





PLAYBOOK  
PARA TU LIBERTAD FINANCIERA

¿Cuánto es suficiente?



Íñigo Arístegui

PLAYBOOK  
PARA TU LIBERTAD FINANCIERA

¿Cuánto es suficiente?



Primera edición: mayo 2024

© Comunicación y Publicaciones Caudal, S.L.

© Íñigo Arístegui

ISBN: 978-84-10253-56-8

ISBN digital: 978-84-10253-57-5

Depósito legal: M-12073-2024

Editorial Adarve

C/Luis Vives, 9

28002 Madrid

[editorial@editorial-adarve.com](mailto:editorial@editorial-adarve.com)

[www.editorial-adarve.com](http://www.editorial-adarve.com)

Impreso en España

*Para ti que estás buscando, deseo que te ayude en tu camino.  
Y por supuesto, para ti Mario.*



# Índice

Prólogo .....	13
Prefacio.....	17
¿Para qué? .....	19
Conocimiento .....	23
Playbook.....	27
Dinero.....	31
¿Qué es el dinero?.....	31
¿Cómo se hace?.....	34
¿Qué es el dinero para ti?.....	41
Leyes de la Riqueza.....	43
Ley de la Ganancia.....	46
Ley del Gasto.....	59
Ley del Ahorro.....	65
Ley de la Inversión.....	75
Resumen.....	94
Coeficiente Inteligencia Financiera.....	95
Finanzas.....	95
Conceptos Financieros Básicos.....	107
Inteligencia Financiera.....	111

Coefficiente Inteligencia Emocional Financiera.....	127
¿Qué es para ti el dinero?.....	128
¿Cuánto es suficiente?.....	129
Creencias limitantes.....	131
Gestión emocional y dinero.....	133
Ejercicios liberadores.....	138
Empieza tu aventura.....	145
Para qué.....	147
Valores.....	149
Cambio de paradigma.....	153
Errores.....	156
Gestión del NO.....	161
Elecciones.....	169
Venta.....	171
Casos y cosas.....	174
Rafa.....	175
Rebeca.....	185
Adrián.....	192
María Gabriela.....	197
Tomando conciencia.....	206
Donde hay cuentas no hay cuentos.....	206
Vivir en parámetros de útil o no útil.....	208
Tú joven, sé productivo.....	210
¿Cuánto es suficiente?.....	214
Libertad financiera.....	218

Aviso legal, exclusión de garantías y responsabilidad: el autor de este libro no es un asesor financiero autorizado. Toda la información publicada en el mismo debe ser tenida en cuenta como opinión y no como asesoría. El autor no se hace responsable de posibles pérdidas incurridas por parte del lector.



## Prólogo

Ay el dinero... ¿bendito dinero? ¿O lo consideras maldito?

Durante mis años de acompañante como *coach* y mentora son muchas las personas con las que he trabajado su percepción de la abundancia, sus límites auto creados respecto a lo que creen que merecían y en muchos de los casos, el dinero rondaba como un fantasma agarrado a sus entrañas más profundas por lo que habían mamado desde casa, en la mayoría de los casos, limitándoles hasta puntos insospechados en su edad adulta.

Yo misma me encontré hace años siendo víctima de situaciones en las que no sabes muy bien cómo manejarte, a pesar de no tener en principio ninguna creencia como que el dinero es malo, o que corrompe a las personas que lo tienen más allá de cubrir sus necesidades, etc.

Como te decía, fui víctima de las participaciones preferentes y sus nefastas consecuencias, además de pasar de una situación económica muy holgada a bajar a la mitad mi ritmo de vida económica tras dejar la empresa para la que trabajaba con dos niños pequeños y sin saber qué haría con mi vida profesional.

Lo que más me costó de esos dos años autoimpuestos (con total convencimiento de que me quería dedicar a criar a mis hijos mientras reflexionaba qué cambios profesionales llevaría a cabo para sentir que honraba mi propósito de vida laboral), fue ese cambio tan radical respecto a mi economía y no entrar en cierto estado de angustia o ansiedad por pensar en que me comería todos mis ahorros.

Sabía que debía tener presente que el arte no está en ganar dinero, sino en mantenerlo.

