podemos recibir retroalimentación si somos incapaces de oír lo que viene de otras fuentes, o sencillamente no nos interesa. No podemos reconocer las oportunidades, ni crearlas, si en lugar de ver lo que tenemos delante vivimos dentro de nuestra propia fantasía. Al no contar con una evaluación *precisa* de nuestras propias capacidades comparadas con las de los demás, lo que tenemos no es seguridad en nosotros mismos sino delirio. ¿Cómo se supone que podamos conectarnos con otras personas, o motivarlas o dirigir las, si no somos capaces de relacionarnos con sus necesidades porque hemos perdido el contacto con las nuestras propias?

La artista del *performance* Marina Abramovic lo expresa claramente: “Si empiezas creyendo que eres grande, tu creatividad morirá”.

Solo hay una cosa que se beneficia del ego: la comodidad. La intención de hacer algo grande, ya sea en deportes, arte o negocios, suele ser intimidante. Pero el ego atenúa ese miedo. Es un escudo contra la inseguridad. Al reemplazar las partes racionales y conscientes de nuestra psique por bravatas y discursos egocéntricos, el ego nos dice lo que queremos oír, cuando queremos oírlo.

Pero es una solución de corto plazo, que tiene consecuencias a largo plazo.

El ego siempre estuvo ahí. Ahora está envalentonado.

Ahora, más que nunca, nuestra cultura atiza las llamas del ego. Nunca ha sido tan fácil ensalzarse, envanecerse. Ahora, podemos alardear de nuestros logros ante millones de admiradores y seguidores, una posibilidad que solo acostumbraban tener las estrellas de rock y los líderes más grandes. Podemos seguir a nuestros ídolos e interactuar con ellos a través de Twitter; podemos leer libros, consultar sitios web y ver charlas TED para llenarnos de inspiración y validación, de una manera que no era posible antes (hay una aplicación para eso). Podemos decir que somos los presidentes de nuestra propia compañía, aunque solo exista en el papel. Podemos anunciar grandes noticias en las redes sociales y dejar que nos feliciten. Podemos publicar artículos sobre nosotros mismos en medios que solían ser fuentes de periodismo objetivo.

Algunos de nosotros hacemos esto más que otros. Pero solo es un asunto de mayor o menor intensidad.

Sin embargo, la tecnología no es la única que nos invita a creer que somos únicos. Nos dicen que pensemos en grande, que vivamos en grande, que busquemos ser recordados y nos arriesguemos en grande. Pensamos que el éxito exige tener una visión audaz o contar con un plan arrasador; después de todo, eso es lo que supuestamente distingue a los fundadores de una compañía o al equipo campeón. Pero, ¿es eso cierto? ¿Realmente estas personas son así? Vemos en los medios a mucha gente que se arriesga y tiene éxito y, deseosos nosotros de tener también éxito, tratamos de adoptar la actitud correcta, la pose adecuada.

Intuimos una relación causal que no existe. Suponemos que los síntomas del éxito son lo mismo que el éxito y, en nuestra ingenuidad, confundimos el subproducto con la causa.

Claro, el ego les ha funcionado a algunas personas. Muchos de los hombres y las mujeres más famosos de la historia fueron claramente egocéntricos. Pero muchos de los fracasos más grandes también fueron protagonizados por personas egoístas. De hecho, se cuentan más fracasos que éxitos. Sin embargo, vivimos en una cultura que nos empuja a lanzar los dados. A hacer apuestas sin tener en cuenta lo que está en juego.

Donde sea que usted esté, ahí también está el ego.

En cualquier momento específico de la vida, una persona se encuentra en una de las siguientes tres etapas. Está aspirando a algo o tratando de hacer una marca en el universo. Ha alcanzado el éxito, tal vez un poco o tal vez mucho. O ha fallado, reciente o continuamente. La mayoría de nosotros pasamos todo el tiempo de una etapa a otra de forma fluida: estamos aspirando a algo hasta que tenemos éxito, tenemos éxito hasta que fallamos o hasta que aspiramos a lograr algo más y fallamos, y nuevamente empezamos a aspirar o a tener éxito.

