

Más de dos millones de ejemplares vendidos

Dr. Camilo Cruz

La Vacca

Una historia sobre cómo deshacernos del conformismo
y las excusas que nos impiden triunfar



TALLER DEL ÉXITO

ELOGIOS

“El Dr. Camilo Cruz es uno de los escritores y conferencistas más destacados en el área del desarrollo personal. Su visión y sabiduría lo han destinado a marcar una enorme diferencia a nivel mundial. Los conocimientos que él comparte a través de sus libros y presentaciones producirán resultados inmediatos en la vida de todos los emprendedores que decidan ponerlos en práctica”.

MARK VÍCTOR HANSEN,

Coautor de la serie *Sopa de pollo para el alma*

“Yo encuentro los libros del Dr. Cruz en todas partes. Lo he invitado a mis programas para que nos diga cómo triunfar porque creo que todo el que logre su Sueño Americano puede triunfar en cualquier parte”.

DON FRANCISCO,

Univisión

“El trabajo del Dr. Cruz es un ejemplo de inspiración y una muestra de esa actitud de nunca darse por vencido.

Su habilidad para motivar a otros hacia el logro de sus sueños tendrá un impacto extraordinario en la educación, el liderazgo y el éxito de nuestra comunidad latina”.

EDWARD JAMES OLMOS,

Actor y coproductor de *Latino Book & Family Festival*

“El Dr. Cruz tiene la habilidad para conjugar en sus obras los últimos descubrimientos en el área del éxito personal y empresarial con estrategias claras y fáciles de entender de tal modo que el lector las ponga en práctica de inmediato y empiece a mejorar cualquier área de su vida”.

BRIAN TRACY,

Reconocido autor y consultor empresarial

“Los libros y presentaciones del Dr. Cruz han cambiado la vida de muchas personas proveyéndoles estrategias claras y sencillas que les permitan mejorar su calidad de vida”.

DIARIO LA OPINIÓN

(Los Ángeles)

“Señores, vamos a jugar un mundial: ¡Maten sus vacas!” Estas fueron las palabras del director técnico de la selección ecuatoriana de fútbol a su plantel de 23 jugadores cuando les regaló a cada uno el libro *La Vaca* para que lo leyeran antes de salir rumbo al campeonato.

LUIS FERNANDO SUÁREZ,

Director Técnico, selección de fútbol del Ecuador

“Como ejecutivo de una corporación internacional, lograr equilibrio en la vida no es siempre fácil. Leí *La Vaca (Once Upon a Cow)* en medio de circunstancias personales que me hacían ver que tenía que comprometerme con un estilo de vida más saludable. La perspicacia del Dr. Cruz me ayudó a deshacerme de las excusas que me estaban deteniendo de lograrlo. Hoy en día disfruto viviendo mucho más saludablemente, paso más tiempo con mi familia y continúo teniendo éxito en mi profesión”.

HANNES HUNSCHOFSKY,

Presidente de Hoerbiger Corporation of America

Dr. Camilo Cruz

La Vaca

Una historia sobre cómo deshacernos del conformismo
y las excusas que nos impiden triunfar

TALLER DEL ÉXITO

DEDICATORIA

A mi familia; su apoyo incondicional me ha ayudado a deshacerme de muchas de mis vacas. Con amor y paciencia ellos me perdonan las que aún tengo y me alientan a continuar en la difícil tarea de liberarme de todas mis limitaciones.

A todo el equipo de colaboradores del Taller del Éxito que contribuyó en el éxito que ha tenido esta obra. Más de dos millones de personas en los cinco continentes les agradecen su dedicación y compromiso con la hermosa misión de construir mejores seres humanos.

A los millones de lectores alrededor del mundo, quienes, con sus historias personales de cambio, han confirmado el gran futuro que les espera a todos aquellos que decidan deshacerse de sus vacas. Este libro es un brindis por su sabia decisión de alcanzar la vida libre de excusas que los lleve a disfrutar a plenitud de todos sus éxitos.

La Vaca

Copyright © 2017 - Dr. Camilo Cruz • Taller del Éxito

Reservados todos los derechos. Ninguna parte de esta publicación puede ser reproducida, distribuida o transmitida, por ninguna forma o medio, incluyendo: fotocopiado, grabación o cualquier otro método electrónico o mecánico, sin la autorización previa por escrito del autor o editor, excepto en el caso de breves reseñas utilizadas en críticas literarias y ciertos usos no comerciales dispuestos por la Ley de Derechos de autor.

