

Maité Issa, coach y autora de ‘Tu éxito es inevitable’: “Muchas veces las mujeres somos expertas en autosabotearnos”

Aldara Martitegui • Madrid • 10/09/2022

- Entrevistamos a Maité Issa, coach experta en ‘manifestación’ y autora del libro ‘Tu éxito es inevitable’.
- Issa es creadora de ‘Manifestadoras expertas’ la mayor comunidad en España sobre este tema.
- Con ella hablamos sobre el poder de la ‘manifestación’ y sobre cómo poner nuestra mente al servicio de nuestros deseos.

Cuenta **Maité Issa** en las primeras páginas de su libro, *Tu éxito es inevitable* (Grijalbo 2022) la historia de Lisa. Esta historia me impactó especialmente porque me ayudó a **entender el verdadero significado del poder de la ‘manifestación consciente’**. También porque me dio un ejemplo increíblemente ilustrativo para poder explicar este concepto con la profundidad que merece. En esta cultura del clic y de lo facilón hay altas probabilidades de que el lector se quede en lo superficial del concepto de ‘manifestación’. ‘Manifestar’ no es verbalizar un anhelo, desearlo mucho y esperar de brazos cruzados a que eso ocurra...esa sería la interpretación más superflua.

Lisa tenía en **su haber un historial larguísimo de fracasos amorosos y sufría mucho por ello**. Todas las relaciones que empezaba terminaban mal. Lisa no salió de esa espiral de fracasos hasta que se dio cuenta de que, durante años, **su relato inconsciente sobre las relaciones de pareja habían tenido que ver con el rechazo a tener pareja**, con la negación a la pareja. Su experiencia de niña y las vivencias que tuvo en su familia grabaron a fuego en su inconsciente la idea de que tener pareja era sinónimo de sufrimiento ¡es lo que ella había visto en su familia! Sin ella darse cuenta **se autosaboteó durante años...** ¿cómo iba a funcionar bien una relación de pareja si su inconsciente, le estaba dictando todo el rato el mensaje de que “tener pareja es fuente de sufrimiento”?

‘Manifestar’ es, según explica la coach Maité Issa, **el proceso a través del cual hacemos tangible algo que solo existe en nuestra imaginación.** Pero para que eso que está en el terreno de los deseos se haga realidad hay que trabajárselo mucho.

Trabajárselo, Para Maité Issa, **significa abrir un proceso de autoindagación que nos permite conocer los hilos inconscientes que mueven nuestras acciones** y que muchas veces son los que nos alejan de nuestros deseos, es decir, creencias internas nocivas tan arraigadas en nosotros que ni somos conscientes de ellas, y que nos autosabotean.

‘Manifestar’ no tiene nada que ver con el famoso slogan de “querer es poder”, más bien tiene que ver con conocer el potencial de nuestra mente para ponerla a nuestro servicio: identificar nuestras creencias tóxicas y **diseñar nuevas narrativas que a su vez generen nuevas acciones que, ahora sí, nos permitan acercarnos a esos deseos.** Tal vez sea interesante recordar en este punto que los expertos coinciden en que la mente inconsciente mueve alrededor del 95% de nuestras decisiones y por tanto de nuestras acciones. Es decir, no hay nada de magia en esto.

**“Se ha demostrado científicamente que las palabras que tú usas van a tener un impacto químico en tu cuerpo: puedes producir más cortisol porque usas mucho el “no tengo” o el “no puedo”
(Maité Issa, coach)”**

Pregunta: Conocer esta parte inconsciente nuestra y darnos cuenta del peso que tiene en ciertos ámbitos de nuestra vida ¿es el primer paso para convertirnos en ‘manifestadoras expertas’?

Respuesta: La ‘manifestación’ es básicamente el proceso a través del cual hacemos una idea tangible. Algo que solo teníamos en nuestra imaginación llega a ser parte o a formar parte de nuestra vida, de nuestro día a día, es decir, lo podemos sentir, tocar, oler, disfrutar (...) Todo ha sido manifestado porque todo ha pasado del plano de la idea, que es un plano solo energético, un plano que no se ve, un plano solo de potenciales, al plano de la materia porque si no, no existiría. Entonces lo que es interesante entender es que todo es manifestado.

