



PSICOLOGÍA DEL ÉXITO

VERSIÓN ESPAÑOLA DE
AGUSTÍN DE MENA Y DEL VALLE

William W. ATKINSON



PSICOLOGÍA DEL ÉXITO

VERSIÓN ESPAÑOLA DE
AGUSTÍN DE MENA Y DEL VALLE

Trascrito por
Eduardo José Peláez Peláez
y revisado

CAPÍTULO PRIMERO

LA PSICOLOGÍA DEL ÉXITO

*Explicación del título de este libro. – Lo que procura el éxito.
– Cualidades indispensables – Norma para adquirirlas. –
Nuestro plan.*

Quizás el título de este libro, *Psicología del éxito*, parezca a muchas personas como la indicación de una innegable prueba de que existe una gran contradicción entre las dos ideas de Psicología y Éxito, respectivamente. Dichas personas entienden que la Psicología es un asunto que se relaciona exclusivamente con las teorías metafísicas e idóneas ideas sobre la labor de la mente humana; pero que tiene muy poco o ningún contacto con los asuntos de la vida práctica. Estas mismas personas, entienden asimismo que el Éxito es un asunto eminentemente práctico y relacionado tan sólo con las propuestas realidades de la vida. Para ellas, por consiguiente, los dos respectivos asuntos indicados parecen estar tan distantes el uno del otro como los dos polos. Pero, los que consideran la materia con detenimiento, llegarían a cerciorarse de que la Psicología está íntimamente relacionada con el Éxito, es decir, de que la Psicología es realmente la verdadera esencia del Éxito.

La Psicología se ha definido como la “ciencia de la mente”, y concierne a la consideración de los estados mentales y de los actos que resultan de ellos. Tal como un hombre piensa, así es. Tal como un hombre piensa, así obra. Los pensamientos toman forma en acción, sea en acción positiva o en la represión de esta misma acción. El Éxito se define como “un favorable o próspero resultado o determinación de cualquier tentativa.”

Nadie que esté familiarizado con la historia de los hombres que han triunfado y con sus métodos negará que sus cualidades mentales han tenido siempre una relación directa con su obra. Ciertas cualidades mentales producen ciertos resultados directos o indirectos, buenos o malos. Cuando intentamos explicar el fracaso de un individuo, señalamos prontamente ciertos rasgos mentales que creemos han de haber sido un obstáculo para el triunfo, cierta debilidad de carácter que ha contribuido al fracaso. La misma regla puede aplicarse a los que triunfan; pero la influencia mental exacta no puede discernirse tan claramente, pues la mayoría de los hombres que no son palpablemente coronados por el Éxito, inducen a la creencia de cierta falta de cualidades mentales y, por consiguiente, no están dispuestos a reconocer estas cualidades en otros, como lo están para reconocer las negativas más comunes. Mientras que es cierto que circunstancias exteriores contribuyen frecuentemente en gran manera al éxito o fracaso de un individuo en casos especiales, también es un hecho reconocido que los hombres que poseen ciertas cualidades mentales, con mucha frecuencia son aptos para convertir en éxito un fracaso o remediar éste mediante un nuevo esfuerzo. Esos también obtienen el Éxito cuando éste se obtiene ocasionalmente y tienen la ventaja de la oportunidad al alcance de la mano. Al contrario, la falta de ciertas cualidades mentales impide que un individuo reconozca la oportunidad que llama a su

puerta, impidiéndole, por tanto, que pueda levantarse después de una caída. Así, pues, es la *mente*, o las cualidades mentales, en último resultado, lo que constituye la esencia real de un éxito o un fracaso. Y como la Psicología es la ciencia de la mente, se sigue que la Psicología está íntimamente relacionada y en estrecho contacto con la consideración del Éxito, o “el favorable o próspero resultado o terminación de cualquier tentativa”.