Como hija de la cultura catalana del ahorro, desde que empecé a trabajar guardaba una parte de mi salario para tener un colchón por si... y cuando me encontré en la situación que os cuento, afortunadamente, no tenía ningún problema económico. Y, sin embargo, me sorprendía a mí misma todos los días metiéndome en el banco para ver cómo seguían mis cuentas... sobra decir que cada vez que lo hacía, una desagradable sensación de carencia, miedo y preocupación me embargaba... era ahorradora pero inculta financieramente hablando.

Hasta que un día comprendí que había llegado el momento de cerrar la puerta a esta obsesión que no me llevaba a ningún puerto. Lo que sí me ayudaría sería hacer una planificación y seguimiento de mis gastos, controlar bien dónde quería destinar mi dinero y confiar en que si fuese necesario buscaría cualquier trabajo, pero que si las posibilidades me permitían cuidaría de mis hijos mientras me formaba en lo que me hacía feliz. Me convencí de que si quería ser feliz... esa puerta de la obsesión debía dejarla cerrada.

A los dos años, volví a trabajar en algo que me llenaba y volví a ahorrar para recuperar y hacer más mullidito mi colchón para esos «y sies»...

Y, llegó el momento de emprender, de dejar de depender de la cuenta ajena y buscarme la vida. De verdad os lo digo. Si no hubiera sido por mi capacidad de ahorro, no me habría atrevido.

Dicen que el dinero no nace de los árboles, pero sí es cierto que algo de parecido tiene... para tenerlo, hay que sembrar, ¿dónde? En este libro encontrarás un montón de pistas para que dentro de tus posibilidades, tu estilo de vida y tus prioridades sepas encontrar ese dónde y ese cómo.

En cuanto a planificación y ahorro me lo sé todo, pero... ¿basta solo con esto? La cultura financiera va mucho más allá. Cuando quieres darle la mejor educación posible a tus hijos, ¿de dónde lo sacas? ¿Vale con dejar el dinero en el banco o es mejor haberlo ido invirtiendo? Iñigo me ha enseñado con este maravilloso *Playbook* lo que ya sabemos pero no queremos a veces ver... no lo debemos dejar muerto en una cuenta corriente. Así, perdemos dinero... Me ha gustado hacer todos los ejercicios al respecto y me encuentro más cerca de

sacar mis ahorros e invertirlos para que esos ingresos se conviertan en ingresos pasivos.

Porque el dinero es una bendición cuando sabes qué hacer con él para sacarle la mayor rentabilidad posible para el bienestar propio; no solo para tu ocio (que no está nada mal), también para la formación que te ayude ser cada vez un mejor profesional, para la formación de tus hijos que les ayude a tener una mente más abierta y crítica, y para hacer justicia donando parte a esta sociedad donde hay tanta desventaja simplemente por el entorno en el que naces.

Este libro ayuda muchísimo no solo a entender la economía y su funcionamiento. También nos ayuda a entendernos a nosotros mismos y nuestro propio funcionamiento. Un aspecto a secas se queda cojo si no incluimos quién lo maneja. Y *Playbook* nos ayuda a manejarnos a nosotros mismos con uno de los instrumentos que mueven el mundo, nos guste o no. Nos ayuda a sembrar esas acciones que harán brotar una mayor riqueza interna y económica.

Así que te animo a que cuando hayas comprado este maravilloso libro de autoconocimiento respecto a tu economía, lo lleves siempre con un cuaderno y un boli, y te lances a explorarte. Con la mente abierta a nuevas posibilidades. Al final, ¿qué es la vida si no exploramos nuevas opciones que nos acerquen a nuestros deseos más profundos? Esto lo conseguiremos, si estamos en paz con todo lo que nos rodea, incluyendo el dinero.

Y que puedas finalmente decir... ¡Bendito dinero! O como decía Franklin: «Rico no es el que tiene riqueza, sino el que la disfruta». Deseo que este libro sea para ti una fuente de riqueza y disfrute.

BELÉN VALLVÉ



## Prefacio

Era una tarde de verano como otras. No era ni más calurosa ni más fría que otras tardes de junio. Estaba en aquel parque con mi hijo haciendo tiempo para sus clases de inglés. Le encantaba jugar allí antes de tener que quedarse quieto un tiempo porque tenía una instalación con toboganes a distintas alturas semejante a un castillo medieval. Contaba además con puentes de cuerdas en los que le gustaba saltar. Era un parque que también me gustaba a mí. La mezcla de árboles y plantas creaba sombras agradables en los días de sol y la vegetación repartía olores relajantes entre los que destacaba el eucalipto.

