

Claves de la buena suerte

Primera parte



En una ocasión vi un programa de televisión en el que hablaban de la suerte y según el psicólogo inglés Richard Wiseman las personas que tienen buena suerte se distinguen de las demás por su forma de actuar o pensar. En su libro: “The Luck Factor – Changing Your Luck, Changing Your Life: The Four Essential Principles (El factor suerte – Cambiando su suerte, cambiando su vida: los 4 principios fundamentales), explica cuatro principios basados en desarrollo personal que, cuando bien aplicados, hacen atraer su suerte a las personas.

Uno de ellos dice que cuando la situación se vuelve desagradable, las personas que tienen buena suerte intentan transformar lo bueno en malo, estudiando lo bueno que pueden conseguir, a parte de que éstas personas siempre están abiertas a las ocasiones que se les puedan presentar.

De lo contrario, las personas que creen no tener suerte viven fijas en sus costumbres y no están dispuestas a cambiar, porque les asusta lo nuevo.

Richard Wiseman ha creado “ La escuela de la suerte”(1), en la que se enseña o ayuda a la gente a pensar en positivo y también se les enseña a organizarse aumentando su crecimiento personal.

Los cuatro pasos de los que le hablaba son:

Aumenta las casualidades. Las personas con suerte son astutas a la hora de crear, descubrir o actuar, buscando

ocasiones. Utilizan varios métodos que llevan a cabo: buscan y mantienen buenas relaciones, toman una buena posición ante la vida y están siempre dispuestas a los cambios.

Escucha tus presentimientos. A veces tomamos decisiones que surgen de escuchar la intuición y las corazonadas. Aquellas personas que tienen buena suerte intentan aumentar sus cualidades, meditando y limpiando la mente, por ejemplo.

Esperar la buena suerte. Las personas con suerte siempre piensan en positivo y siempre saben que el futuro será genial, por eso ante el fracaso, esta actitud les ayuda a superarlo o a ganar un jamon artesano reserva.

Invertir la suerte. Los afortunados enfrentan o esquivan lo malo que les pueda pasar. Piensan que las cosas podrían haber sido peores y no se detienen en lo desagradable, siempre dominan la situación.

No caer en una enfermedad: es muy importante que mientras estemos en una época de buena suerte, no contraigamos ninguna enfermedad como pueda ser la gripe, tuberculosis o la última que está tan de moda: tripofobia

Segùn Wiseman hay que pensar en positivo siempre, no aferrarse a lo malo, así seremos mucho más felices.

Vanessa Arjona

⁽¹⁾ En ella, se enseña a creer en la propia buena suerte, para propiciar activamente las oportunidades y crear nuevas posibilidades de que se produzcan. Y los resultados no pudieron ser más positivos y reveladores ya que, el 80% de quienes probaron a estar receptivos y predispuestos a creer en su buena suerte, durante el primer mes, mejoraron sus condiciones de vida de forma, en algunos casos, extraordinaria.

Segunda parte

Ni cruzar los dedos, ni tampoco evitar pasar por debajo de una escalera. Tampoco buscar un trébol de cuatro hojas. Ni siquiera esquivar un gato negro. Para llamar a la buena suerte hay formas mucho más científicamente refrendadas.

Acostumbramos a cometer dos errores fundamentales a la hora de valorar nuestra suerte.

- El primero es pensar que somos responsables de nuestra buena suerte, pero no solemos creer que somos responsables de nuestra mala suerte.
- El segundo es que la suerte sólo favorece a aquéllos que están en el lugar adecuado en el momento adecuado, cuando en realidad todo depende de tener la mentalidad adecuada: prestar atención a las oportunidades que se nos presentan y exprimir las.

Richard Wiseman es un académico inglés bastante particular. Está a punto de cumplir cincuenta años, es calvo y tiene perilla, lo cual le da cierto aire de actor de cine, y también es un enamorado de la magia: de adolescente formó parte del célebre Magic Circle de Londres y actuó en el legendario Magic Castle de Hollywood. Con todo, Wiseman trabaja en la Universidad de Hertfordshire, en el sur de Inglaterra, y ocupa la única cátedra que existe en el Reino Unido de Entendimiento Público de la Psicología.

Además de ser un eterno investigador de los entresijos de la conducta humana, también fue el buscador del chiste más divertido del mundo y de la frase para ligar más ingeniosa. Y se ha convertido en uno de los grandes estudiosos de la suerte (incluso ha fundado la llamada Escuela de la Suerte).

A su juicio, sólo el 10 % de nuestra existencia es aleatoria; el 90 % restante se define por nuestra forma de pensar.

Wiseman dedicó una década a estudiar a las personas que se consideraban afortunadas, así como a las personas que se consideraban desafortunadas. Llegó a la conclusión de que hay básicamente tres factores para explicar por

qué las cosas buenas siempre pasan a las mismas personas, que fueron desarrolladas en su obra Nadie nace con suerte.

Primer Factor: los individuos con suerte acostumbran a hacer caso a sus corazonadas. Los desafortunados ignoran su propia intuición y luego se arrepienten de la decisión tomada. Con la suerte se pone en funcionamiento la inteligencia intuitiva que defiende Malcolm Gladwell en su libro titulado, precisamente, Inteligencia intuitiva.

Segundo Factor: los individuos con suerte perseveran cuando sufren un fracaso, mostrándose siempre optimistas: acostumbran a pensar que sucederán cosas buenas.

Tercer Factor: los individuos con suerte tienen la habilidad de convertir la mala suerte en buena suerte. Ante la obligación de llevar a cabo un cambio, los afortunados suelen afrontar el cambio como algo deseado o positivo. Los psicólogos llaman a esta capacidad «mentalidad de inversión»: poder imaginar al instante que las cosas podrían haber sido mucho peores, pero que afortunadamente no lo son.

Ben Sherwood, en su libro El club de los supervivientes, abunda en esta sensación refiriéndose a lo que ocurrió entre los atletas que participaron en los Juegos Olímpicos de 1992 en Barcelona, que fueron estudiados por los psicólogos de la Universidad de Cornell: los ganadores de la medalla de bronce eran más felices que los atletas que ganaron la medalla de plata, «resultó que los medallistas de plata se sentían muy frustrados al pensar que “estuvieron a punto de ganar la medalla de oro” No contextualizaron su gloria en el triunfo sobre otro deportista olímpico, sino en su derrota en la final.»