Exclusión de responsabilidad y garantía: esta publicación ha sido diseñada para suministrar información fidedigna y exacta con respecto al tema a tratar. Se vende bajo el entendimiento de que el editor no participa en suministrar asistencia legal, contable o de cualquier otra índole. Si se requiere consejería legal u otro tipo de asistencia, deberán contratarse los servicios competentes de un profesional.

Publicado por:
Taller del Éxito, Inc.
1669 N.W. 144 Terrace, Suite 210
Sunrise, Florida 33323, U.S.A.
www.tallerdelexito.com

Editorial dedicada a la difusión de libros y audiolibros de desarrollo personal, crecimiento personal, liderazgo y motivación.

Diseño de carátula y diagramación: Diego Cruz y Carla Bórquez Carrillo

ISBN: 978-1-60738-439-7

Printed in the United States of America

Impreso en Estados Unidos

17 18 19 20 21 R|UH 59 58 57 56 55

CONTENIDO

Prólogo	11
Introducción	15

PARTE 1

LA TRÁGICA Y FELIZ

HISTORIA DE LA VACA

01.	Érase una vez una vaca...	23
02.	No todas las vacas mugen como vacas	31
03.	Toda vaca es primero una mansa ternera	45
04.	Vacas de diferentes colores	67
05.	Mamá, ¿de dónde vienen las vacas?	91
06.	Cuando nuestras vacas son obsequios de otras personas	105

PARTE 2

CÓMO DESHACERNOS

DE NUESTRAS VACAS

07.	La única manera de matar tus vacas	123
08.	Cinco pasos para deshacerte de tus vacas	141

PARTE 3

UNA VIDA LIBRE DE VACAS

09.	Las vacas en la salud	167
10.	Las vacas en la familia	181
11.	Las vacas en las finanzas	201
12.	Las vacas en el trabajo y la profesión	219
13.	Las vacas en los negocios	235
14.	Las vacas de nuestros hijos	253

PRÓLOGO

Durante casi tres décadas he estudiado, escrito y hablado sobre el éxito. Siempre me interesó saber qué es y qué necesitamos para obtenerlo, a qué se debe que algunas personas lo alcancen con relativa facilidad mientras que otras no consiguen ni acercarse a él a pesar de trabajar arduamente.

Los años me han enseñado que los triunfadores comparten algo en común: ellos evitan dar excusas y no pierden su tiempo justificando ante los demás por qué razones las cosas no están como ellos quisieran. Tampoco se quejan de sus circunstancias, ni fabrican disculpas para explicar cómo es que no han alcanzado sus metas.

La persona exitosa actúa, planea sus metas y trabaja diligentemente hasta realizarlas; no siempre triunfa al primer intento, pero nunca se da por vencida. Si tropieza, vuelve a ponerse de pie y prosigue con renovado entusiasmo su camino en pos de sus objetivos hasta lograrlos, sin importar los fracasos que enfrente a lo largo del camino.

Y es que el fracaso es inherente al éxito, no su enemigo, como muchos piensan. Es más, las caídas suelen traer consigo grandes enseñanzas. Como afirma el Dr. Cruz, el verdadero enemigo del éxito es la mediocridad. Aspiramos a la grandeza, pero nos contentamos con segundos lugares; queremos vivir al máximo, pero terminamos conformán-

donos con sobrevivir. Encontramos una zona de comodidad, nos acostumbramos a ella y permitimos que las oportunidades para disfrutar de todo lo hermoso que nos ofrece la vida pasen de largo.

Una de las lecciones más importantes que he aprendido es que, para lograr resultados espectaculares, primero tenemos que deshacernos de todas las excusas que nos impidan utilizar nuestro verdadero potencial.

En mis lecturas he podido darme cuenta de cómo, en los últimos años, hemos entrado en la era de las metáforas. Muchos de los mejores libros de crecimiento personal y profesional de estos tiempos han sido escritos a manera de sencillas historias que ilustran la importancia de ciertas actitudes que debemos adoptar si queremos triunfar. Este extraordinario libro de mi amigo Camilo Cruz es, sin lugar a dudas, una de las mejores metáforas que he leído sobre cómo deshacernos de la mediocridad y el conformismo.