Al otro lado del parque estaba la universidad en la que me licencié en Administración de Empresas. Me agradaba estar sentado viendo jugar a mi hijo, oír sus risas, mientras observaba más alejados a los jóvenes estudiantes en corros o en parejas disfrutar sentados en la hierba. Unos años atrás yo era uno de ellos compartiendo el parque con otras familias sin reparar en ellos. Para los jóvenes todo es futuro y nuestras conversaciones entonces, al igual que las tuyas actuales, giraban en torno al siguiente examen, plan, viaje o fiesta.

Como en otras muchas ocasiones, pese a estar muy cerca de la clase, casi llegamos tarde. Despegar a un niño de sus diversiones requiere de unas negociaciones que solo las entiende quien las ha vivido. Para los niños todo es presente y separarse de algo que les gusta no lo ven como un postergar sino como una despedida.

Tras dejarle en la puerta a la carrera y con la promesa de regresar al parque terminada la clase, fui a la puerta de la universidad ya que necesitaba un cajero automático. Había usado muchas veces atrás ese mismo cajero para sacar dinero antes de una fiesta o para pagar unas fotocopias de apuntes. Recordaba esa sensación de confianza que tenía entonces en el futuro. Sin deudas ni apenas responsabilidades podía tener la mente ocupada en cubrir mis propios intereses sin preocupación.

Esta vez la emoción fue completamente distinta. Tomé el dinero y lo guardé en el bolsillo con una doblez haciendo cálculos de cuánto debía pagar y a quién. Tras retirar el dinero pedí el extracto bancario donde aparecía el saldo disponible en la cuenta. Al mirar aquel recibo me mareé. Recuerdo perfectamente que me giré a la entrada de la universidad que tantas veces había cruzado y no la reconocí. Los pensamientos se me agolpaban como una tormenta de granizo. ¡Apenas quedaba saldo en la cuenta!

No nos conocemos personalmente todavía, solo puedes confiar en que no miento si digo que no es fácil asustarme. Aquel momento fue muy, muy intenso para mí. Casado, con un hijo, una hipoteca y aunque tanto mi mujer como yo trabajábamos, apenas teníamos para cubrir los gastos a fin de mes en la cuenta corriente.

Tras varios intentos, cuando al fin acerté a sacar una foto del extracto que no estuviera demasiado movida se la mandé a mi mujer. Recuerdo sentarme en un banco para intentar calmarme. El papel en la mano me pesaba tanto que era incapaz de sujetarlo. No podía apartar mis ojos de aquel número. ¿Cómo había sido posible llegar a eso? ¿Qué podía hacer? Yo era licenciado en Empresariales, tenía además un postgrado en gestión financiera y control de costes, trabajaba en una empresa desde hacía años donde me ocupaba justo de eso, ¿cómo era posible que mi propia familia estuviera en riesgo financiero?

Del camino que inicié en aquel momento trata este libro. No sé si te has visto en una situación semejante. Si no lo has vivido, solo sé que no te la deseo. Si has sentido algo parecido y de verdad quieres cambiar las cosas estoy para acompañarte la parte del camino que consideres oportuna.

## ¿Para qué?

Durante mi etapa como deportista de competición tuve muchos entrenadores. Cada uno tenía su forma de entender el *football* o fútbol americano por lo que el mismo deporte tenía una aproximación distinta dependiendo de quién la enseñara. Al ver que las técnicas de algunos de estos entrenadores no eran lo suficientemente apropiadas para garantizar ni la salud de los deportistas a su mando ni adecuadas para la consecución de victorias fue que decidí hacerme yo mismo entrenador. Tuve que estudiar mucha teoría relativa a educación física, cuerpo humano, estrategias propias del *football*, historia del deporte y, en suma, una serie de conceptos necesarios para entender qué tenía entre manos.

Cuando logré convertirme en entrenador fui consciente de ciertas inercias que como jugador no ves. Y es que hasta que no debes transmitir conocimientos no se puede decir que entiendes algo del todo. Y también, hasta que no te pones en situación de obtener ciertos resultados no experimentas las profundas complejidades que se dan entre la presión de lograr los objetivos y el uso de los medios para alcanzarlos. Puedo decir que poniendo siempre en el centro el bien común sobre el interés propio fue que se consiguió el entorno donde cada jugador alcanzó su mejor potencial y, como consecuencia que no como objetivo, llegaron las victorias.

