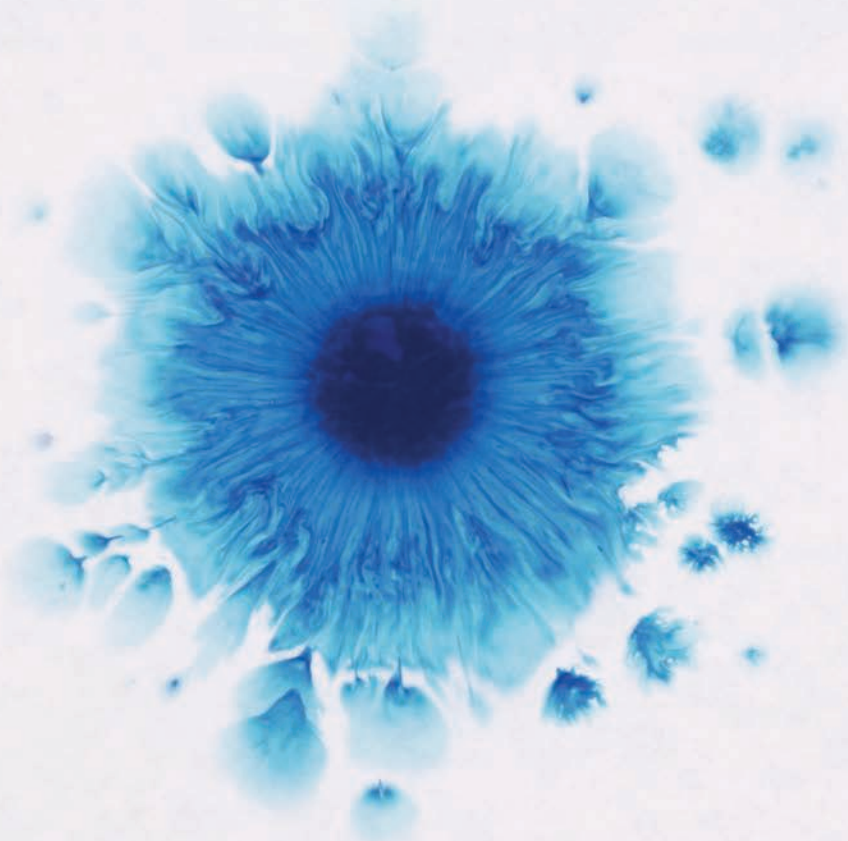


CRISTIAN BALLESTEROS

# Hábitos



## creadores

Qué puedes aprender de Albert Einstein, Michael Jordan,  
Walt Disney, Vincent Van Gogh, J.K. Rowling  
y Steve Jobs, y descubre tus habilidades y talento

**LIBROS CÚPULA**

CRISTIAN BALLESTEROS

# Hábitos creadores

Qué puedes aprender de Albert Einstein, Michael Jordan,  
Walt Disney, Vincent Van Gogh, J.K. Rowling  
y Steve Jobs, y descubre tus habilidades y talento

**LIBROS CÚPULA**

La lectura abre horizontes, iguala oportunidades y construye una sociedad mejor.  
La propiedad intelectual es clave en la creación de contenidos culturales porque sostiene el ecosistema de quienes escriben y de nuestras librerías.

Al comprar este libro estarás contribuyendo a mantener dicho ecosistema vivo y en crecimiento.

En **Grupo Planeta** agradecemos que nos ayudes a apoyar así la autonomía creativa de autoras y autores para que puedan seguir desempeñando su labor.

Dirígete a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesitas fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puedes contactar con CEDRO a través de la web [www.conlicencia.com](http://www.conlicencia.com) o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

Queda expresamente prohibida la utilización o reproducción de este libro o de cualquiera de sus partes con el propósito de entrenar o alimentar sistemas o tecnologías de inteligencia artificial.

© de los textos: Cristian Ballesteros

Diseño de cubierta: Planeta Arte & Diseño

Realización: Planeta

© Editorial Planeta, S. A., 2025

Av. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)

Libros Cúpula es marca registrada por Editorial Planeta, S. A.