Muchas veces, la interpretación que dan de la ‘manifestación’ es que es “saber crear la vida de tus sueños” y no es esto. ‘Manifestar’ es la forma en que creamos nuestra realidad, lo que nos gusta y lo que no nos gusta. Y eso se hace con las leyes de nuestra mente subconsciente y las leyes del campo cuántico. Algunos también lo llaman las leyes del Universo, dependiendo del nivel de espiritualidad que tengamos.

P: Siempre estamos manifestando cosas, dices. De modo que, muchas veces, sin saberlo, estamos manifestando justamente la vida que no queremos...

R: Si no conocemos esas leyes, **si no conocemos cómo funciona nuestro cerebro y nuestra mente consciente e inconsciente y nuestras emociones, muchas veces somos expertas en manifestar lo que no queremos, lo que no quiero, porque me enfoco constantemente en eso que no quiero:** todos mis miedos me superan, hago siempre las mismas acciones, me quedo siempre en mi zona de confort, me comen mis hábitos... entonces, claro, manifiesto una y otra vez lo mismo. Ser una ‘manifestadora experta’ es empezar a usar la ‘manifestación consciente’. Y la ‘manifestación consciente’, como yo la defino, **es usar esta mente, este cerebro y estas emociones a tu servicio** para manifestar menos de lo que no quieres y más de lo que sí quieres.

P: Esto me recuerda al poder de la palabra del que habla Robert Dilts o a la idea de Humberto Maturana de que el lenguaje crea realidades... ¿‘Manifestar’ tiene algo que ver con esto?

R: Lo que estás diciendo es muy importante, de hecho, en la ‘manifestación’ se habla muchas veces de la varita mágica de la palabra (...) **En el libro hablo de muchas expresiones que debemos dejar de usar para reemplazarlas por otras diferentes** porque incluso se ha demostrado científicamente que las palabras que tú usas van a tener un impacto químico en tu cuerpo: puedes producir más cortisol porque usas mucho el “no tengo” o el “no puedo” y porque solo estás quejándote de tu realidad. A nivel científico también está demostrado que **cuando tienes altos niveles de cortisol no tienes la capacidad de idear tu futuro y de ir a por tus metas porque estás bloqueado en la ansiedad.**

“Hay muchos niveles de vocabulario que tenemos que sanar para poder estar completamente alineados, para que todas las partes de nuestro ser vayan hacia el objetivo que queremos
(Maïté Issa, coach)”

P: Entonces todo el lenguaje que usamos, muchas veces automáticamente, ¿tiene siempre un impacto en nuestra vida?

R: Si nos ponemos en el nivel puramente científico, **las palabras que usamos tienen un impacto fundamental** (...) Cada vez que hablamos y decimos “no me va a ir bien, no es lo que quiero, seguro que fallo”, estamos creando una realidad en el campo cuántico en la que esto tiene una alta probabilidad de pasar. Es muy importante porque **las palabras que usamos es donde ponemos el foco de atención, y allá donde ponemos el foco de atención, es donde creamos la materia**. Luego hay otro nivel más profundo de las palabras, que son esas palabras que ni siquiera nos damos cuenta que nos decimos: es el nivel inconsciente...

P: ¿Cómo funciona ese lenguaje inconsciente que tanto peso tiene en nuestra vida sin que nos demos cuenta? ¿hasta qué punto nos condiciona?