Con las finanzas personales me sucedió algo parecido. Lo que sabía de ellas provenía de profesores universitarios, mentores financieros y gente cercana. Me encontré con personas que se acercaban al mundo de las finanzas desde lugares distintos. Cada una con su objetivo privado que no tenía por qué ser el beneficio común. También encontré quienes traían sus creencias personales que transmitían sin filtro a personas dispuestas a escuchar. La misma voluntad de ayudar al prójimo a conseguir objetivos colectivos cuidando al mismo tiempo su integridad fue la que me llevó a iniciar este camino de compartir, más que enseñar, las técnicas e intangibles para obtener tu merecida libertad financiera.

Entonces, ¿para qué escribí este libro? ¿Cuál es el objetivo de estas páginas? Darte herramientas para que conozcas lo que es el dinero, las leyes que le rigen y puedas aplicarlas a tu favor con el fin de obtener tu libertad financiera. También busca ayudarte a entender mejor el dinero tanto a nivel físico como emocional. Trataremos ambos planos del dinero. Por un lado, el material, donde veremos qué es, cómo se hace, qué leyes cumple o qué podemos hacer para conseguirlo, retenerlo y multiplicarlo. También veremos el plano emocional, qué sentimos cuando tenemos o nos falta dinero o qué sentimos por el dinero. Y es que, ¿para qué buscas tú el dinero?

Para muchas personas la idea de obtener dinero supone una plenitud, alcanzar un estado de felicidad donde sus necesidades serán colmadas. Están seguras de que una vez tengan dinero tendrán en su vida suficiente amor, seguridad, comida, libertad, refugio, autonomía u otras muchas emociones. Pero entonces, ¿para qué esperar al dinero para sentir eso? ¿Crees de verdad que por tener más dinero vas a sentirte más amado? ¿Tener dinero te dará tranquilidad o te traerá dolores de cabeza por evitar perderlo? Es igual que la persona que ve en la fama la respuesta a sus anhelos. Siendo famoso tendrá eso que le falta para sentirse completo. Tendrá el amor, seguridad, comida, libertad, reconocimiento y en suma todo aquello que le impide ser feliz con lo que tiene hoy. Si esa es tu forma de pensar, la fama, o el dinero, o cualquier otra cosa que creas que te hará sentirte una persona completa no dejarán de ser la representación de una emoción incompleta.

También hay quienes buscan dinero con fines altruistas; salvar un familiar con una enfermedad grave, alimentar a una población, cuidar una especie en extinción... son variados los fines y sin duda suponen un para qué muy inspirador. La realidad nos dice que por muy loable que sea tu objetivo, por muy humano que sea tu para qué no lo vas a conseguir por un hecho de justicia divina. Vas a tener que trabajar por ello. No te preocupes, en estas páginas encontrarás modos de conseguir lo que necesitas. Sí te adelanto que tendrás que trabajar para conseguir tus objetivos. Por muy dignos que seáis tú y tu *para qué* hay que remangarse para conseguirlo.

Certificado como *coach*, tengo experiencia con herramientas como hacer tu mapa de sueños, cartas del futuro o técnicas de visualización positiva. Creo en ellas en cuanto te permiten poner el foco en algo y pueden usarse como palancas para iniciar o mantener tu acción. Y es que sin acción no habrá resultados

por muy bien que hayas conectado con tu mapa de sueños o sientas como propia la visualización.

Mi titulación en Programación Neurolingüística o PNL me ha ayudado a dar técnicas concretas a esas personas que, iniciado su camino, se encuentran con piedras como; fobia a hablar en público, una oratoria en la que no confían, creencias limitantes o miedos en general que le impiden avanzar en su relación con el dinero. Es un regalo de vida sentir la mirada agradecida de una persona a la que, a través de unas técnicas específicas, acabas de ayudar a lograr algo que siempre pensó estaba fuera de su alcance. ¿Te acuerdas de la experiencia que te he compartido de cuando saqué el extracto bancario en el cajero? Los ejercicios de PNL me ayudaron mucho a reducir la carga emocional de aquel momento. Ahora soy capaz de ayudar a otros mediante ese tipo de ejercicios y aligerar carga emocional de momentos intensos como ese.