La vaca nos muestra de manera clara y categórica lo que sucede cuando permitimos que nuestra vida se rija por excusas. La figura de la vaca simboliza toda excusa, hábito, pretexto o justificación que nos impide vivir a plenitud. Esta maravillosa historia cautivará el corazón de sus lectores y los retará a eliminar sus pretextos, o como diría Camilo: "...A matar sus vacas".

La verdad es que todos cargamos con más vacas de las que estamos dispuestos a admitir; justificaciones con las que buscamos convencernos a nosotros mismos y a los demás de que las circunstancias no están tan mal como parecen. Contamos con un arsenal de excusas y pretextos que utilizamos cada vez que los necesitamos para explicar por qué no estamos haciendo lo que deberíamos. Este libro no solo nos muestra lo que les espera a quienes finalmente decidan deshacerse de tantas ideas limitantes, sino que nos presenta paso a paso estrategias para construir una vida en la que todas nuestras metas son posibles.

Camilo está destinado a marcar una enorme diferencia en el mundo a través de sus obras. La sabiduría, profundidad y perspicacia de sus enseñanzas les permite a los lectores poner en práctica todas sus habilidades y comenzar a cambiar su vida.

Espero que esta historia te ayude a tomar la decisión de erradicar tu conformismo; que aceptes el reto de matar todas las vacas que has venido cargando sobre tus hombros y vivas libre de mediocridad. Si es así, estoy seguro que muy pronto comenzarás a disfrutar de todo aquello que ha sido reservado para todos los que se atreven a soñar en grande.

MARK VICTOR HANSEN,

Coautor de la serie *Sopa de pollo para el alma*

INTRODUCCIÓN

“Creo que mi mayor vaca consistía en que mi vida se había convertido en una búsqueda constante de culpables por mis fracasos. Me volví un especialista para identificar a los responsables de todo lo malo que me ocurriera. Sin embargo, después de leer *La Vaca* entendí que yo soy el único responsable de lo bueno y lo malo que me suceda. Estoy seguro de que nuestro continente sería otro sin tanta vaca que nos ayuda a justificar nuestra pobreza y, por ende, nos mantiene atados a la miseria”.

—Alejandro Darío, La Paz, Bolivia

Antes de que te sumerjas en esta enriquecedora metáfora me gustaría que conocieras un poco de cómo y dónde se originó —o por lo menos, mi versión de ella— y cómo llegó a convertirse en el libro que ahora tienes en tus manos. Como suele suceder con muchos acontecimientos, su origen fue el resultado de una serie de felices coincidencias entre las que sobresalen dos muy significativas.

La primera ocurrió durante una conferencia que dicté en Buenos Aires. Me disponía a hablar de los obstáculos y limitaciones que nos impiden lograr nuestras metas. Sin embargo, en lugar de referirme a cada uno de ellos por separado,

como suelo hacerlo, decidí que en esa ocasión les pediría a las más de ocho mil personas que asistían al evento que respondieran a una pregunta. A la cuenta de tres todos debían gritar la primera respuesta que se les viniera a la mente. El objetivo era utilizar esta especie de “opinómetro” para tratar de determinar de manera inmediata la respuesta más común.

Mi pregunta fue: “¿Qué es lo opuesto al éxito?”

“¡El fracaso!”, respondió casi al unísono gran parte de los ocho mil asistentes.

Al escuchar esta respuesta pensé en que años atrás posiblemente yo hubiese respondido de la misma manera. Por algún motivo, muchos de nosotros hemos aprendido a ver el fracaso como un enemigo al que hay que evitar a toda costa. Desde muy temprana edad entendemos que caer es motivo de vergüenza, que fracaso es sinónimo de fracasado y que, si existe la posibilidad de fracasar frente a algún propósito, lo mejor es no intentarlo.