R: El inconsciente y la mente consciente, estas dos partes de tu mente, si no están de acuerdo, si no están yendo en la misma dirección, **tú puedes tener claro lo que quieras a nivel consciente, pero no lo vas a conseguir porque la mente consciente es solo responsable del 5% de tus comportamientos, hábitos y resultados**. Muchas veces las personas se frustran porque dicen: “¡Es que yo digo que quiero dinero, yo digo que quiero una pareja!” pero en realidad, su vocabulario inconsciente -por los traumas que han pasado, por su biografía vital, por las experiencias de los padres o sus propias experiencias- es más bien “la pareja es peligrosa porque la pareja crea tristeza, crea trauma y es violenta”, dependiendo de lo que hayas vivido: o “El dinero es malo, los ricos son malos, si tengo mucho dinero, tengo mucho para perder”. Tengo muchas alumnas que están en países como Venezuela y la creencia que tienen es que “si tienes dinero van a herir a mi familia” Entonces, imagínate: **estas creencias, en tu mente inconsciente lo que quieren es protegerte para que no consigas esto que tú crees que es tu objetivo, pero que en el fondo la mente subconsciente lo evalúa como un peligro**. Hay muchos niveles de vocabulario que tenemos que sanar para poder estar completamente

alineados, para que todas las partes de nuestro ser vayan hacia el objetivo que queremos.

P: ¿No crees que el mundo del coaching y del desarrollo personal genera un poco de rechazo porque nos ha metido en la cabeza esta idea de que es obligatorio vivir siempre persiguiendo objetivos y saliendo de la zona de confort?

R: Si alguien está bien en su zona de confort, no hay nada malo realmente. **La zona de confort se vuelve mala cuando tienes anhelos, sueños y estos no se están cumpliendo y sientes frustración en tu día a día.** Porque la zona de confort o de comodidad puede ser muy dolorosa... y ahí es cuando es el momento de saltar.

**“Conocemos más el perfil de Instagram de los demás que nuestro propio corazón y qué es lo que deseamos de verdad
Maité Issa, coach)”**

P: Con la idea de “salir de la zona de confort” tenemos un buen ejemplo del ‘poder de la palabra’. Si es cómoda, ¿por qué salir de ella? Tal vez deberíamos llamarla ‘zona de incomodidad’ para que se entienda mejor el concepto...

R: Yo la llamo la ‘zona donde mueren tus sueños’, porque es esta zona que sí es por confort, por comodidad, por miedo a cambiar, pero en realidad es un automatismo del cerebro, porque **estamos programados para tener hábitos** y, el cerebro, literalmente, está programado para quemar las menos calorías posibles porque estamos todavía hechos como en las cavernas. Realmente, nuestro cerebro no ha evolucionado tan rápido como la sociedad, entonces, el cerebro, está en modo “tengo que mantener el máximo número de calorías”. **El cerebro siempre te va a llevar al mismo camino y forma de actuar y de hacer las cosas... incluso si no te gusta la pareja con la que estás, incluso si no te gusta el trabajo en el que estás. Es como estar preso de esos hábitos.** Entonces, la libertad, es que yo decido qué hábitos quiero cambiar y qué hábitos puedo mantener para crear esa zona de confort, que es una zona de abundancia, una zona en la que me siento bien, en la que tengo una vida plena, en la que mis niveles de hormonas de estrés están bajos, en la que no

tengo que contar constantemente el dinero, en la que la pareja me ama...y esto sí que se podría llamar zona de comodidad, porque ahí sí que es cómodo estar.

P: Esa vida plena de la que hablas, ¿tiene que ver con el éxito al que te refieres en tu libro ‘Tu éxito es inevitable’?, ¿Qué es el éxito para ti?

R: Sí, **para mí el éxito es una vida plena.** Lo que esto quiera decir para ti, que no tiene por qué ser lo mismo para ti que para mí. Aquí veo también esta **necesidad de desconectarnos de lo que vemos tanto en las redes sociales que nos hace compararnos constantemente.** Tengo alumnas que pensaban que querían o que pensaban que tenían el sueño que habían visto en una ‘influencer’ o en la vecina...pero ni siquiera era eso lo que ellas querían. Esto ocurre porque no nos conocemos mucho, porque realmente conocemos más el perfil de Instagram de los demás que nuestro propio corazón y qué es lo que deseamos de verdad. Y eso no nos lleva a una vida plena, porque nos lleva a una vida vivida por los demás, donde pueden opinar los demás y, sobre todo, donde nos vamos a comparar constantemente con los demás. Creo que esto es muy tóxico y no se llama éxito real. El éxito real es tu vida plena: defínela tú, haz un chequeo contigo en vez de estar siempre hacia fuera y ver qué puedes copiar de los demás...