En estas páginas vas a encontrar numerosas herramientas que te ayudarán durante el camino. No siendo mágicas, sí han sido testadas con éxito en la vida real para personas que como tú y como yo han decidido ponerse en acción. El esfuerzo debes ponerlo tú y puedo transmitirte con absoluta certeza que conforme vayas salvando obstáculo tras obstáculo te enamorarás del proceso. En algún momento casi sin darte cuenta te descubrirás actuando libre. Atraerás personas y situaciones también, no hay duda, así que prepárate para hacerte cargo de ti mismo, sin excusas.

Tras bastante estudiado y mucho vivido sobre el tema, más ciertas tengo varias nociones. Una de las más importantes es que no es posible ganar un juego del que no conoces las reglas. Si tener dinero fuera un juego, ¿ahora mismo estarías ganando o perdiendo la partida?

No dejamos de ser fichas en un tablero moviéndose de acuerdo a las instrucciones de unas manos que no vemos. Al final de la partida, las fichas más valiosas se guardan en la misma caja que las menos valiosas. Siendo esto así, quizás sea más interesante jugar nuestra propia partida antes que seguir siendo la pieza de cambio de otros.

**Ejercicio:** piensa en para qué buscas tú el dinero y ponle atención a la respuesta.



## Conocimiento

*«De joven era pobre, tras mucho tiempo, esfuerzo, trabajo y sacrificio al fin conseguí dejar de ser joven»*

Ya te he contado qué estudié. Durante la carrera la máxima aspiración de muchos de mis compañeros de estudios era acceder a los llamados *Big Four*, así se llamaba a las cuatro grandes empresas consultoras internacionales. En aquel momento la más famosa era Arthur Andersen y ser escogido para trabajar con ellos era la aspiración de muchos. Esto hacía que quienes pasaban los duros procesos de selección y eran admitidos generaran un sentimiento de pertenencia a la élite. Eran admitidos quienes cumplían un perfil muy concreto. Tanto era así que a quienes entraban en ellas se les llamaba «*arturitos*», es posible que con alguna emoción por quienes lo intentaron y no lo lograron. La malograda historia de la consultora no deja de ser un reflejo de la relación entre dinero, ambición y emociones. Te invito a investigar lo sucedido con esta consultora, es un gran ejemplo de la intrincada relación entre poder, dinero e influencia.

Algo de mí mismo que debes saber lo antes posible: no tengo la verdad absoluta. Sí tengo algunos éxitos que están fundamentados en una sólida y abundante masa de errores. Este libro no va de darte fórmulas mágicas o promesas irresponsables sino de ayudar a aquellos que estáis en el camino de la libertad financiera o buscáis mejorar vuestra relación con el dinero. Os compartiré experiencias, aciertos, errores y herramientas que os puedan servir en distintos momentos.

Estas páginas quieren ayudaros en vuestra vida. Decir cambiar vuestra vida es excesivo, eso solo lo conseguirá vuestra decisión y sobre todo vuestras acciones. Sí quiero compartir pensamientos, experiencias y anécdotas con el único deseo de que os sea de interés y os motive a ser libres, pues será entonces cuando me sentiré pagado. Intentaré compartir mis pasos para acompañaros en

vuestro camino y ahorraros, ojalá, vuestro bien máspreciado, vuestro tiempo.

Hablaré convencido de lo que digo, pero no tengo la verdad. No pretendo convencerte de nada. Contrasta toda la información que te aporte, revisa las fuentes de todo aquello que comparta y no des nada por sentado. Tengo sin embargo una petición que hacerte a cambio de lo anterior.

Como adultos nos acercamos a la realidad desde tres ángulos: certeza, opinión y duda. Desde la certeza solo creeremos aquello que encaje con nuestras ideas. Hoy en día existen muchas personas que creen que la Tierra es plana, por mucho que se les aporten pruebas, solo tomarán por válidas aquellas demostraciones que encajen con sus creencias. Por otro lado, si vivimos la realidad desde la opinión estaremos sujetos al criterio extendido de la mayoría. Hace siglos la mayor parte de los estudiosos proclamaban que la Tierra era plana y esa idea se extendió hasta hacerla mayoritaria. Incluso se castigaba a quien cuestionara esta opinión generalizada a veces con la muerte. Por último, si nos permitimos acercarnos a la vida desde la duda escucharemos razonamientos sin juzgarlos, cotejaremos todas las posibilidades y experimentaremos distintas realidades juzgando por nosotros mismos la validez de lo que nos compartan. Te pido entonces que le concedas a estas páginas el beneficio de la duda.