No es de extrañarse, entonces, que concibamos el fracaso como un mal, una plaga, un castigo, un desprestigio del que hay que huir a toda costa. No obstante, después de leer las historias de vida de cientos de emprendedores exitosos —de observar que fracasaron en sus primeros intentos, pero aun así no se rindieron—, y de tener la oportunidad de interactuar con muchos de ellos, mi conclusión es que los verdaderos triunfadores interpretan el fracaso de manera diferente. Lejos de ser temibles enemigos que hay que evitar sea como sea, sus intentos fallidos, por aparatosos que fueron, terminaron por enseñarles una lección, un camino diferente, una manera distinta de hacer las cosas. Ahora bien, si es posible aprender del fracaso, entonces resulta imposible considerarlo un enemigo.

La segunda feliz coincidencia que me llevó a escribir esta historia había ocurrido hacía solo 24 horas, durante el vuelo en el cual arribé a Buenos Aires. Como seguramente les pasará a otros escritores, con frecuencia encuentro personas dispues-

tas a compartir conmigo anécdotas e historias que les dejaron alguna enseñanza —experiencias que para mí siempre son un caudal extraordinario de nuevas ideas—. Y en aquel vuelo, mientras sobrevolaba algún lugar de Suramérica, escuché por primera vez la trágica —y feliz— historia de la vaca.

En el vuelo de regreso a casa pensé largo rato, tanto en el resultado del opinómetro como en la historia de aquella vaca que aún daba vueltas en mi cabeza. Cuando me bajé del avión tenía en mente varias ideas bien claras. La primera, que el enemigo del éxito no es el fracaso, como muchas veces pensamos; sus verdaderos enemigos son el conformismo y la mediocridad. La segunda, que las caídas y los fracasos son parte del camino que nos lleva a la realización de nuestras metas y que su propósito es darnos la oportunidad de aprender importantes lecciones, permitirnos reconocer hábitos que debemos cambiar y conductas que necesitamos corregir. La tercera, que seguramente, todos recordamos fracasos y caídas que hemos sufrido en algún momento, después de los cuales salimos más fortalecidos, más sabios y mejor preparados para enfrentar nuevos retos.

Por su parte, el conformismo y la mediocridad no nos dejan ninguna lección. No hay nada que aprender de ellos. Tan es así que, cuando nos contentamos con llevar una vida mediocre, nuestro proceso de aprendizaje suele detenerse. Por esta razón, son ellos los verdaderos enemigos del éxito y es a ellos a los que debemos huirles, no a las caídas. Sin embargo, hemos aprendido a temerle tanto al fracaso que, en nuestro afán por evitarlo, terminamos por contentarnos con segundos lugares; por aceptar la mediocridad como alternativa. Y si existe la menor posibilidad de enfrentar una caída, estamos dispuestos hasta a renunciar a nuestras metas.

Entonces, en lugar de desperdiciar el tiempo tratando de impedir cualquier derrota, lo que debemos hacer es eliminar todas las excusas, pretextos, justificaciones y falsas creencias —o como yo las llamo, vacas— que nos mantienen atados a una vida de mediocridad.

Mi intención al compartir contigo esta metáfora es que observes los efectos tan devastadores que el conformismo ejerce sobre tu vida y que logres apreciar los grandes cambios que comienzan a ocurrir cuando finalmente decides deshacerte de tus excusas.

¿Tienes sueños, metas u objetivos que desees alcanzar? Permite que sean ellos los que te motiven a actuar y no tus temores. No admitas que tus excusas y justificaciones —vacas— te convenzan de renunciar a tus sueños y darte por vencido. Ese es el gran reto que nos plantea esta inspiradora metáfora.

Cuando salió la primera edición de *La Vaca*, en menos de un año más de doscientas cincuenta mil personas de 106 países ya la habían leído. Casi diez mil lectores se animaron a compartir conmigo aquellas vacas de las que decidieron deshacerse.