Si las cualidades mentales de un hombre fuesen irrevocablemente fijadas por la naturaleza o algún otro elevado poder, si estuviera predestinado al éxito o al fracaso desde el principio, sin probabilidad alguna para cambiar, modificar, mejorar y fortalecer sus cualidades o facultades mentales, entonces sería de perfecta inutilidad escribir libros sobre este asunto, a no ser, quizá, como una materia de clasificación científica. Pero esto dista muchísimo del verdadero estado de las cosas. Si hay algún punto sobre el cual la nueva Psicología insiste particularmente, es en el hecho de que uno puede cambiar, modificar, alterar, desarrollar y fortalecer sus cualidades y facultades mentales, siguiendo métodos apropiados. Así como es indudablemente cierto que cada persona ha nacido con tendencias en ciertas direcciones y con ciertas facultades, más ciertas unas que otras, lo es asimismo que siguiendo ciertos métodos prácticos bien fundamentales, y que se basan en profundos principios psicológicos, *un hombre con suficiente voluntad, aplicación y perseverancia, puede desarrollar cualquier cualidad de la mente, y puede, al contrario, reprimir aquellas que le sean perjudiciales. Más todavía; aun aquellos que se encuentran faltos de la voluntad, aplicación y perseverancia necesarias para desarrollar estas facultades, pueden fortalecer su voluntad y llegar a un mayor grado de aplicación y perseverancia, por medio de la autosugestión y de los métodos asociados a ella.*

Casi todo el mundo reconoce en sí mismo la existencia de ciertos puntos débiles de carácter, que desearía reforzar, o algunas otras cualidades en las cuales nota deficiencia y que desarrollaría con gusto. Pero a la mayoría de estas personas les falta el conocimiento de los principios y métodos necesarios para restringir las cualidades desagradables o desarrollar las deseadas. Más todavía; aun aquellas que reconocen cierta debilidad en sí mismas pueden fracasar en llevar a cabo el pleno requisito de un amplio desarrollo de cualidades mentales positivas, tales como son conocidas por los psicólogos a través de sus investigaciones y experimentos. La mayoría de las gentes no tienen el tiempo necesario para hojear numerosos volúmenes sobre Psicología práctica ni, por tanto, conocer por su mediación los informes que les son necesarios. Esta es la razón que nos ha inducido a publicar la presente obra. Es nuestro propósito presentar en forma sencilla y práctica los resultados de las investigaciones y experimentos de los maestros de la nueva Psicología, como también ofrecer sus resultados y métodos a ese gran número de gentes laboriosas, con objeto de que sean capaces de utilizar estas ventajas de una vez, sin necesidad de devorar volumen tras volumen de exposiciones técnicas y discursos académicos.

No faltan ciertamente libros dedicados a este asunto del Éxito, en los cuales se da al lector extensa y variada información acerca de lo que *debe hacer* para obtener un ventajoso resultado en cualquier empresa. Se le indica que es preciso que haga esto o aquello con el fin de llegar a la meta, se le presentan ejemplos de hombres de todas las edades que han conseguido sus propósitos, se le estimula para que marche y haga otro tanto. Algunos van tan lejos que llegan a enumerar las cualidades mentales particulares conducentes al éxito, cualidades que con frecuencia forman numerosos catálogos (casi todas las cualidades que

mencionan los diccionarios), tanto que el lector, a la primera ojeada, queda abrumado ante las enormes proporciones de la tarea que ha de ejecutar. Nosotros creemos, de todas maneras, que existe una vasta diferencia entre el asunto general de la formación del Carácter y el especial desarrollo de las cualidades mentales conducentes al éxito.

En el asunto general de la formación del carácter es necesario considerar *cada* cualidad de la mente humana en su relación con los extremos de la Ética y la Moral, con el fin de que uno pueda adquirir por sí mismo un carácter bien formado. En el especial asunto de que vamos a tratar, por el contrario, es de necesidad para el lector la mera consideración de las cualidades o facultades especiales y particulares que conciernen a la obtención del éxito, del mismo modo que uno que desee llegar a ser un experto tirador al blanco, necesitaría dedicarse exclusivamente al desarrollo de las cualidades necesarias para este ramo particular.