[www.planetadelibros.com](http://www.planetadelibros.com)

Primera edición: octubre 2025

Depósito legal: B. 12.510-2025

ISBN: 978-84-480-4521-0

Impresor: Gómez Aparicio

Impreso en España – *Printed in Spain*



## SUMARIO

|                                                                    |     |
|--------------------------------------------------------------------|-----|
| El misterio de los creadores                                       | 9   |
| ¿De dónde viene el talento?                                        | 15  |
| El chico que quería cabalgar sobre un rayo de luz                  | 19  |
| El hombre que creía que podía volar                                | 57  |
| El soñador que construyó un imperio gracias a un ratón             | 119 |
| El pintor incomprendido que no conseguía vender<br>sus cuadros     | 179 |
| La escritora que salvó su vida gracias al poder de la magia        | 221 |
| El visionario que cambió el mundo desde el garaje<br>de sus padres | 251 |
| Llega el momento de tomar acción y aplicar lo aprendido            | 313 |
| Señales, sincronicidades y agradecimientos                         | 321 |
| Bibliografía                                                       | 325 |

## EL MISTERIO DE LOS CREADORES

Siempre me gustó el misterio. Recuerdo que, una noche de verano, siendo apenas un niño, estaba con mi familia de vacaciones en un camping. Mis padres y mi hermana jugaban a las cartas en una mesita al lado de la tienda de campaña, mientras yo me quejaba desesperadamente ante ellos por no tener un televisor con el que pasar el rato.

—¡A mí no me gustan esos estúpidos juegos, yo quiero ver la tele! ¿Por qué no compramos una mañana?

Ignoradas mis peticiones, me retiré indignado al coche. ¿Qué podía hacer a esas horas un niño sin sueño, al que tampoco le gustaban las cartas y que no tenía televisor para entretenerse? Hoy en día la solución hubiera sido más sencilla: me habrían dado un móvil o una tablet para jugar a Fornite y yo me habría quedado bien calladito, sin molestar y concentrado en mi nuevo cometido.

Pero en aquel momento solo se me ocurrió una alternativa. Encendí la radio del coche y me puse a sintonizar emisoras. De repente di con un programa que me llamó la atención. Hablaban de ovnis y el locutor —que narraba una supuesta investigación de la CIA con una intriga escalofriante— me dejó totalmente hipnotizado. La oscuridad de la noche, la soledad del camping, la voz del locutor... todo ello se mezcló en la mente de un niño impresionable de apenas trece años, prendiendo una chispa en su interior que ya nunca se apagaría.

A la vuelta de las vacaciones, volví a la ciudad y continué escuchando el programa<sup>1</sup> todas las semanas. Al poco tiempo anunciaron algo que nuevamente me impactó: estaban organizando una alerta ovni. El evento consistía en una especie de congregación de personas en varios puntos del país, todas ellas mirando al cielo en la noche, en busca de alguna señal que diese fe de que aquellos extraños objetos estaban entre nosotros.

Completamente emocionado ante aquella noticia, convencí a mis amigos para acampar en una arboleda a las afueras del barrio, pasar la noche y quién sabe si ser testigos de algún avistamiento. Cada uno se las ingenió como pudo para conseguir el permiso: Alexis diría que se quedaba en casa de Truco, Roler en la de Palomo y yo en la de Néstor. El caso es que teníamos vía libre y allí nos plantamos. ¿Qué era lo peor que podía ocurrir? Quizá no viéramos ningún extraterrestre, pero al menos nos echaríamos unas buenas risas.

Lo preparamos todo al detalle: alisamos el suelo con palas para establecer el campamento base, colocamos unos cartones y, encima, los sacos de dormir. Nos proveímos de linternas y un cargamento de galletas de chocolate, llevamos una cámara para conseguir pruebas y, al llegar la noche, nos concentramos en aquella apasionante guardia con la esperanza de ver algo extraño y llamar a la radio para contarlo.

Efectivamente, no avistamos ningún ovni.