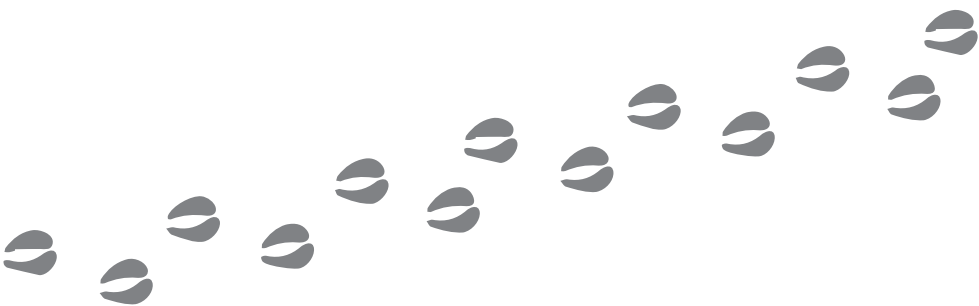
Hoy, diez años después, cuando millones de nuevos lectores han disfrutado de esta historia, en los más de quince idiomas a los que el libro ha sido traducido, he querido hacer algo especial: incluir en esta edición seis capítulos nuevos en los que encontrarás decenas de nuevas vacas que me han enviado los nuevos lectores del libro. Descubrirás las excusas y justificaciones más comunes para no triunfar en algunas de las áreas más importantes de la vida: la familia, la salud, las finanzas, el trabajo, los hijos y los negocios. Cada una de estas vacas va acompañada de una estrategia específica para deshacerte de ella de una vez por todas.

Pero bueno, quiero que seas tú mismo quien te nutras de todas las enseñanzas que logres absorber de esta historia. Y aunque, es probable que a estas alturas aún te sea imposible entender plenamente el significado de la siguiente afirmación, de todas formas te diré que, si al terminar esta lectura descubres que no aprendiste nada, pues... ¡Esa es tu vaca!

PARTE



**LA TRÁGICA Y
FELIZ HISTORIA
DE LA VACA**



01.
ÉRASE UNA VEZ
UNA VACA...

“Este libro transformó por completo mi manera de ver la vida. Después de evaluar lo que he logrado hasta ahora, hoy reconozco que pude haber hecho más si no hubiese tenido la vaca de sentirme conforme con lo poco que he conseguido. A pesar de mi gran potencial, he desperdiciado una gran parte de mi vida en excusas como ‘mis padres no me apoyaron lo suficiente y por eso yo batallé tanto para terminar mi carrera’, ‘los problemas económicos de mi familia nunca me han permitido lograr mis metas’ y otras por el estilo. Luego, cuando vivía en el extranjero, me escondía tras otras vacas pregonando que ‘¿cómo iba a sobresalir aquí si este no era mi país?’. ‘Acá no quieren a los extranjeros’, solía decir. La lección más importante que he aprendido con esta lectura es que no hay obstáculo más grande en mi vida que ‘yo misma’ y que siempre lograré ser todo lo que yo quiera ser”.

—Liliana Inurriagarro Ramos, Guadalajara, México

Cuentan quienes fueron testigos de esta historia, que en cierta ocasión un sabio maestro deseaba enseñarle a uno de sus estudiantes la clave para disfrutar de una vida próspera y feliz. Conocedor de los muchos retos y dificultades que enfrentan los seres humanos en su búsqueda por la felicidad, el anciano pensó que la primera lección que su discípulo necesitaba aprender era descubrir por qué muchas personas viven encadenadas a una vida de conformismo y mediocridad. ¿A qué se debe que lleven existencias apenas tolerables y sean incapaces de sobreponerse a los obstáculos que les impiden alcanzar el éxito?

Para que el joven apreciara el valor de esta lección, el maestro le contó la historia de una familia muy pobre que vivía en un rancho situado en la parte más alejada de un pequeño caserío. La casucha parecía estar a punto de derumbarse: sus paredes se sostenían en pie de milagro y amenazaban con venirse abajo en cualquier momento; el improvisado techo dejaba filtrar el agua por todas partes; la basura y los desperdicios se acumulaban en cada rincón dándole a la casa un aspecto decadente y repulsivo.

Pero, si el estado del pequeño rancho daba pena, el aspecto de sus moradores confirmaba la profunda miseria que reinaba en el lugar. Sus ropas viejas y sucias, su caminar desanimado, su mirada triste y desesperanzada eran señal inequívoca de que la pobreza no solo se había apoderado de sus cuerpos, sino de que también había encontrado albergue en su interior.

Sin embargo, pese al estado de miseria y desolación en que se encontraban, podían decir que contaban con una posesión —de gran valor, según sus circunstancias—: eran dueños de una vaca.