P: Tu libro y todo el contenido que compartes en redes sociales parece estar dirigido únicamente a mujeres, ¿A qué se debe esto?

R: No es para discriminar, para nada. Por qué me dedico **específicamente a trabajar con mujeres** y hablo con mujeres es simple, es casi matemático. **Si has crecido en una sociedad patriarcal, que por definición no considera a las mujeres como iguales a los hombres, tienes que tener más creencias limitantes.** El hecho de haber vivido en una sociedad patriarcal hace que las mujeres tengamos un tipo de **saboteadores internos, creencias limitantes internas, autoexigencias, que son diferentes de las de los hombres.** Por ejemplo, a ellos no se les ha impuesto tanto como a nosotras la perfección en todas las áreas de la vida. Y esto lo vemos hoy: la madre perfecta...¡cuánto se opina sobre las madres, cómo educan, si trabajan demasiado o si trabajan demasiado poco! Y también **hay que ser la mujer perfecta y también la amante y también la hermana y la jefa de la empresa y la empleada perfecta.** Además, nos enfocamos mucho en nuestro físico, mucho más que

los hombres, por **la dictadura de la belleza** (...) Entonces imagínate: si ya tu cerebro, tu mente, está ocupada con todo esto, ¿Cómo te puedes dedicar a tus sueños? **Si ya tenemos todo este juicio interno**, toda esta culpa que sentimos, toda esta vergüenza y ‘comparacionitis’ que tenemos las mujeres, toda esta frustración al mirarnos al espejo y al compararnos entre nosotras... si ya tenemos todo esto, **no nos queda espacio mental para los sueños**. No queda espacio mental para dedicarte a ti, a conocerte a saber quién eres...

“Existen todo tipo de datos que nos enseñan que sí, que la sociedad es desigual y que nosotras no nos ponemos en valor (Maïté Issa, coach)”

P: El libro ¡y el mundo! Está plagado de ejemplos de esto que cuentas...

R: Yo misma he tenido una anorexia en la adolescencia y me acuerdo de que en esos momentos, por la noche, lo único que pedía era despertarme más delgada, con la cara más delgada, con el cabello liso. ¡Imagínate! **toda mi capacidad manifestadora la estaba usando para eso**. Las mujeres **nos automachacamos muchísimo**. Es un dato real y medido que las mujeres vamos a negociar menos nuestro salario; tenemos menos probabilidad de dejar una pareja en la que no nos valoran; tenemos un 50% menos de probabilidad de pedir un aumento. Existen todo tipo de datos que nos enseñan que sí, que la sociedad es desigual y que nosotras no nos ponemos en valor porque **tenemos todo tipo de autoexigencia, perfeccionismo, culpa y vergüenza, que se suman**.

P: En tu libro explicas que hace siglos, en el inconsciente colectivo femenino quedó instalada la necesidad de competir entre nosotras para tener la atención y la protección de los hombres. ¿Por qué crees que se ha mantenido esa creencia?

R: En Francia hay este dicho que también existe en español que es “divide y vencerás”. **Es más fácil dominar si divides, es una forma de someter** a los pueblos que existe desde el medievo o desde los romanos. Es una técnica: dividir los pueblos que están unidos para que luego el Imperio llegue y pueda someterlos a todos porque divididos ya no tienen tanta fuerza. Pues eso es realmente lo que ha pasado con la Inquisición y las mujeres: dividir el vínculo, romper el vínculo. Porque **cuando estamos solas somos mucho menos poderosas. Esa es la herida que todavía tenemos hoy**.