

Una ‘dieta’ sencilla y saludable para emprendedores

Jugar, tener una actitud positiva, conectarse con el otro y alegrar a los demás... cuatro principios del reconocido libro ‘Fish’, que aplican también para emprendedores sanos y exitosos.

Hace unos días asistí a una interesante charla dictada por la Dra. Valeria Cuervo, médica bioenergética colombiana. Aunque su discurso, por cierto, muy inspirador, apuntaba a hábitos saludables para disminuir el estrés laboral, fue inevitable hacer clic y relacionar dichos hábitos con la actitud que todos los emprendedores deben tener al abordar sus proyectos personales y empresariales. Cuervo hizo referencia al reconocido libro Fish, de los autores Lundin, Paul y Christensen, cuya tesis es que la eficacia de un equipo radica en su capacidad de motivación. Nada más ni nada menos que se puede encontrar satisfacción y diversión en la vida laboral cotidiana... tal como debe suceder con quienes le apuestan a la aventura de emprender. Así que tomemos nota de estos cuatro principios saludables:

Principio 1: Jugar

Un emprendedor tiene la necesidad de experimentar e innovar para hacer de su rutina diaria una vida de emociones y de juego que lo inspire a crear. No en vano, los niños basan sus rutinas en el juego; lo interesante es que allí no solo se divierten, sino que aprenden de ética y de moral, de normas y de comportamiento. ¡Qué bueno seguir jugando para que el emprendimiento (dentro y fuera de las empresas) vuele!

Principio 2: Elegir una actitud

Los emprendedores, por naturaleza, escogen el camino del triunfo. Por eso, deben tener una actitud ganadora y positiva ante la vida y no dejarse avasallar por los trámites, los préstamos, los impuestos y todo lo que les depara el día a día.

Principio 3: Estar presente

Un emprendedor está siempre dispuesto a escuchar a quienes lo rodean para aprender de ellos. Por lo mismo, sabe que estar presente va más allá de la presencia física e implica un buen relacionamiento; además, es consciente de que innova y toma las mejores decisiones estratégicas cuando escucha a otros, cuando trabaja en equipo, cuando participa en sesiones de ideación y cuando conoce su entorno.

Principio 4: Alegrar el día a los demás

Aristóteles decía que el fin del hombre es ser feliz. Sin embargo, los índices de depresión mundial nos señalan que esto se ha convertido en algo difícil de lograr. La Dra. Cuervo trajo a colación el testimonio del actor Jim Carrey, quien ha asegurado que, a pesar de tener mucho dinero y una carrera exitosa, no es feliz. ¡Por supuesto! La felicidad no puede encontrarse en el plano material. El consejo de este principio es, entonces, hacer sentir bien a los demás, puesto que solo así se sentirá una felicidad plena. Un emprendedor debe procurar ser feliz y lograr que sus empleados se sientan motivados y agradecidos por poder contribuir a un gran proyecto que no solo les genera un beneficio económico, sino que les permite construir sus propios sueños. Un emprendedor crea un círculo de alegría contagiosa.

Como verán, son cuatro principios que, si bien parecen obvios, al no practicarse deterioran la salud de cualquier emprendedor. ¿Ya los están poniendo en práctica?

Autor: María del Pilar Ramírez Salazar, Profesora Facultad de Estudios en Ambientes Virtuales, Universidad EAN.

Entrada publicada en la sección de Blogs de www.Portafolio.co el día 9 de marzo de 2018.

Link: <http://blogs.portafolio.co/pensamiento-emprendedor/2018/03/09/dieta-para-emprendedores/>