Es innegable que el éxito necesita la posesión de ciertas cualidades mentales, generalmente clasificadas como morales o éticas y, en consecuencia, dichas cualidades serán estudiadas en este libro. Pero, todas las cualidades de esa especie que aquí estudiemos, trataremoslas no derivándolas de su valor moral o ético, sino simplemente a causa de su influencia sobre el éxito general de la persona que la posea. Por ejemplo, estudiando la Honradez, no nos detendremos sobre su valor mirado desde un punto de vista moral o religioso (pues hay otros muchos libros o artículos que tratan la materia), sino exclusivamente en lo que concierna a lo que nos dice el antiguo: “La honradez es la mejor política”. Haciéndolo así no es que ignoremos el más alto aspecto de estas cualidades, sino que queremos ceñirnos estrictamente al terreno especial que hemos elegido. En una palabra, queremos hablar ateniéndonos a la posición de psicólogo y hombre de negocios, dejando el resto de esta materia para el sacerdote o el moralista. Y, aun cuando tengamos la convicción de que la moral en general es conducente al éxito, su campo es mucho mayor que el especial que queremos considerar y, por tanto, creemos más práctico circunscribimos a él.

A mayor abundamiento, mientras muchas de las obras que tratan del éxito, como ya hemos dicho, instruyen al lector de las muchas cosas que ha de hacer para obtenerlo, usualmente dan poquísimos informes de *cómo debe hacerlas*. Creemos que, en este punto, los métodos de la Nueva Psicología son indispensables. Si un hombre ya sabe lo que él debe ser para alcanzar el éxito, no necesita instrucción en este asunto, pues posee lo que los demás necesitan aprender para conseguirlo. Y si un hombre *no es* lo que *debe ser* para obtener éxito, queda en una posición bastante inferior, si estas cosas que no posee le son señaladas sin que se le explique el cómo las debe hacer. Muchas personas han abandonado el caso, después de muchas consideraciones sobre el asunto, por este hábito de presentarles la materia con los nombres y la forma de instrucción. Y no es eso; necesitan los métodos prácticos de la Nueva Psicología, mediante los cuales pueden demostrarse a sí mismos la firmeza de los métodos y el valor de los principios.

Supongamos un estudiante poco familiarizado con la aritmética, a quien se le diga que para sumar y obtener el resultado de varias columnas de cifras debe añadir unos números a otros, “esto y nada más”, sin otras reglas de la adición ni explicación de los principios. ¿Cabe suponer que llevará a cabo la operación siguiendo estas instrucciones?

No, ciertamente. Y sin embargo, esto es lo que muchos maestros que pretenden instruir sobre el éxito, enseñan a sus alumnos. Así dicen: “Es preciso que haga usted esto; es preciso que haga usted aquello; es necesario que posea usted tal y cuál cualidad; es indispensable que usted desarrolle esta y la otra facultad”. Y esto sin la menor indicación de *cómo* ha de hacer esto y aquello, y lo otro y lo de más allá. ¿Es, pues, de admirar que muchos adeptos, después de una instrucción práctica, hayan abandonado toda esta jerigonza del éxito y que aun el mero nombre de éste llegue a serles desagradable? No tenemos la pretensión de que este libro nos resulte perfecto, pero nos esforzaremos en que resulte práctico y útil siguiendo los métodos más escogidos de la Nueva Psicología.

CAPÍTULO II

FORMANDO EL IDEAL

La educación de la mente es una ciencia. – Opiniones y ejemplos terminantes. – La idealización, primer paso en el desarrollo del poder mental. – Lo que es una Idea e importancia de saber formarse Ideas. – El Ideal y el progreso mental.

Uno de los más importantes entre los muchos descubrimientos de la Nueva Psicología, es el que concierne al desarrollo y educación de las varias facultades o rasgos mentales. Creíase en un principio que el carácter general de un hombre y sus rasgos particulares eran invariablemente fijos o poco menos, de manera que sólo un milagro o un gran cambio moral o la influencia de alguna gran crisis en la vida, era capaz de producir un marcado efecto sobre el mismo. Pero la Nueva Psicología apoya la idea de que por medio de métodos perfectamente naturales y científicos, el individuo puede desarrollar cualquier facultad mental deseada, siempre y cuando posea paciencia y perseverancia. Esta verdad es aceptada por aquellos que consideran la mente como un producto de la actividad cerebral, así como también los que consideran la mente como una entidad distinta. En ambos casos, la idea fundamental es que las facultades mentales pueden ser desarrolladas por el uso y el ejercicio, y que puede conseguirse la realización de cualquier ideal por medio de la imagen persistente.