El ego es el enemigo en cada paso de este camino. En cierto sentido, es el enemigo de la construcción, del mantenimiento y de la recuperación. Cuando las cosas llegan rápido y fácilmente, puede ser bueno; pero en épocas de cambio, de dificultad...

Por lo tanto, las tres partes en que está organizado este libro son: Ambición, Éxito y Fracaso.

El propósito de esta estructura es sencillo: ayudarle a suprimir el ego antes de que los malos hábitos tomen el control, reemplazar las tentaciones del ego por humildad y disciplina cuando esté experimentando el éxito, y cultivar la energía y la fortaleza para que, cuando el destino cambie y se ponga en su contra, no termine aplastado por el fracaso. En resumen, nos sirve ser:

- » Humildes en las aspiraciones.
- » Benévolos en el éxito.
- » Resilientes en el fracaso.

Esto no significa que usted no sea único y que no tenga algo asombroso que ofrecerle al mundo a lo largo del breve tiempo que pasará en el planeta. Esto no significa que no haya espacio para empujar las fronteras creativas, para inventar, para sentirse inspirado o para tratar de lograr un cambio claramente ambicioso e innovador. Por el contrario, con el fin de hacer adecuadamente estas cosas y asumir los riesgos, necesitamos equilibrio. Tal como observó el cuáquero William Penn, “las construcciones que están tan expuestas al clima necesitan buenos cimientos”.

Entonces, ¿qué hacemos ahora?

El libro que tiene en sus manos fue escrito en torno a una suposición optimista: su ego no es un poder que usted esté obligado a satisfacer a cada paso. Es algo que usted puede manejar, que puede dirigir.

En este libro hablaremos de individuos como William T. Sherman, Katharine Graham, Jackie Robinson, Eleanor Roosevelt, Bill Walsh, Benjamin Franklin, Belisario, Angela Merkel y George Marshall. ¿Podrían ellos haber logrado lo que lograron —salvar compañías en peligro, dominar el arte de la guerra, perfeccionar el béisbol, revolucionar la ofensiva en el fútbol, resistir la tiranía, soportar con valentía el infortunio— si el ego los hubiera hecho perder el piso y centrarse en sí mismos? La esencia de su gran arte, su gran escritura, su gran diseño, su gran capacidad para los negocios y el mercadeo, y su gran liderazgo fueron precisamente su sentido de la realidad y su conciencia, algo a lo que el autor y estratega Robert Greene dijo una vez que debíamos aferrarnos como una araña a su tela.

Lo que encontramos cuando estudiamos a estos individuos es que ellos tenían los pies en la tierra y eran prudentes y resueltamente realistas. No obstante, ninguno de estos individuos carecía por completo de ego, pero todos sabían cómo suprimirlo, cómo canalizarlo y cómo contenerlo cuando era importante. Ellos eran grandes y, sin embargo, humildes.

Un momento, pero fulano y zutano tenían un ego inmenso y fueron exitosos. ¿Qué tal Steve Jobs? ¿Qué tal Kanye West?

Podemos buscar racionalizar el peor comportamiento al señalar casos aislados, pero nadie es verdaderamente exitoso *por ser* delirante y centrado en sí mismo y vivir desconectado. Aunque estos rasgos estén relacionados o asociados con ciertos individuos bien conocidos, también hay otros rasgos que se asocian con ellos: la adicción, el maltrato (de ellos mismos y de otras personas), la depresión, la manía. De hecho, lo que vemos cuando estudiamos a estos individuos es que ellos lograron sus mejores obras en los momentos en que lucharon contra esos impulsos, esos trastornos y esos defectos. Solo cuando estamos libres del ego y su influencia podemos alcanzar realmente nuestro mayor potencial.