En el momento de vida en el que te encuentren estas páginas habrás vivido una serie de experiencias relativas al dinero. Siendo estas las que hayan sido, habrán venido de unos conocimientos aplicados del mejor modo que tus creencias te hayan permitido. Lo que este libro intenta es ayudarte a resolver las decisiones futuras y es que, a día de hoy, ¿cuántos problemas te hubieras ahorrado de haber tenido más educación financiera?

Por supuesto que con conocimientos teóricos no se cumple el propósito del libro que es ayudarte en tu camino hacia la libertad financiera. Sí es importante tener algunos conceptos claros y eso será la primera parte del libro, pero tener conceptos financieros no es suficiente para lograr tu libertad financiera. ¿Quién juega mejor al billar, un erudito físico o una persona que haya entrenado mucho? El primero sabrá la teoría y será capaz de tomar en cuenta todas las fuerzas que se ejercerán sobre la bola blanca al ser golpeada. Podrá explicar con sesudas fórmulas la transferencia de energía al contacto de unas bolas con otras, así como la rotación que tomará dependiendo del ángulo con que le pegue el taco. Siendo todo eso verdad, hay que saber cómo golpear la bola blanca con el taco y eso se consigue solo con práctica. Este libro te invitará a eso, a conseguir

la práctica que te lleve a convertirte en un buen jugador del juego del dinero.

Para entrenar un deporte hace falta tiempo, ropa cómoda, calzado apropiado y algún equipamiento específico de la disciplina deportiva. Para este entrenamiento te voy a pedir que te acompañes de un lápiz o bolígrafo, un cuaderno de viaje y que dispongas de tiempo diario para leer y trabajar cada ejercicio que se proponga. Si tienes todo listo, ¡calienta que sales!



# Playbook

«La medida de quién somos es lo que hacemos con lo que tenemos»

VINCE LOMBARDI

Aprendí mucho durante mi etapa deportiva. Para muchas personas, y para mí lo fue, el deporte es un gran maestro de vida. Sentí la importancia de poner los valores como el esfuerzo, disciplina o el bien común sobre el individual como base para el desarrollo personal. La experiencia de ver compañeros que, pese a tener más capacidades atléticas que yo, no alcanzaban sus metas, me enseñó la importancia de honrar estos valores. También aprendí que sin humildad no hay logro que se sustente. Sí lo sé, como deportistas competimos por la victoria y tiene que haber un fuego de autocreencia que nos anime a ser mejores cada día. Cualquier persona que haya competido a cierto nivel ha sentido esa llama interior que le anima a dar ese extra más en el gimnasio, entrenando o durante la competición.

Un buen punto de inflexión nos ocurre cuando entendemos que es mejor ser nuestra mejor versión que ser los mejores. Hay una enorme diferencia entre ambos conceptos. De la primera parte, ser nuestra mejor versión, tenemos nosotros la responsabilidad absoluta y eso será lo que nos hará evolucionar. Del mismo modo esta forma de pensar nos hará madurar puesto que implica que nada del exterior servirá ya de excusa para no alcanzar nuestra mejor versión. Poner el foco fuera de nosotros mismos por el contrario diluye esta responsabilidad individual y nos hace proclives a caer en pensamientos de autocomplacencia.

Si además de deportista has llegado a ser entrenador seguro que has experimentado ese momento en el que, explicando a otro deportista cómo hacer algo has entendido de pronto el *por qué* hay que hacerlo de ese modo específico. Alguna técnica concreta que, al explicarla, la has relacionado con posteriores conocimientos que hasta ese momento solo eran puntos de un todo y de pronto han conformado un hilo desde el *cómo* hasta el *para qué*.