Para aquellos que conocen esta idea en su fase de las “afirmaciones” y conclusiones de los cultos metafísicos y escuelas de nuestros días, no dejará de ser interesante el conocer que esta misma verdad general ha sido manifestada en otra fase, la fase del desarrollo de las células cerebrales por experimentos en laboratorios psicológicos, y principalmente por el profesor Elmer Gates, de Washington, cuyos experimentos han llamado poderosamente la atención de estos últimos años. Las siguientes conclusiones del Profesor Gates, expuestas en una *interview* publicada en el *Metaphysical Magazine*, no hace mucho tiempo, reforzarán este aspecto del asunto. Dice así:

“El primer experimento, en mis investigaciones acerca de la mente, consistía en dar a los animales una extraordinaria y excesiva educación en una facultad mental determinada, por ejemplo, la vista y el oído, y en privar a otros de la misma raza de la oportunidad de usar estas facultades. Más tarde, maté a los unos y los otros y examiné sus cerebros para ver si había resultado alguna diferencia de estructura por la excesiva actividad mental, comparándolos con los que habían estado privados de ella. Durante cinco o seis meses y por cinco o seis horas diarios, eduqué gran número de perros enseñándoles a distinguir ciertos colores. El resultado fue que, examinada el ala occipital de sus cerebros, encontré un número mayor de células cerebrales que en cualquier otro grupo de animales no sometidos al tratamiento. Estos experimentos sirven para localizar ciertas facultades mentales, y sobre todo, para demostrar el hecho de que se puede robustecer el cerebro, tanto

en el animal como en el ser humano, por medio del mejor uso de las facultades mentales. Los perros así educados eran capaces de distinguir siete gradaciones del color rojo y seis u ocho del verde, además de manifestar en otras cosas mucha mayor habilidad mental que cualquier otro perro no educado. La aplicación de estos principios a la educación humana, es obvia. Un niño que había sido acostumbrado desde las seis semanas de su nacimiento a los extremos excesivos de temperatura, presentó, después de su muerte, en la región de temperatura del cerebro, más de veinticuatro veces el término medio del número de células. Este niño también percibía diferencias de temperatura que pasaban inadvertidas para otros niños de su edad. En circunstancias ordinarias de educación, los niños aumentan menos de un 10 por 100 de las células en sus regiones cerebrales. Por procedimientos de formación cerebral pueden crearse en estas regiones deficientes, gran número de células cerebrales constituyendo un cerebro mayor y de mejor poder mental. Esta formación del cerebro puede comenzar después de pocas semanas del nacimiento, a causa de que, tan pronto como el cerebro está plenamente desarrollado en todas sus regiones, queda preparado para adquirir, mediante una educación profesional y técnica, conocimiento especial y particular conformación del cráneo.”

Otros hombres de ciencia han hecho experimentos que vienen a demostrar que las células cerebrales pueden ser aumentadas mediante un ejercicio y uso apropiado de acuerdo con los métodos científicos. El cerebro está compuesto de gran número de diminutas células que son empleadas en todos los procedimientos de la actividad mental. Algunos especialistas estiman que el cerebro contiene de 500 a 2.000 millones de células, dependiendo el número de la actividad mental de la persona. Pero sólo una pequeña porción de estas células están en plena actividad durante todo el tiempo, quedando una enorme reserva que puede emplearse en ciertas contingencias. Esto no obstante, tales células se multiplican rápidamente respondiendo a actividades especiales, como queda indicado por los experimentos de Gates. Cuando alguna región particular del cerebro o alguna facultad especial o grupo de facultades son activamente empleadas, la naturaleza aumenta el número de células activas en aquella región particular, procurando así poder adicional a la facultad o grupo de facultades en cuestión. Estos hechos concernientes a las células del cerebro son tomados en consideración por los hombres de ciencia en vista de los resultados obtenidos por un ejercicio apropiado y la educación de la mente a los efectos de su desarrollo.

