



## **El Éxito Sin Felicidad No Vale La Pena. El Mundo Pone Mucha Energía En Alcanzar El Éxito Y Poca En Buscar La Felicidad.**

Así con estas ideas empieza Roberto Shinyashiki una entrevista en la revista SOMOS la cual quise compartir con ustedes. ¿Pero quien es este señor? Bueno Roberto es un Psicoterapeuta Analista Transaccional (Brasileño) muy prestigiado en su país, escritor de varios best seller que se han vendido varios millones. Tuve la oportunidad de conocerlo hace años y últimamente de llevar un taller que el dirigió en el último congreso de ALAT (ASOCIACION LATINOAMERICANA DE ANALISIS TRANSACCIONAL) realizado en nuestro País en mayo del presente año. Me parece simplemente una persona excepcional. He aquí la entrevista que quise compartir con ustedes.

### **¿Cómo dio el salto de la psicoterapia a los best seller de autoayuda?**

Un terapeuta ayuda a unas cuarenta personas por año. Yo pensaba: el mundo está en un incendio emocional y yo acá hablando con una sola persona. Yo vendí más de seis millones de libros sólo en Brasil. Quería ayudar a un número mayor de personas.

### **¿Usted siempre está feliz?**

Es que la felicidad es disfrutar los momentos de placer y aprender con los momentos de dolor, que son lecciones. Eso es felicidad. Cuando me gradué en medicina, yo trabajaba en un hospital. Atendía a 100 personas y todos los días morían unas diez. La mayoría moría completamente arrepentida de la manera en que vivió.

### **¿De qué se arrepentían?**

De no haber vivido el verdadero amor por falta de coraje, de no haber disfrutado de la compañía del hijo, de no haber seguido sus sueños. Para tener éxito hay que tener metas, pero para ser feliz hay que aprender a serlo con lo que tenemos en el momento.

### **¿Es cierto que querer es poder?**

Eso es mentira. Hacer es poder, tener la capacidad de hacer es poder. Definir, escoger el camino y seguir hacia el final, esa es la formulita para tener éxito.

### **¿Así de fácil?**

Bueno, primero cada quien tiene que definir su idea del éxito. Para mí, éxito es trabajar durante el día, volver a la casa con mi familia y, antes de dormir, decirle a Dios “qué bueno que estás conmigo”. La definición que uno tenga del éxito marca la ruta.

### **No debe resultar tan sencillo para las personas más desfavorecidas...**

La pobreza no es un estado de la naturaleza. El hombre la ha creado por la guerra de poderes. La tarea de los líderes y de los medios de comunicación es rescatar la capacidad de soñar de los pobres. Yo vengo de una familia muy pobre, mi mamá trabajaba de empleada doméstica y vivíamos en un pueblo joven. Mi mamá les decía a sus vecinos: Roberto será médico. Benedicta, estás loca, mira dónde vives, le decía. Ella respondía: no importa donde viva, importa adonde quiero llegar. El problema de Latinoamérica es que los hombres han dejado de soñar.

### **¿El éxito da felicidad?**

El éxito sin felicidad no vale la pena. El mundo pone mucha energía en alcanzar el éxito y poca en buscar la felicidad.

### **¿Por dónde empezar a cambiar?**

Generalmente, pensamos en cambiar al otro. El empresario habla de sus empleados, no de él. El marido habla de su mujer, no de él. El padre habla de los hijos, no de él. La parte más difícil de un cambio es entender que es uno quien tiene que cambiar.

### **¿Todos los libros de autoayuda ayudan?**

Mi señora tiene una amiga que es ama de casa. Adelgazó 10 kilos y está escribiendo un libro sobre cómo adelgazar. ¿Qué va a decir? Tienes que sacrificarte, no puedes comer, caminar, correr, bailar, lo que todos dicen. Los libros de autoayuda de alguien que no ha estudiado son siempre la misma cosa. Tú tienes que luchar mucho, sacrificarte, tener determinación. Trabajar mucho no es el secreto del éxito. Un libro de autoayuda de alguien que estudió la estructura de la personalidad es distinto.

### **¿Pero la gente no siempre hace una diferencia al momento de comprar?**

Las personas quieren magia, pero tienen que saber separar la paja del trigo. Tengo veinte años de escritor y treinta de terapeuta. En el mercado hay de todo.

En realidad habría tanto por hablar a partir de esta breve entrevista con este magnifico psicoterapeuta y con seguridad no nos pondríamos de acuerdo pero no importa una de las cosas que aprendí en mi formación como psicoterapeuta es que no hay verdades absolutas y que cada uno de nosotros tiene que ir descubriendo su propio camino. Como el lo dice cambiar no es sencillo y no todos estamos dispuestos a hacerlo para correr el riesgo de ser feliz. Permanecemos por ello muchas veces como estamos aun cuando no resulte tan agradable pero es tal vez mas seguro.

Aquí en **ANIMUS** tratamos desde la perspectiva de un trabajo en equipo contribuir con el cambio siempre y cuando la persona este dispuesta a ello. Anímese no hay otra forma de aprender a nadar que no sea lanzándose a la piscina.

**WWW.CENTROPSICOLOGICOANIMUS.COM**  
**centropsicologicoanimus@hotmail.com**  
**SAN BORJA TF. 3464418 CEL 993459851**