Sin embargo, ese entusiasmo por el misterio no se fue y de eso precisamente trata este libro. Pero ¿qué tiene que ver un libro que se titula *Hábitos creadores* con el misterio? Lo cierto es que siempre me pareció que hay algo sumamente enigmático en el hecho de que los seres humanos, tan parecidos desde un punto de vista biológico, seamos tan diferentes en ciertos aspectos que tienen que ver con la forma de pensar.

¿Alguna vez te has preguntado por qué unas personas son más creativas que otras? Por ejemplo, ¿cómo logró Albert Einstein llegar a razonamientos que prácticamente se escapaban a la com-

1. El programa era *Milenio 3*, presentado por Iker Jiménez.

prensión humana, como el hecho de que, a través de las matemáticas —es decir, haciendo cálculos en un papel—, se descubriera la existencia de algo a lo que luego se le daría el nombre de «agujero negro», que está a miles de años luz y que ni siquiera el propio Einstein pudo ver nunca?

¿Y qué te parece el caso de Leonardo da Vinci? Entre otros muchos prototipos, desarrolló una máquina voladora basándose en el vuelo de pájaros e insectos. Muy parecida al actual ala delta, este diseño marcó un precedente para que, cuatrocientos años después, los hermanos Wright pasaran a la historia convirtiéndose en pioneros de la aviación.

O ¿cómo consiguió Steve Jobs concebir un artefacto (al que puso el nombre de iPhone) que por sí mismo tenía más capacidad que el ordenador que utilizó la NASA para controlar la misión Apollo 11 y llevar al hombre a la Luna, todo ello con un peso menor a doscientos gramos y perfectamente manejable para metértelo en el bolsillo y llevarlo contigo a todas partes?

Y sin ir más lejos, ¿cómo pudo el hombre llegar a poner un pie en la Luna? Hace doscientos años no teníamos ni la posibilidad de conducir automóviles y ahora estamos mandando cohetes y sondas para explorar la galaxia.

En vista de las evidencias, y a menos que creas en teorías de la conspiración que no reconocen que tal hazaña fuera posible, seguramente estarás de acuerdo en una cosa: la mente humana puede llegar a ser realmente asombrosa.

También es probable que pienses «está bien, pero yo no soy Einstein, ni Da Vinci, ni Steve Jobs... esos tipos eran auténticos visionarios, ¿qué tiene que ver todo eso conmigo?».

Yo no digo que dentro de cada uno de nosotros haya un genio universal, pero lo que sí afirmo con rotundidad, después de investigar durante años el funcionamiento del cerebro y las vidas de las personas que hicieron las cosas más asombrosas de la historia, es que cualquier ser humano tiene un potencial inimaginable. Que todos nacemos con algún talento en particular. Con algo que se nos da especialmente bien hacer. Y que la misión de nuestra vida debe encaminarse a descubrir qué es eso: cuál es nuestro don.

Pero volvamos a los grandes creadores y veamos qué podemos aprender de ellos. ¿Estos individuos eran especiales? ¿Simplemente nacieron tocados por la varita mágica de la iluminación? ¿Cómo fueron sus primeros pasos? ¿Cómo eran cuando nadie conocía sus nombres? ¿A qué problemas se enfrentaron? ¿Cuáles eran sus hábitos y rutinas? ¿Qué secretos tenían? ¿Cómo pensaban? ¿Qué estrategias utilizaban? Vamos a desmitificar la genialidad abordando uno por uno estos aspectos y a demostrar que tú, si te entrenas y trabajas para ello con un poco de voluntad, también puedes convertirte en una persona con alto nivel creativo.

Una cosa en la que han sido bastante buenos los seres humanos a lo largo de su historia es en reconocer patrones. Concretamente en reconocer patrones de la naturaleza. Por ejemplo, las antiguas tribus nómadas miraban las estrellas y según su posición sabían cuándo iba a llegar el clima más cálido, el más frío, o cuándo migrarían los animales para cazar. De eso dependía su supervivencia y su éxito como tribu. El fin de este libro es justamente el mismo: reconocer los patrones que hay tras el éxito de los genios para que otras personas podamos aplicarlos en nuestra vida cotidiana y acercarnos a ese nivel de creatividad.