Otras autoridades que consideran el cerebro como el *efecto*, mejor que como la *causa* del pensamiento, prefieren creer que la mente es una entidad inmaterial que, sin embargo, puede ser desarrollada por un ejercicio adecuado, tanto como pueda serlo cualquier músculo del cuerpo. Sus métodos de desarrollar este *músculo mental* son, en la práctica, los mismos empleados por los que acogen la teoría de la célula del cerebro, así que es imposible decidir entre las dos opiniones, tanto más cuanto que, siendo iguales los dos métodos, puede ser utilizada una u otra explicación, en vista de los resultados obtenidos. Así, pues, en este libro no intentamos realizar las miras de ninguna de las dos escuelas, contentándonos con indicar los métodos apropiados para conseguir nuestro propósito. Para los efectos de este opúsculo no tiene importancia el que el pensamiento sea producido por las células cerebrales o, al contrario, que las células cerebrales sean el resultado del pensamiento. Probablemente, la verdad real podría encontrarse en la conciliación de estas

dos miras opuestas, siendo, quizá, cada una de ellas una media verdad, resultando la verdad entera de la síntesis de las dos fases y elementos opuestos.

IDEALIZACIÓN

El primer paso en el método de la Nueva Psicología, para el desarrollo de los rasgos mentales, es el de la *Idealización*. La idealización consiste en formar tan claramente como sea posible un ideal del rasgo mental deseado, y conservarlo luego en la mente con tanta firmeza como se pueda. El ideal así creado y hecho nuestro, sirve como un molde o patrón mental en torno del cual el individuo procura *materializar* la realidad. Por ejemplo, si uno desea desarrollar el rasgo mental del valor, procede primeramente a crear en su cerebro el ideal de esta cualidad. Encuentra que el valor se define como “bravura, osadía, valentía, intrepidez”. Se familiariza con el propio significado de estos términos y considera estas cualidades tal como se manifiestan en los individuos que las poseen. En una palabra, se esfuerza en formarse del valor una idea tan clara como le sea posible, de modo que tenga un patrón bien conformado sobre el cual materialice la cualidad mental en su ser íntimo. La mayoría de las gentes, quizá, consideran este paso como superfluo, pues piensan que tienen una clara idea de cualquier estado mental que deseen. Pero un pequeño examen hecho de buena fe les revelará el hecho sorprendente de que no poseen sino una muy remota idea de cualquier cualidad mental. Encontrarán que son incapaces de definir inteligentemente el rasgo mental deseado y que no aciertan a agrupar en su concepto de dicha cualidad los atributos y propiedades asociados y correlativos. Para ponerse en condiciones de idealizar el concepto, es preciso que seamos capaces de considerarlo en su plena aplicación. Por ejemplo, en el caso del Valor es preciso conocer las diferentes clases de valor; la diferencia entre el Verdadero valor y la Temeridad; la diferencia entre el valor físico y moral; el valor que se manifiesta en la lucha tanto como en el sufrimiento; etc. En una palabra, el que desee idealizar el Valor debe procurar agrupar alrededor de la idea tantos hechos asociados como le sea posible. Y, naturalmente, lo mismo ocurre con cualquier otra cualidad mental deseada. Hemos empleado el Valor solamente como un ejemplo.

Muy pocas personas tienen un conocimiento real de lo que es una *idea*, aunque usen el término frecuentemente. Los diccionarios la definen diciendo que “es una imagen, forma o representación mental de alguna cosa”. Las ideas siempre han de ir precedidas de una manifestación material por parte del hombre. Como Halleck dice: “Existió primero en la mente, antes de llegar a ser una realidad objetiva. Los constructores trazaron primero un plan de lo que querían hacer; desarrollaron este plan sobre el papel en forma de dibujo, adelantándose la mente al lápiz, ordenando a los dedos el trazo de la siguiente línea. Únicamente después que el mental objeto estaba completo, se le vertió en su molde mental. Solamente entonces este admirable puente que une dos grandes ciudades, fue una realidad. Lo propio es verdad en cada paso del progreso material, desde la máquina de coser hasta el teléfono. *En la batalla de la vida, aquellos que pueden formarse ideas definidas de lo que pueden hacer antes de ponerlas en práctica, son los que tienen mayores posibilidades de éxito.* Los que no obran así se ocasionan molestias y con frecuencia tienen que desandar el camino.”