El animal no era gran cosa, pero la vida de ellos giraba en torno a su vaca. El día se les iba en darle de beber, sacarla a caminar buscando algo de pasto para alimentarla, ordeñarla, asegurarse de que el resto del tiempo estuviera debidamente atada y cuidarla para que nadie se la robara. No era para menos, la escasa leche que producía era el único alimento de algún valor nutricional con el que ellos contaban.

No obstante, la vaca parecía servir a un propósito mucho mayor que el de suministrarles algo de alimentación: les daba la sensación de no estar en la miseria total. Sabían que eran pobres, pero estaban seguros de no ser los más pobres; tenían poco y nada, pero tenían su vaca y eso era suficiente para sentirse conformes. Por absurdo que pareciera, hallaban consuelo en saber que, con seguridad, otros se encontraban en peores circunstancias y ya quisieran tener una vaca como la suya. Así que no era de extrañar que, cuando se quejaban de su desventura, no faltara quien les recordara lo afortunados que eran por contar con su vaca.

Gran trampa en la que los había hecho caer el conformismo: había conseguido que, aun en medio de la miseria, aquella familia se sintiera afortunada.

La historia cuenta que un día sucedió lo inimaginable:

¡Alguien les mató la vaca!

Lo primero que se cruza por la mente de cualquiera al escuchar esto es que, si con vaca eran pobres, ¿qué iba a sucederles ahora que no la tenían? Con seguridad que acababan de ser condenados a la miseria total. Lo más probable era que terminaran corriendo con la misma suerte del animal.

¿Qué más podía esperarse?

Es aquí donde nuestra historia da un giro inesperado y que solo se explica por el hecho de que, cuando enfrentamos una realidad tan crítica, cuando hemos tocado fondo, no tenemos sino dos opciones: o nos sentamos a condoler-nos de nuestras desgracias y a esperar lo peor, ¡o rebotamos!

Y eso fue precisamente lo que esta familia hizo. Al no contar con su vaca comenzaron a ver cómo salir de su precaria situación así que decidieron limpiar el patio trasero asegurándose de sacar de allí toda la basura y los desperdicios que se habían acumulado a lo largo de los años; luego, consiguieron algunas semillas y, en el espacio despejado, sembraron hortalizas y legumbres para alimentarse.

Pasado algún tiempo, la improvisada granja les producía mucho más de lo que ellos necesitaban para su sustento, así que decidieron vender parte de esos vegetales en el vecindario y con ese dinero compraron más semillas. Poco a poco, la huerta llegó a producir lo indispensable, no solo para ellos, sino para venderles a sus vecinos y para ofrecer el resto de la cosecha en el mercado del pueblo.

Por primera vez en su vida tuvieron lo suficiente para suplir sus necesidades básicas y con el paso del tiempo derumbaron el rancho en que vivían y construyeron una mejor casa. Así, poco a poco, fueron saliendo de la miseria en que vivían y encontraron el camino a una vida mejor.

—Ahora, la pregunta realmente importante —le preguntó el anciano a su joven pupilo— es si tú crees que esta familia hubiese logrado todo eso de haber seguido contando con su vaca.

—Seguramente no— respondió el muchacho sin ningún titubeo.

—¿Comprendes ahora? La vaca que ellos consideraban como su posesión más valiosa había sido en realidad una cadena que los mantenía atados a una vida de conformismo y mediocridad.

—Y cuando ya no pudieron continuar apoyándose en la falsa seguridad que les daba el sentirse poseedores de algo, así solo fuera una pobre vaca, tomaron la decisión de esforzarse por buscar algo más, por ver más allá de sus circunstancias presentes.

—¡Exactamente! —asintió el maestro reconociendo que su joven estudiante comenzaba a entender la lección—.

—Qué gran enseñanza— murmuró el joven e inmediatamente comenzó a reflexionar sobre sus propias vacas. Se propuso identificar todas las excusas que hasta entonces lo habían mantenido atado a la mediocridad. Determinó que en adelante no le daría cabida en su mente a nada que le impidiera utilizar su verdadero potencial.

Aquel día marcó un nuevo comienzo en la vida del joven: ¡Una vida libre de vacas!

Cuando escuché esta historia por primera vez, pensé que a muchos de nosotros nos sucede lo mismo que a esta pobre familia. Cuando insistimos en autoconvencernos de que lo poco que tenemos es más que suficiente, el conformismo se apodera de nuestra vida y se convierte en una cadena que nos impide ir tras metas mayores. No somos felices con lo que poseemos, pero tampoco nos sentimos tan miserables como para salir de nuestra zona de confort. Estamos frustrados con la vida que llevamos, pero no lo suficiente como para cambiar. ¿Ves lo trágico de esta situación?