Respecto a este cometido, tengo una buena noticia. Todos nosotros, sin excepción, nacemos con una curiosidad desbordante. Cuando somos niños queremos palpar, tocar, mirar y observarlo todo. Queremos explorar y aprender de un mundo que nos es desconocido. Y una de las claves más importantes que explican el éxito de los creadores es su insaciable curiosidad. ¿Qué nos pasa cuando nos hacemos mayores a muchos de nosotros? Perdemos esa curiosidad. Creemos que lo sabemos todo, aun cuando los datos nos dicen que eso no es cierto. Que realmente no sabemos casi nada. Que la mayoría del universo todavía es desconocido y que solo somos conscientes de un porcentaje muy pequeño de la realidad. Pero en su soberbia y en su prepotencia, el ser humano se cree todopoderoso y muchas veces renuncia a seguir curioseando, a continuar indagando, lo que solo conduce al estancamiento. Los genios, por el contrario, saben mantener ese espíritu vivo. Y afor-

tunadamente, esa es una llama que sigue activa en el interior de todos nosotros. Pero tenemos que reavivarla.

Hay otra gran noticia. Tenemos sobre nuestros hombros una de las herramientas más poderosas (y misteriosas) del universo conocido: el cerebro. Un mecanismo que, con un peso inferior al kilo y medio, cuenta con más de 100.000 millones de neuronas y envía mensajes por encima de los 360 km/h. Gracias a él podemos activar los engranajes de la imaginación y de la creatividad. Nos permite pensar, organizar, diseñar, construir, inventar, emocionarnos, componer, escribir, pintar... Lo mejor que podemos hacer con esa extraordinaria creación es estimularla, y una buena forma para ello es aprender cómo entrenaron, qué ejercicios hicieron, qué vida vivieron y cómo lograron desarrollar todo su potencial los grandes genios, paso por paso. Y es que, como decía Santiago Ramón y Cajal, el neurocientífico más importante de la historia, todo hombre puede ser, si se lo propone, escultor de su propio cerebro.

Prepárate, porque, a continuación, vas a adentrarte en una aventura de descubrimientos apasionante.

## ¿DE DÓNDE VIENE EL TALENTO?

La inspiración existe, pero tiene que encontrarte trabajando.

PABLO PICASSO

Posiblemente, esta sea una de las preguntas que más ha intrigado a lo largo de la historia a los investigadores del cerebro y el comportamiento humano. Es evidente que todos los genios analizados en este libro han demostrado un talento especial para hacer cosas que están fuera de lo ordinario, cada uno en su campo. Pero ¿cómo podemos acercarnos el común de los mortales a esos niveles de inspiración?

El divulgador y sociólogo Malcolm Gladwell, expone en su libro *Fuera de serie* la teoría de que hacen falta un mínimo de 10.000 horas para llegar a dominar una tarea compleja:

Se requieren diez mil horas de práctica para alcanzar el nivel de dominio propio de un experto de categoría mundial, en el campo que fuere —escribe el neurólogo Daniel Levitin— Estudio tras estudio, trátase de compositores, jugadores de baloncesto, escritores de ficción, patinadores sobre hielo, concertistas de piano, jugadores de ajedrez, delincuentes de altos vuelos o de lo que sea, este número se repite una y otra vez. Desde luego, esto no explica por qué algunas personas aprovechan mejor sus sesiones prácticas que otras. Pero

nadie ha encontrado aún un caso en el que se lograra verdadera maestría de categoría mundial en menos tiempo. Parece que el cerebro necesita todo ese tiempo para asimilar cuanto necesita conocer para alcanzar un dominio verdadero.