El *football* es un deporte muy interesante. Cada jugador del equipo que ataca tiene una misión específica que debe ser completada de manera individual para que el equipo logre su objetivo. Así, hay jugadores que nunca tocarán el balón como sí lo hacen quienes llevan las miradas del público que son los corredores, receptores o *quarterback*. Pero estos jugadores que no tocan el balón ni firmarán grandes jugadas son fundamentales para el éxito del equipo. Estos jugadores de la línea de ataque deben usar una de varias técnicas concretas para bloquear a su oponente para evitar que plaque al compañero que lleva el balón. Pueden poner sus manos en el hombro del rival, golpearle con la cadera en los muslos, colocar su hombro en la cintura de su oponente, desplazar su cuerpo interponiéndose entre este y su compañero que lleva el balón... son varios los modos de hacerlo y ninguno es indoloro. Pese al dolor y la ausencia de focos, lo que tienen bien claro estos jugadores es que su prioridad absoluta es evitar que el rival a quien deben bloquear plaque a su compañero, y deben hacerlo de forma legal, claro. Los corredores deben confiar en estos jugadores y lanzarse tras ellos para mover el balón conforme está diseñada la jugada, si dudan, no conseguirán avanzar. Los receptores deben hacer patrones de rutas de pase esperando o no que el *quarterback* les lance a ellos, si en una jugada no se esfuerzan a su máximo potencial y el balón era para ellos no atraparán el pase con lo que el esfuerzo de sus compañeros habrá sido en balde.

Todas estas técnicas individuales deben entrenarse entonces en conjunto con un sistema que haga que todos los jugadores realicen las tareas con un fin definido y al unísono. Entonces este sistema, el *cómo* se hacen las cosas y *para qué* se hacen viene recogidos en el *playbook*, el libro de jugadas. Todo deporte tiene su *playbook* particular donde vienen recogidas las técnicas para vencer al rival de modo honesto siguiendo las reglas específicas de cada disciplina y tratando de buscar el mejor modo de aprovechar las características individuales y colectivas para obtener la victoria.

Como *coach* he ayudado a deportistas y equipos en su búsqueda para conseguir sus objetivos. Me enorgullecen muchos resultados que he obtenido y en esa experiencia acumulada siempre hay elementos comunes que se repiten como: visión, pasión y esfuerzo, mucho esfuerzo. Hay quien vende métodos para obtener resultados increíbles sin esfuerzo, y no mienten, solo ocultan que quien obtendrá el resultado será él mismo al vender su libro o curso no quien confíe en tener resultados sin esfuerzo. No hay crecimiento sin cambios físicos y mentales y para

que haya cambios debe haber estímulos que estiren los límites actuales del cuerpo y la mente. Serán esa visión de un estado futuro y la pasión por lo que se está haciendo los combustibles que mantendrán a quienes quieran alcanzar nuevos niveles en el proceso cuando haya que cambiar dolor por crecimiento.

Este *playbook* que tienes entre manos es el resultado de muchas horas de lectura y más de práctica. Como deportista seguro has experimentado que, por mucho que leas cómo hacer algo o por mucho que hagan clases teóricas no lo aprendes hasta que lo pones en práctica. Como *coach* siempre me he ocupado de que se realicen decisiones y acciones independientemente de su resultado como un proceso natural para alcanzar un aprendizaje eficaz. Y es que una hora de práctica es mejor que una semana de charla. Una hora de experimentar siempre será más fructífera que una de teorizar. Aunque no solo sirve practicar, debe haber una técnica, un método, un fin.

Como *coach* hay que poner cuidado en poner primero el bienestar de tus jugadores. En la ética de todo *coach* la integridad del jugador debe quedar por encima de los resultados. Para reducir las posibilidades de herirse, el *coach* debe guiar cada ejercicio de sus jugadores con máximo cuidado. Debe enseñar la teoría de lo que busca con cada ejercicio, poner el foco en lo importante y mejorar la técnica de cada persona. Entonces diríamos que no solo debe practicarse, debe realizarse la práctica perfecta. Esta práctica perfecta no puede darse sin una figura que no solo conozca la teoría, sino que también haya pisado el camino en el que la persona esté transitando y sea capaz de transmitir los conocimientos de manera adecuada para que pueda integrarlos en su desempeño.

Yo como deportista y emprendedor he alcanzado ciertos resultados en un proceso de aprendizaje continuo que ahora quiero compartirtelo para que alcances el nivel que mereces. En este *playbook* encontrarás estrategias, técnicas y sistemas que te ayudarán a obtener la libertad financiera. También quiero compartirtelo lo mismo que hacía con mis jugadores el primer día de temporada: nada vendrá solo. Nunca habrá resultados sin esfuerzo, pero si confías en mí, en tus capacidades y en el proceso, los resultados vendrán como consecuencia lógica de tu desempeño. ¿Te he contado ya que he conseguido resultados excepcionales como *coach*?

Una vez preparado el campo, conocidas las reglas y listos los jugadores, empecemos el partido.