

© De la edición española:

Ediciones Librería Argentina

Andrés Mellado, 46. 28015 Madrid. España

Tel: 91 5434781

www.libreriaargentina.com

MAQUETACIÓN: Equipo ELA

DISEÑO DE PORTADA: Equipo ELA

ISBN N° 978-84-9950-003-4

Impreso en España

Todos los derechos reservados. No está permitida la reproducción total, ni parcial de este libro, ni la recopilación en un sistema informático, ni la transmisión por medios electrónicos, mecánicos, por fotocopias, por registro o por otros métodos posibles presentes o futuros, sin la autorización previa y por escrito de los titulares del Copyright.

PSICOLOGÍA
DEL
ÉXITO

WILLIAM WALKER ATKINSON



Ediciones Librería Argentina

Andrés Mellado, 46

Tel 91 5434781

28015 Madrid

www.libreriaargentina.com

Índice

Capítulo I. La psicología del éxito	7
<i>Explicación del título de este libro. Lo que procura el éxito. Cualidades indispensables. Norma para adquirirlas. Nuestro plan.</i>	
Capítulo II. Formando el Ideal	12
<i>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 y la importancia de saber formarse ideas. El Ideal y el proceso mental.</i>	
Capítulo III. La formación de los senderos mentales	18
<i>La Visualización. Definición y objeto. La fuerza de la costumbre. Modo de luchar contra las malas costumbres y de desarrollar las buenas. Práctica de la Visualización. Opiniones valiosísimas.</i>	
Capítulo IV. El pensamiento en acción	26
<i>La Acción Idealística o transformación del Pensamiento en acción. Bases y reglas prácticas.</i>	
Capítulo V. El deseo insistente	33
<i>Deseo insistente. El hombre es lo que desea ser. Lo que se necesita para dese- ar ser algo y para serlo. La ciencia y el arte del deseo, según los grandes pen- sadores.</i>	
Capítulo VI. La expectación confiada	42
<i>La Expectación Confiada, sinónimo de Fe, Esperanza y Entusiasmo. Valor de la Fe, sostenida por la razón del juicio. Debemos tener fe en nosotros mismos. Eficacia de la Esperanza razonada. Esperanza, sinónimo de Optimismo. Tengamos Esperanza en nosotros mismos, seamos optimistas. El Entusiasmo, complemento de la Fe y la Esperanza.</i>	
Capítulo VII. La voluntad persistente	49
<i>La Voluntad Persistente. Su eficacia en todos los órdenes de la vida. Hay que querer con energía, con perseverancia. El que así quiere, alcanza, es decir, ¡puede!. Reglas para desarrollar una Voluntad Persistensísima.</i>	
Capítulo VIII. El desarrollo de las cualidades positivas	58
<i>Cualidades positivas y cualidades negativas. Hay que desarrollar aquéllas y atenuar o anular éstas. Reglas y consejos para este trabajo.</i>	
Capítulo IX. Las cualidades de aplicación	61
<i>Constancia. Valor de la Constancia. Paciencia, Perseverancia y Persistencia. Reglas para el cultivo de estas preciosas cualidades. Estabilidad, o lo que es lo mismo, Firmeza, Tenacidad e Impregnabilidad. Desarrollo de estas fuer- zas.</i>	
Capítulo X. Las cualidades elementales	66
<i>Hay que saber adquirir y acumular. El Valor, base de la adquisición. Valor y Fortaleza, Resolución, Bravura, Animo. Ejemplo elocuente. Cultivo del</i>	

Valor. Acumulación. Para tener una cosa hay que desearla, y para conservar-la hay que saberla ahorrar y acumular. Desarrollo de la cualidad de Acumulación.

Capítulo XI. Las cualidades motrices 72

La clasificación. Es necesario saber mentalmente destruir o eliminar y construir; de ahí las cualidades de Destructividad y Constructividad. Lo nuevo se alza sobre las ruinas o en el lugar que ocupara lo viejo. La Destructividad sirve para aniquilar obstáculos y eliminar contrariedades, prevenciones, hábitos y reglas dañosas. No debemos ser esclavos de nada, como no sea del deseo de prosperar. Cultivo de la Destructividad. Constructividad. Debemos crear, construir en nuestra mente la idea o ideas necesarias para llegar al éxito. El hombre que triunfa es el que tiene aptitud y capacidad para plantear, inventar y construir según las líneas de su ideal, es decir, el que obra de acuerdo con un plan preconcebido. Desarrollo de la Constructividad.

Capítulo XII. Las cualidades protectoras 77

Prudencia y Astucia. Definición de la Prudencia. Prudencia y Sabiduría. Cómo debe practicarse y cómo se desarrolla la Prudencia. Definición de la Astucia. Su valor y su cultivo.