Y es posible que lo mismo te esté ocurriendo a ti en cualquier área de tu vida. En el área laboral, por ejemplo, quizá tengas un trabajo que no te gusta porque no te reporta ninguna satisfacción, ni te permite cubrir siquiera tus necesidades mínimas. ¿Qué crees que sería lo mejor para no caer en las garras del conformismo y la mediocridad? ¡Exactamente! Dejarlo y buscar uno mejor. La decisión es fácil, ¿no es cierto? Pero, ¿qué sucede si ese trabajo que no te entusiasma ni te ofrece mayores oportunidades te provee lo suficiente para

cubrir tus necesidades básicas así esté lejos de brindarte la calidad de vida que realmente anhelas para ti y tu familia?

Resulta cómodo conformarte con él, ¿no es cierto? Es fácil caer en la trampa de sentir que debes estar agradecido de, por lo menos, contar con un empleo y un sueldo por malo que sea. Después de todo, hay muchos otros que no tienen nada y ya quisieran tener dicho trabajo.

Al igual que aquella vaca, esta actitud conformista jamás te permitirá progresar. Y a menos que te liberes de ella, no podrás experimentar un mundo distinto al actual. Estás condenado a ser víctima de por vida de estas limitaciones que tú mismo te has encargado de establecer. Es como si hubieses decidido vendar tus ojos y conformarte con tu suerte.

Todos tenemos vacas: todas esas excusas, creencias y justificaciones que nos mantienen atados a la mediocridad. Pretextos que utilizamos para tratar de explicar por qué no estamos viviendo como queremos. Y lo peor de todo es que tratamos de engañarnos con excusas que ni nosotros mismos creemos, las cuales, al igual que la vaca de la historia, nos dan un falso sentido de seguridad cuando la realidad es que frente a nosotros se encuentra un mundo de oportunidades que solo podremos aprovechar si decidimos deshacernos de nuestras limitaciones.

¡Tú también tienes hoy la oportunidad de comenzar una vida libre de vacas!

Ganador del Latino Book Award al mejor libro
de desarrollo personal en Estados Unidos.

Prólogo de Mark Victor Hansen Coautor del libro *Sopa de Pollo para el Alma*

¿Qué nos impide triunfar, lograr nuestras metas y ser felices?

El verdadero enemigo del éxito y la felicidad no es el fracaso, como muchos piensan, sino el conformismo y las excusas que limitan nuestro éxito. En esta extraordinaria metáfora, la vaca representa toda excusa, pretexto o justificación que nos mantiene atados a una vida conformista que nos impide utilizar nuestro potencial al máximo.

Todos queremos hacer realidad nuestros sueños, tener mejores relaciones, alcanzar la libertad financiera e influir positivamente en la vida de nuestros hijos o familiares cercanos. Sin embargo, nos llenamos de excusas, buscamos culpables por nuestros fracasos y terminamos por creer que el éxito es imposible. Este libro te mostrará lo que puedes lograr cuando finalmente te liberas de estas ataduras y comienzas a utilizar tu verdadero potencial. Acepta el reto de vivir una vida libre de vacas, una vida donde todo sueño es posible y los únicos límites son aquellos que tú mismo te impongas.

Esta edición incluye seis capítulos nuevos en los que encontrarás las excusas y justificaciones más comunes que te impiden triunfar en algunas de las áreas más importantes de la vida: la familia, la salud, las finanzas, el trabajo, los hijos y los negocios.



El **Dr. Camilo Cruz**, autor galardonado y best seller internacional de más de 34 obras, es uno de los más altos exponentes en el campo del desarrollo personal, la excelencia empresarial y el liderazgo. Su dinamismo y su estilo altamente informativo y humorístico a la vez, lo

han convertido en uno de los conferencistas y escritores latinos de mayor demanda en Estados Unidos, Europa y Latinoamérica por compañías del grupo Fortune 500, empresas de Network Marketing y organizaciones profesionales.

ISBN-13: 978-1607384397



9 781607 384397