Daniel Goleman, el célebre autor del éxito en ventas *Inteligencia emocional*, va un paso más allá y señala en su libro *Focus* que, además de las 10.000 horas, es necesario aplicar el concepto de la adaptación continua:

La «regla de las 10.000 horas» [equivalente a tres horas de entrenamiento diario durante diez años] es un nivel de práctica que se ha llegado a considerar la clave del éxito en cualquier dominio y ha acabado convirtiéndose en una especie de letanía sagrada que se recita en todos los talleres sobre mejora del rendimiento y de la que se hacen eco muchas páginas web. El problema es que se trata de una media verdad.

Si somos, pongamos por caso, malos jugando al golf e incurrimos una y otra vez en los mismos errores, nuestro juego no mejorará, independientemente de que hayamos superado el listón de las 10.000 horas. Seguiremos, en tal caso, siendo igual de patosos... aunque, eso sí, un poco más viejos.

Anders Ericsson, psicólogo de la Universidad de Florida que se ha dedicado a investigar el grado de pericia adquirida tras la aplicación de la regla de las 10.000 horas, me dijo: «De poco sirve la mera repetición mecánica. Es necesario, para aproximarnos a nuestro objetivo, ajustar una y otra vez nuestra meta».

«Hay que ir adaptándose poco a poco —añade— permitiendo, al comienzo, más errores que, a medida que nuestros límites se expanden, debemos ir ajustando.»

«Exceptuando deportes como el baloncesto o el rugby, en los que intervienen rasgos físicos como la estatura y la corpulencia —sostiene Ericsson—, casi *cualquiera* puede alcanzar las cotas más elevadas del desempeño.»

Walter Isaacson es, posiblemente, uno de los investigadores más notables sobre el talento. Biógrafo de, entre otros, Steve Jobs,

Albert Einstein, Leonardo da Vinci o Benjamin Franklin, sostiene que un genio es un curioso sin límites: «No se conforman nunca con lo que saben. Son curiosos sin fronteras ni límites más allá de las respuestas que su época les da. Y disfrutan maravillándose e interrogándose ante lo que para los demás resulta evidente. La otra característica del genio es su capacidad de relacionar cuanto, de entrada, parece distinto. El genio sabe intuir los patrones comunes en la belleza del universo. Y encuentra relaciones ocultas en lo existente».

«Decir que un genio es alguien tocado por la mano de los dioses con un poder mental sobrehumano es simplificar las causas y rebajar su grandeza. Por ejemplo, el talento de Da Vinci, seguramente la persona más creativa que ha existido nunca por su capacidad para ser efectivo en varios campos, realmente procede de su propio deseo de saber y de sus esfuerzos por superarse. Tuvo siempre la curiosidad y la ilusión de un niño de maravillarse por todo. Y gracias a eso pudo destacar en el arte, la ciencia, la ingeniería y las humanidades.»

Hay una frase de Isaacson capaz de poner los pelos de punta: «Todos éramos como Da Vinci cuando teníamos diez años. Y nos preguntábamos: ¿por qué el cielo es azul? ¿Por qué la gente bosteza? Pero después, los mayores nos dicen que dejemos de preguntarnos tantas cosas y empezamos a centrarnos en una sola. Y perdemos esa sensación de los niños que hace que cada momento de la vida sea más maravilloso, sorprendente y divertido».

En su opinión, el entorno y la curiosidad pueden estimular —y mucho— la creatividad, que es la base del ingenio. Afortunadamente, todos nosotros como individuos tenemos cierta capacidad para influir en esos dos factores con soluciones muy sencillas:

1. Creando un entorno de posibilidades
2. Estimulando nuestra curiosidad

¿Se habría convertido Einstein en un genio si las circunstancias de su vida hubieran sido diferentes? Probablemente no. No

cabe duda de que poseía la capacidad para florecer como alguien de enorme talento, pero fue su entorno lo que hizo que finalmente brillara como el hombre que revolucionó la física del siglo xx.

¿Cómo podemos hacer que esas circunstancias nos favorezcan? ¿Cómo podemos espolear nuestra imaginación? Creando posibilidades. Explorando, investigando. Con ese fin, y a través de las biografías de algunas de las mentes más brillantes de la humanidad, vamos a indagar en unas cuantas ideas sobre las que podemos ponernos a trabajar.