Capítulo XIII. Las cualidades egoísticas 83

Individuallidad y Vanidad. Individuallidad, en el presente caso, quiere decir respeto de sí mismo, confianza en sí mismo, dignidad e independencia. Cultivo de la individuallidad. Lo que es y lo que debe ser la Vanidad.

Capítulo XIV. Las cualidades que agradan 89

“Las cualidades placenteras o que agradan a los otros, o que nos hacen agradables a los otros”, debiera titularse este capítulo. Estas cualidades son: Buen humor, Suavidad, Tacto. Inconvenientes del mal humor y ventajas de un humor agradable. Hay que reír y sembrar la risa. Eficacia de la Suavidad e inconvenientes de la aspereza en el trato de gentes. El Tacto, verdadera ciencia de la vida. Cómo hay que proceder para adquirirle y emplearle.

Capítulo XV. Las cualidades de raciocinio 95

Clasificación de las Cualidades de Raciocinio. Cualidades Perceptivas. La puerta de entrada al conocimiento. Cultivo de la Percepción. Cualidades comparativas. Eficacia del análisis. El arte de Analizar y Comparar. Cualidades Inductivas. Eficacia del Raciocinio. Leyes y cultivo del Raciocinio.

Capítulo XVI. Las cualidades morales 105

La moral más sana debe regir los pensamientos para que éstos conduzcan al éxito. Discurso interesante. Desarrollo de las Cualidades Morales. Ultimos consejos.

Capítulo I

La psicología del éxito

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

Al leer el título de este libro: “Psicología del éxito”, les puede parecer a algunas personas que existe una contradicción entre estas dos ideas: Psicología y Exito.

Porque para estas personas la Psicología es una ciencia que se dedica a estudiar exclusivamente teorías metafísicas y la labor de la mente humana; pero que tiene muy poco o ningún contacto con los asuntos de la vida práctica. Estas mismas personas, también opinan que el éxito es un asunto eminentemente práctico y relacionado tan sólo con las prosaicas realidades de la vida cotidiana. Para ellas, por consiguiente, las dos ideas indicadas parecen estar tan distante la una de la otra como lo están los dos polos.

Pero quienes consideren este tema con detenimiento, llegarán 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.

A la **Psicología** se la define como la “ciencia de la mente” y estudia los estados mentales y los actos que se derivan de ellos.

“Tal como un hombre piensa, así es”.

“Tal como un hombre piensa, así obra”.

Los pensamientos toman forma en una acción, ya sea una acción positiva o la represión de una acción.

Al **éxito** se le define como: “un favorable o próspero resultado o determinación de cualquier tentativa”.

Nadie que conozca la historia de los hombres que han triunfado y sus métodos, negará que sus cualidades mentales han tenido siempre una relación directa con su obra. Puesto que ciertas cualidades mentales producen ciertos resultados directos o indirectos, buenos o malos.

Cuando analizamos el **fracaso** de un individuo, señalamos de inmediato algunos rasgos mentales que pensamos que deben de haber sido un obstáculo para su triunfo, una cierta debilidad de carácter que ha contribuido a su 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.

Es cierto que las **circunstancias exteriores** contribuyen en gran manera al éxito o al fracaso de un individuo en casos especiales, pero también es un hecho reconocido que los hombres que poseen ciertas cualidades mentales, 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.

Por el 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 última instancia, lo que constituye la *esencia real de un éxito o fracaso*. Y como la Psicología es la ciencia de la mente, se deduce 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, quizás, como una manera 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 también al contrario, *reprimir aquellas que le sean perjudiciales*.

Más todavía; aun aquellos que se encuentran faltos de la

voluntad, la aplicación y la 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 si 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, conoce 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 del *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 si mismo un carácter bien formado.

En el especial asunto 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, a todas las cualidades de esa especie que aquí estudiemos, las trataremos no derivándolas de su valor moral o ético, sino simplemente a causa de su influencia sobre el éxito general de la persona que las 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 de la materia), sino exclusivamente en lo que concierna a lo que nos dice el antiguo adagio: "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 circunscribirnos 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 como deben 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 objetivo, 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, median-

te 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 como 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.

Lecturas complementarias:

Para ampliar sobre este capítulo, puede consultar:

James Allen. "Como un hombre piensa, así es su vida" (ELA)

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 y la importancia de saber formarse ideas. El Ideal y el proceso 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**.

Se creía 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, eran capaces 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 cualquiera facultad mental deseada, siempre y cuando posea suficiente paciencia y perseverancia.*

Esta verdad es aceptada por aquellos que consideran la mente como un producto de la actividad cerebral, así como también por 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 entrevista 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,