Por esta razón también vamos a analizar a individuos como Howard Hughes, el rey persa Jerjes, John DeLorean, Alejandro Magno y numerosas historias más de gente que perdió el control sobre la realidad y dejó claro, en ese proceso, lo peligroso que puede ser el ego. Veremos las costosas lecciones que aprendieron y el precio que pagaron en cuanto a sufrimiento y auto-destrucción. Veremos con qué frecuencia incluso la gente más exitosa vacila entre la humildad, el ego y los problemas que esto causa.

Cuando suprimimos el ego, nos queda lo que es real. Lo que reemplaza al ego es la humildad, sí, pero una humildad sólida y una gran seguridad en nosotros mismos. Mientras que el ego es

artificial, esta clase de seguridad puede aguantar mucho peso. El ego es robado. La seguridad en uno mismo es algo que se gana. El ego es algo que se autoproclama, su pavoneo es artificial. La humildad nos restringe, el ego nos enloquece. Es la diferencia entre algo potente y algo venenoso.

Como veremos en las páginas que siguen, la seguridad en él mismo logró que un general modesto y poco estimado se convirtiera en el principal combatiente y estratega de los Estados Unidos durante la Guerra Civil. Por otra parte, el ego hizo que, después de esa misma guerra, otro general descendiera de las alturas del poder y la influencia hasta la ignominia y la indigencia. La humildad tomó a una tranquila y sobria científica alemana y la convirtió no solo en una nueva clase de líder sino en una fuerza de paz. El ego tomó a dos brillantes y astutos ingenieros del siglo xx, los alzó por las nubes en un remolino de elogios y celebridad, y terminó aplastando sus esperanzas contra el muro del fracaso, la bancarrota, el escándalo y la locura. La humildad guio a uno de los peores equipos en la historia del fútbol americano hasta el Super Bowl en tres temporadas, y luego lo convirtió en una de las dinastías más dominantes en ese juego. Entretanto, innumerables entrenadores, políticos, empresarios y escritores han superado obstáculos similares, solo para sucumbir a la posibilidad inevitable de entregarle el primer lugar a alguien más.

Algunos aprenden humildad. Otros eligen el ego. Algunos están preparados para las vicisitudes del destino, tanto las positivas como las negativas. Otros no. ¿Cuál de los dos elige ser? ¿Quién será?

Usted ha elegido este libro porque siente que necesitará responder esa pregunta en algún momento, a consciencia o no.


Bueno, aquí estamos. Es hora.



PRIMERA
PARTE

ASPIRACIONES

Nos disponemos a hacer algo. Tenemos una meta, una vocación, un nuevo comienzo. Todo gran viaje empieza aquí; sin embargo, muchos de nosotros nunca llegamos a nuestro destino. La mayor parte de las veces el ego es el culpable. Nos envanecemos con historias fantásticas, suponemos que lo tenemos todo claro, dejamos que nuestra estrella brille en lo más alto, pero esta termina por apagarse y no tenemos idea de la razón. Esos son síntomas del ego, que se curan con humildad y realidad.



EL EGO ES EL ENEMIGO,
INDEPENDIENTEMENTE
DE CUÁLES SEAN
SUS ASPIRACIONES...

Deje que los demás se den palmaditas en la espalda, mientras usted regresa al laboratorio, o al gimnasio, o a moverse para encontrar algo. Tape ese agujero —ese que está en el centro de su cara— que le quita la energía vital. Mire qué sucede. Observe cuánto mejora.

AMAZON

https://www.amazon.com/ego-enemigo-Spanish-Ryan-Holiday-ebook/dp/B077Y89TV1/ref=sr_1_1?dchild=1&keywords=El+ego+es+el+enemigo&qid=1585347555&sr=8-1

APPLE BOOKS

<https://books.apple.com/co/book/el-ego-es-el-enemigo/id1322650234?ign-mpt=uo%3D4>

GOOGLE PLAY BOOKS

https://play.google.com/store/books/details?id=J6JBDwAAQBAJ&rdid=book-J6JBDwAAQBAJ&rdot=1&source=gbs_api

BAJALIBROS

<https://www.bajalibros.com/CO/El-ego-es-el-enemigo-Ryan-Holiday-eBook-1461351>