Idealizar es “personificar o representar en una forma ideal”. La importancia de la idealización en el desarrollo de los rasgos mentales, se basa en el hecho de que la

imaginación *ha formado realmente una idea correcta de lo que uno desea adquirir en puridad de verdad, o la formación de un acabado modelo mental de lo que uno espera materializar en objetiva realidad.* La sola palabra “Valor” sería inútil como modelo para cualquiera que no conociese lo que la palabra significa. Y para aquellos que sólo conocen una *parte* de lo que ello significa, es tan solamente un modelo *parcial*. Así, pues, únicamente para los que se hayan formado una completa idea o concepto de su real significación y aplicación, servirá la palabra como un pleno y completo modelo. Por esta razón es altamente importante la formación de una plena, clara y completa *idea* del rasgo mental deseado. Cuando estudiemos en este libro cada uno de los más importantes rasgos mentales, ofreceremos al lector una idea o concepto completo de ellos.

Habiéndose formado mentalmente la idea de la cosa deseada, uno puede asir entonces firmemente esta idea y fijarla en la imaginación. Procurará por todos los medios que dicha idea forme parte de su activa conscientividad, una parte de su ser íntimo. Cuanto más piense en este ideal mayor será la tendencia de verlo realizado. *El hombre llegar a ser lo que piensa ser.*

Hemos oído con frecuencia hablar de personas que han sido inspiradas por un elevado “ideal” y que han realizado grandes cosas a causa del mismo. Pero rara vez nos detenemos a considerar que el ideal que ha ejercido tamaña presión, no tan sólo era preciso que fuese *elevado*, sino que, además, debió ser firme y claramente fijado en la mente de la persona. A fin de realizar y materializar un ideal *debe el individuo identificarlo consigo mismo* de tal modo que viva con él día y noche. Los hombres de definidos y firmes ideales son lo que realizan las grandes cosas de la vida. Estos se han creado una idea clarísima de lo que necesitan y luego han inclinado todos y cada uno de sus esfuerzos y energías a materializar ese ideal.

Hay gran número de personas que fracasan principalmente a causa de no haber concebido una clara idea de lo que desean. Las calles están atestadas de gentes de gran habilidad, pero faltas del *ideal dinámico*.

El que no se encuentre capaz de formarse un ideal completo, procure dibujarse un diseño general en primer lugar, y en seguida complete este dibujo con detalles, ahora y después, según sus adelantos y progresos. Las leyes de la mente hacen imposible el progreso mental, a menos que uno precisamente se forme una idea general, patrón o molde. La idealización no es ensueño del día, como creen algunas personas mal informadas; muy al contrario, forma una legítima parte de la ejecución de los actos resultantes. ¿Qué pensaríamos de un hombre que se propusiese construir una casa sin preparar de antemano el plano de construcción? ¿Qué hubiese sido del puente de Brooklyn sin los diseños del ingeniero?

Preguntóse a un arquitecto acerca de la diferencia que había entre un arquitecto y un constructor. Dio la explicación pedida, y uno de los oyentes le interrogó con sorna: “¿Quisiera usted decirme, señor arquitecto, quién fue el arquitecto de la torre de Babel?” El interrogado respondió. “Allí no hubo arquitecto, señor, y he aquí la causa de la confusión.”

Gracias por visitar este Libro Electrónico

Puedes leer la versión completa de este libro electrónico en diferentes formatos:

- HTML(Gratis / Disponible a todos los usuarios)
- PDF / TXT(Disponible a miembros V.I.P. Los miembros con una membresía básica pueden acceder hasta 5 libros electrónicos en formato PDF/TXT durante el mes.)
- Epub y Mobipocket (Exclusivos para miembros V.I.P.)

Para descargar este libro completo, tan solo seleccione el formato deseado, abajo:

