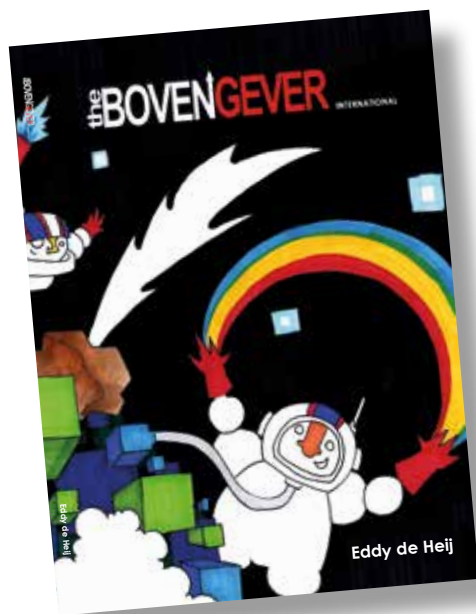
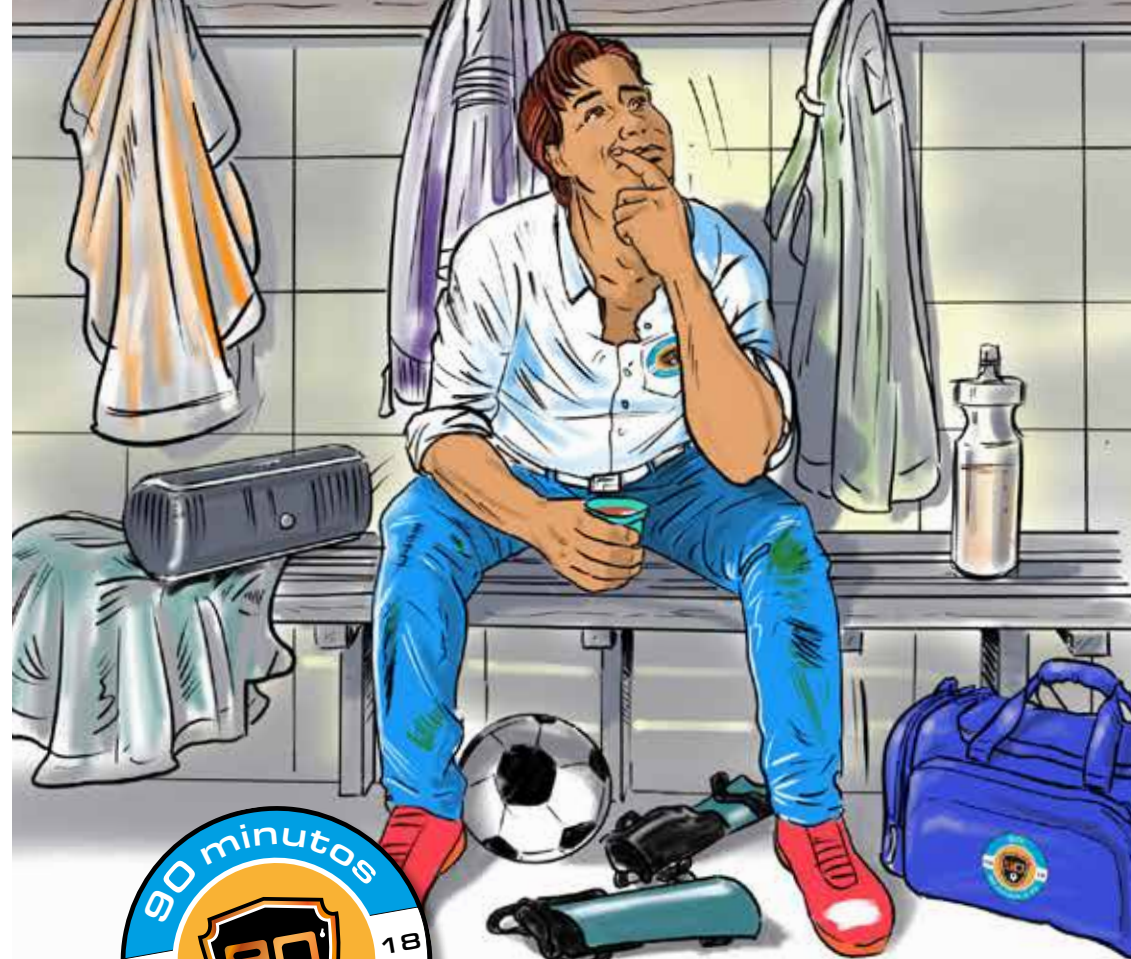




Publicado anteriormente por el mismo autor:
De Bovengever
International Edition

**Del autor de
“El Bovengever”**

¿Bovengever? ¿Qué es eso? Es extraño, pero significa todo lo contrario a un emprendedor tradicional. La palabra ni siquiera existe en Holanda. De todas formas, las historias y experiencias empresariales son universales. Tras el gran éxito de la edición en holandés, aquí tenemos la versión internacional. Esta edición incluye más de 15 historias cortas sobre una forma diferente de hacer negocios



Tu vida en 90 minutos

Xavi fue un famoso jugador de fútbol. Ahora, con 45 años de edad, desde el vestuario, hace una retrospectiva de la primera parte de su vida. Es la media parte. Xavi descubre cómo las lecciones que ha aprendido durante su carrera como futbolista son pueden aplicarse a su vida sin la pelota. Estas lecciones le serán muy útiles para la segunda mitad de su vida.



90minutes.life

Editorial: Bovengever Publishing

Eddy de Heij

90minutes.life

Tu vida en
90
minutos

Tu vida en 90 minutos

Para Diego & Eliza

Colofón:

90Minutos®

Eddy de Heij

Concepto & Texto

En colaboración con:

Steven Woudenberg
Roelant van Ewijk
Daniel Liem
Linda Slootjes

Ilustraciones & diseño
Texto & Edición
Asesor de contenido
Comercialización en línea

Todos los derechos reservados:
1ª edición abril 2019 Barcelona

Editorial: Bovengever Publishing

También disponible como libro electrónico

ISBN/EAN: 9789082493429



90minutes.life

Prólogo del autor.

La creación de “90 minutos” tuvo lugar en las gradas del Camp Nou, sede del FC Barcelona. Junto con un muy buen amigo descubrimos la similitud que hay entre un partido de fútbol y la vida normal.

Como hombres en plena década de los cuarenta, llegamos a la conclusión de que en realidad comenzábamos la segunda mitad de nuestras vidas. Miramos la primera mitad con placer y satisfacción. No es que todo saliera bien, si no que pasara lo que pasara, nunca nos rendimos. Hablar y pensar en términos de fútbol fue inspirador y contagioso. Los hijos de mi amigo, un talentoso jugador de fútbol, lo comprendió de inmediato. Como él pensaba en términos futbolísticos, sabía exactamente dónde estaba y adónde quería ir.

Animado por este éxito, me hice la pregunta a mí mismo:
“¿Qué pasaría si la vida fuera un partido de fútbol de 90 minutos?”

Seleccioné 11 aspectos de un partido de fútbol que podían contribuir sustancialmente a mejorar la calidad de vida. Estaré encantado de discutirlos con vosotros en ‘90 minutos’. Espero que disfrutéis de la lectura y espero que algunas de las historias os resulten interesantes. Si es así, habré cumplido con mi misión.

Agradecimientos

Me gustaría agradecer a las siguientes personas por su colaboración en la creación de 90 minutos.

En primer lugar agradecer a Steven Woudenberg por sus preciosas ilustraciones. Gracias también a Roelant van Ewijk, quien contribuyó en el proceso de redacción de este libro.

Eddy
2019

Me presentaré

Mi nombre es Xavi, fui jugador profesional hasta que cumplí los 35 años. Este ha sido el período más importante de mi vida hasta ahora. Es notable la cantidad de similitudes que veo entre el fútbol y la vida cotidiana. El fútbol me ha enseñado valiosas lecciones de vida que me gustaría compartir contigo. Concentro 90 años de vida en 90 minutos de un partido de fútbol y espero al menos, poder llegar a cumplir 90 años.

A los 45 años de edad estoy en el vestuario de mi último club. Un lugar que me resulta muy familiar. Estoy en plea media parte. Hora de hacer un balance de los primeros tres cuartos de hora. ¿Qué he aprendido? ¿Qué ha salido bien y qué tengo que mejorar para prepararme para la segunda mitad del partido?



1. Media parte

Uf... un partido difícil. Un descanso... Acaban de darme un golpe en mi debilitada rodilla izquierda, una vieja lesión que ha surgido de nuevo. He llegado demasiado tarde, debería haber afrontado el duelo con más convicción. Más concentración.

Los primeros 10 minutos fueron bastante bien, básicamente mirar y analizar. Luego dos chutes seguidos, uno detrás del otro. El accidente de mi hermano y el divorcio. Afortunadamente, la escuela, los amigos y el fútbol me ayudan a distraerme.

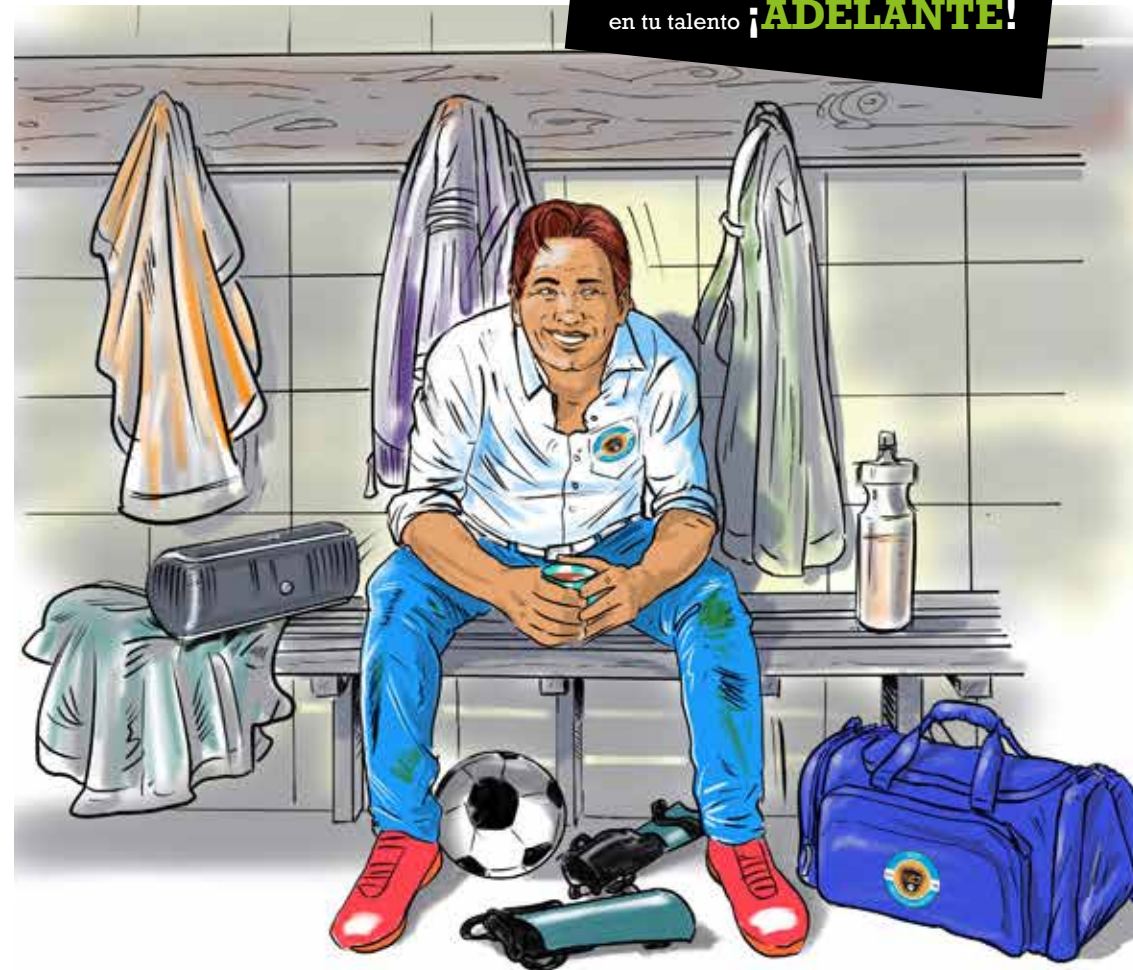
Pasados 20 minutos empecé a dar forma a mi propia vida. Quería aprender lo máximo posible, no tenía miedo de cometer errores. Hice algunas acciones atrevidas que tuvieron un buen resultado. Mi fichaje en la agencia de publicidad fue un éxito rotundo: en menos de dos años me nombraron director. Tenía un buen equipo con grandes jugadores. Dominaba el juego, realizaba varios pases que acababan en gol. De vez en cuando yo mismo marqué un gol. ¡Genial, la vida era una fiesta! Este es mi juego: una buena relación de pareja,

dos hijos maravillosos, una gran familia y amigos con los que disfrutar de la vida. ¡Vamos!

De repente, quince minutos antes del descanso, el juego dio un giro inesperado. El contrincante empezó a tomar posesión del juego y empezaron a surgir los problemas. Nuestro equipo vivió momentos difíciles. Nos culpamos los unos a los otros, perdimos el control. No sabía qué hacer, y dudaba demasiado. Comencé a trabajar aún más, traté de forzar la situación, pero los balones rebotaban en mis pies. Tensión e irritación entre todos. También en casa. Me froté la rodilla dolorida. Antiguas lesiones.

Esto no funciona. Empiezo a respirar profundamente y a sentir donde está mi fuerza. Yo decido lo que quiero. Sé lo que quiero. Tener éxito, hacer lo que se me da bien. Centrarme, distribuir el juego y correr. Sí, eso es lo que sé hacer. Ni más ni menos. Esta será mi segunda parte, la segunda parte de mi vida.

Céntrate
en tu talento ¡ADELANTE!





Nadie puede hacerlo **solo!**

2. Mi equipo

Volvemos al campo. Miro a mi alrededor y veo a mis compañeros de equipo. Son buenos chicos. Escucho los gritos de ánimo, siento una palmadita en mi espalda y una palmada en mi cabeza. '¡Vamos a hacerlo!' El capitán me lleva a un lado, "No te compliques. Me quedaré cerca de ti, siempre me puedes pasar el balón". Esto me sienta bien y me da confianza, no tengo que hacerlo todo solo.

Me recuerda a mi primer trabajo. La combinación entre las ganas de demostrar lo que valgo y el entusiasmo que me hizo avanzar. Con alegría, mis compañeros me vieron fallar. Me sentí frustrado y solo. ¿Eso era todo? Mi jefe me llevó aparte durante 2 minutos. "No se trata de ti, sino de lo que podemos hacer como equipo. ¿Cuál es tu papel dentro del equipo? Piensa en ello. Siempre puedes contar conmigo". Una valiosa lección. Nadie puede hacerlo solo y un gran ego afectará al rendimiento del equipo. Desde entonces miro más a mi alrededor y soy mucho más consciente de mi papel dentro del equipo.

Mantener la visión general, estar disponible y dividir el juego. Ese es mi trabajo dentro de este equipo. Dejar que otros marquen un gol y disfrutar de la interacción dentro del equipo.

Esto funciona perfectamente dentro del grupo ya que todos saben lo que tienen que hacer y están dispuestos a dar un paso más por los demás. Y sin el balón, caemos todos juntos. Nadie abandona. Todo el mundo quiere ser indispensable y hacer todo lo posible para demostrar su valor dentro del equipo. Esto es lo que nos hace tan buenos y es exactamente igual lo que pongo en práctica cuando realizo mi trabajo como director.

El oponente lo entiende y va por todas. Pero allí hay más quejas. Irritaciones entre sí y hacia el árbitro. Con su agresión intentan intimidarnos. No respondemos, nos mantenemos enfocados y alerta. Nos hacemos más fuertes y conseguimos buenas oportunidades de marcar.

Me han dado un golpe en la rodilla izquierda. "Ahhh ... no, otra vez no!" El capitán viene enseguida. "¿Estás bien...? Tienes que aguantar... les venceremos, pero te necesitamos, ¡no podemos perderte ahora!" Es tan importante decir estas palabras, como escucharlas. Lo aprendí de mi trabajo.

¡El verdadero espíritu de equipo marca la diferencia!



Juego limpio.

¡Siempre!

3. Juego limpio

El médico sale del campo. El oponente recibe tarjeta amarilla. Estoy reprimiendo el dolor, estoy enfadado, pero de alguna manera, también estoy orgulloso de que los rivales no tengan control sobre mí. Vamos otra vez, estos son los partidos que realmente importan.
¡Se lo voy a demostrar!

La voluntad de ganar es la base del éxito en el juego. En el fútbol y en el trabajo. ¿Hasta que punto tengo que llegar?. Las reglas del juego son fijas, pero el árbitro determina lo que está permitido y lo que no. Es cuestión de intentarlo, de buscar los límites. Normalmente se permite empujar con el hombro, pero empujar con el codo es cruzar la línea.

Con un oponente fuerte necesitaremos todas nuestras habilidades para vencer. Entonces es inevitable llegar al límite

y, a veces, incluso cruzarlo. Demostrar que estás allí y que no dejas que te pasen por encima. Esa es la base del éxito.

Dentro de mi entorno de trabajo también hay reglas que tengo que respetar, las escritas y las no escritas. Conseguir información de forma justa, o cumplir con los compromisos. No hay excusas, pero hablando claramente y llamando a las cosas por su nombre. Esa es nuestra cultura corporativa. Engañar solo jugará en mi contra. Juego limpio, ¡siempre!

Lo mismo ocurre con un codo o un ataque irresponsable, de frustración o de venganza. En ese caso dejo de estar concentrado en ganar y solo hago daño al equipo y a mí mismo. Busco los límites, pero siempre dentro de las reglas.

Las lesiones son una parte más. **Esfuézate, pero sin forzarlo.**



4. Lesionado

Ni siquiera ocurrió en un partido. Fue en casa donde me caí por las escaleras y desafortunadamente aterricé sobre la rodilla izquierda. El dolor era punzante y tenía la rodilla hinchada. El médico me recomendó reposo. ¿Descansar? ¡Acabo de entrar en la selección! Lo deseaba tanto que tras una semana de descanso, asumí que el dolor formaría parte de mí. Con perseverancia y con esta mentalidad fue como conseguí una posición en la alineación inicial. La desventaja de todo esto, es que aunque me curé, mi rodilla siempre ha estado muy sensible.

Me recuerda a los momentos difíciles de mi juventud, el divorcio y el accidente. Siguen siendo temas delicados, especialmente ahora que me enfrento a una “lesión” en mi relación de pareja. Es importante no darse por vencido, sino intentar lograr un buen resultado. Tratar la “lesión” prestándole la atención que requiere y hablando de ella. A veces, incluso tomar distancia y descansar. Chuto la pelota a las gradas, pido a mi compañero de equipo que se haga cargo de mi posición o pido apoyo al entrenador.

Frecuentemente se dice: “Dar un paso atrás, sólo para dar dos pasos hacia adelante”.

Esforzarse, pero no forzar, ya que si no, te rompes. Mi rodilla era un caso límite. Muy diferente de la herida que me hice en la cabeza durante la final de copa. Me la suturaron en el campo. Yo quería seguir jugando el partido y a pesar del dolor de cabeza, celebré con la copa en la mano la victoria del partido, y después, nunca más me molestó el dolor. La verdad es que lo volvería a hacer.

Las lesiones forman parte del deporte y forman parte de la vida. Caer y volver a levantarse. Mala suerte y buena suerte. Presta mucha atención a tu lesión, pero no dejes que te controle. En realidad mi rodilla ocupó gran parte de mis pensamientos, dándole demasiada atención. El fisioterapeuta me lo dijo de manera muy clara: “¡entrena los músculos circundantes y olvida la rodilla!”.

Juega y vive libremente.

5. Mi talento

Por lo que puedo recordar siempre he estado acompañado de un balón. Aquella pelota era parte de mí. Esquivar, pasadas, hacer caños, etc., todo eso era muy fácil para mí. Lo descubrí cuando comencé a jugar a fútbol con mis compañeros. Siempre ganábamos y nos llenaban de elogios. Jugaba en equipos importantes. A medida que fui creciendo tuve que esforzarme cada vez más. No siempre era el jugador estrella. Necesitaba tiempo para acostumbrarme a esa nueva situación y fui desarrollando interés en otros campos además del fútbol. La música y las chicas eran temas populares dentro de mi grupo de amigos. Empecé a ver los entrenamientos como una obligación e incluso, muchas veces, ya no iba. Casi sin darme cuenta, me centré demasiado en el mundo exterior. Pasaba mucho tiempo cuidando mi apariencia, en las redes sociales o con el móvil. Poco a poco mi sueño de ser futbolista profesional empezó a desvanecerse. Fue mi padre quien hizo que me enfrentara a lo que estaba ocurriendo después de ver mi mediocridad en los partidos. “¿Qué quieres?”, fue su

simple pregunta. “¿Realmente quieres ser jugador de fútbol profesional, o quieres chutar algunos balones solo para divertirte? Porque si aún quieres lo primero, ahora es el momento de te lo tomes seriamente”. Fue un momento crucial para mi carrera. Entendí exactamente lo que quería decir.

Cambié el rumbo. En primer lugar, lo más importante, era el entrenamiento, luego la escuela y después mis amigos. De manera disciplinada me centré por completo en el fútbol. No es suficiente solo con tener talento, lo importante es desarrollarlo.

El entrenamiento me ayudó a mejorar. No es fácil marcar un gol solo con chutar. Requiere tiempo y entrenamiento. Y eso hice. Cada gol me provocaba una sensación increíble. Ese sentimiento era la recompensa por el trabajo bien hecho.

¡Sacar el máximo provecho de uno mismo es una sensación maravillosa, no sólo ahora, sino también para el resto de tu vida!

Invierte en ti mismo.
Entrena **más** y ve a aquél curso.



6. Mentalidad

El fútbol no solo me ha traído placeres y éxito, sino que me ha dado algo mucho más importante: ha dado forma a mi mentalidad. A través del fútbol descubrí lo que es la actitud y mi voluntad.

La conversación con mi padre cambió mi actitud hacia el fútbol. Desde focalizarme en ganar mis partidos, hasta llegar a ser un jugador de fútbol profesional. Un objetivo a largo plazo que requiere una mentalidad determinada. La voluntad absoluta de triunfar como futbolista. Esta voluntad determina mi éxito. Dedicación completa y constante auto-superación. No te dejes distraer por cosas banales y que no contribuyan a tu objetivo. Concrétate.

Lo mismo ocurre en un partido de fútbol. Querer ganar y hacer todo lo que esté a tu alcance para lograrlo. Encontrar los límites. Continuar, no rendirse y mantener una actitud positiva. Esta actitud positiva no sólo fue la base de mi carrera, sino que también me mantuvo en marcha

durante el largo período de la lesión en la rodilla. Cada vez que en el gimnasio entrenaba los músculos que rodeaban mi rodilla, también sentía como crecía mi fuerza mental. ¡Nadie me gana!

También aprovecho este importante descubrimiento en mi trabajo diario. Cuando las cosas salen mal o si no me dan el ascenso que esperaba. Por supuesto que es tentador abandonar y buscar mi felicidad en otro lugar. Pero en ese momento me quedé, insistí, mostré cuáles eran mis capacidades y en seis meses obtuve el resultado de tanto trabajo. Lo mismo ocurre en mi relación, confío en mi mentalidad, quiero que las cosas salgan bien. No me rindo fácilmente.

A pesar de los dolores de rodilla hice un gran pase que acabó en un gol. El capitán fue el primero en felicitarme. “Lo ves, te necesitamos. ¡Bien por ti que siempre sigues adelante!” Sí, he trabajado a consciencia en mi mentalidad. Es la base de mi éxito.

¿La **voz** que escuchas es la de tu **mejor amigo** o la de tu **peor oponente**?





¡Un **entrenador**
enriquece tus pensamientos!

7. Mi entrenador

Te lo creas o no, si hubiera tenido que inventarlo todo yo mismo nunca habría llegado a ser un jugador con tanto éxito. En todos los momentos importantes de mi carrera siempre hubo alguien para guiarme. Un entrenador. Alguien que confiaba en mí y que quería ayudarme a desarrollar mis talentos. Esto tan valioso es algo que necesitamos todas las personas. Si quieres hacerlo todo tú mismo pierdes la visión general, te dejas guiar por los objetivos a corto plazo y sólo ves lo que deseas ver.

La verdad es que he tenido suerte con los entrenadores que se han cruzado en mi camino. He aprendido cosas diferentes de todos ellos. Me abrí y llegué a sentir que me convertía en mejor jugador de fútbol, todo ello con sus altibajos. A decir verdad, al principio no estaba de acuerdo con ellos. Veía las cosas de otra manera. Pero sus comentarios, sugerencias y preguntas me hicieron ver las cosas de otra manera. Poco a poco, abrí mi mente y descubrí el valor de un entrenador. Ahora mismo, no lo haría de otra manera.

En mi trabajo también busco deliberadamente a personas que me inspiren. Hablar con ellos me enseña mucho y me doy cuenta de que la otra persona también lo disfruta. Qué podría ser mejor que ayudarse mutuamente a crecer. Es bueno tener a alguien que te escuche y que te haga tocar con los pies en la tierra.

En mi juventud solía marcar muchos goles y parecía que la posición de medio campista era mi destino. Pero fue el entrenador de mi nuevo club quien vio que en realidad tenía que jugar en una posición más atrasada. Al principio estaba en total desacuerdo ya que lo que yo quería era marcar goles. Las inspiradoras conversaciones con mi entrenador me dejaron claro la fe que tenía en mí. Poco a poco empecé a acostumbrarme a la idea y crecí en mi nuevo papel.

Ahora no lo haría de otro modo. Ésta es la posición en la que mis cualidades pueden desarrollarse por completo. Algo que nunca me hubiera imaginado.

8. El duodécimo jugador

Una de mis victorias más importantes fue nuestro partido en casa contra el campeón nacional. Aunque nos faltaban tres jugadores en la alineación inicial, ganamos 3-2 en un partido espectacular.

Tras la primera mitad, íbamos perdiendo 2 a 0. Cuando nos dirigíamos al vestuario una ola de silbidos llegó desde las gradas. Inmediatamente después del descanso marcamos un gol: 1-2.

La conversión táctica del entrenador fue genial y todo empezó a funcionar mejor. El partido cambió y el público recuperó la confianza en nosotros. Un cuarto de hora antes del final: ¡2-2! Todo el estadio nos apoyaba. Desplegamos nuestras alas y luchamos como leones. El gol de la victoria estaba a punto de llegar, podíamos sentirlo. Pero haciendo una tijera me torcí la rodilla.

Sí, exactamente la misma rodilla....

Pero no quería irme del campo. De ninguna manera, no ante este público estupendo. Alentado por el entusiasmo de los aficionados, dejé de sentir el dolor.

En el borde del área de penalti el balón salió de la nada ante mi pie izquierda.

Chuté: 3-2. El estadio estalló de alegría. Hice el gol de la victoria gracias al duodécimo jugador. Sin el apoyo del público probablemente habría pedido que me sustituyeran. Literalmente me ayudaron a superar mis límites (de dolor).

El duodécimo jugador no solo juega un papel importante en el fútbol. Esto puedo aplicarlo a toda mi vida: mi entorno inmediato, la familia y los amigos. Las personas que me aman y que me aprecian por como soy. Ellos creen en mí, desean lo mejor para mí y tratan de ayudarme en todo lo posible. A veces lo encuentro molesto, con lo tozudo que soy. Pero así solo menosprecio al duodécimo jugador. Para rendir correctamente, la relajación es esencial. Y es mucho más fácil con las personas que confían en ti y que te apoyan.

Lamentablemente como siempre estoy muy ocupado no soy del todo consciente de ello.

Tendría que tener más consideración por el duodécimo jugador y mostrarle mi agradecimiento.

Sin ellos estaría solo.

Valora a la **familia**, a **los amigos** y a tus **seguidores**.





¡Sin **cambio**,
no **hi** ha **progreso**!

9. ¡Reemplazo!

Un momento qué pone la piel de gallina, mi reemplazo cinco minutos antes del final de mi último partido en casa. El público me hizo una gran ovación y mis ojos se humedecieron. Los compañeros de equipo me aplaudieron, me abrazaron y me felicitaron. Caminé directamente al vestuario porque no quería emocionarme más de lo debido. Quería quedarme solo. Me dejé caer en la silla con la mirada perdida. Mi carrera futbolística había terminado.

Durante mi carrera odiaba que me reemplazaran. Me sentía como si hubiera fracasado. Por eso a menudo estaba de mala leche. ¿Por qué yo? Había muchos otros que tampoco jugaban bien. Pero una vez en el sofá de casa, recapacitaba y entendía mejor la decisión del entrenador. Pero otras veces, si no lo entendía, iba al entrenador y le pedía explicaciones. Gracias a ello, me he convertido en mejor jugador. Me ponía en la piel del entrenador, quien pensaba principalmente en el interés del equipo.

Por supuesto, ser reemplazo no es algo que ocurre solamente en los partidos. Se puede cambiar de club

o de posición. Un reemplazo siempre conlleva que la energía cambie creando nuevas posibilidades. No siempre tiene que ser una mejora, pero no lo sabemos de antemano. Es importante darse cuenta de que una sustitución provoca un cambio y que este es exactamente el objetivo si no estás satisfecho con la situación existente.

Así es como cambié de trabajo cuando no estaba a gusto. Intercambié posiciones según los consejos del entrenador y le pedí a mi agente que buscara un nuevo club en el momento en el que sabía que no iba a formar parte de la alineación inicial.

Si miro atrás, hubiera pedido más cambios, la lesión de mi rodilla habría sido menor y podría haber jugado una temporada más. Pero bueno, en aquel momento lo vi como un fracaso y, siendo una promesa del fútbol, no quería rendirme.

Importante lección para la segunda mitad: no tener miedo a la sustitución. ¡Sin sustitución no hay cambios!

10. ¡Suerte!

Estoy extremadamente agradecido por mi carrera como futbolista. He experimentado cosas increíblemente hermosas y he aprendido mucho. Lecciones que sin duda me serán útiles durante la segunda mitad. Además reconozco que soy un hombre afortunado.

He tenido la suerte de saber chutar un balón y de conocer a las personas adecuadas en el momento adecuado para ayudarme en el camino. Les estoy muy agradecido ya que si hubiera estado solo nunca hubiera tenido éxito. Soy plenamente consciente de ello. Especialmente ahora que miro hacia atrás, en el vestuario durante la pausa de mi vida.

Durante el partido no piensas en ello. Eres competitivo, das lo máximo y te enfadas por todo lo que sale mal. Pases equivocados, mal árbitro, una rodilla sensible. Solo cuando ese chute que vuela a través del lado interior del poste contra la red, te das cuenta por un momento que la suerte eligió el lado correcto del poste. ¡Gol!

Y continúas. Ganas por 1-0, te colocas en la siguiente ronda del torneo en el que finalmente ganas la final y levantas la copa sobre tu cabeza. Pero, ¿y si ese balón hubiera ido al otro lado del poste?

A veces tienes suerte, y a veces no. Así es la vida y lo tenemos que aceptar. Lo único que puedo hacer al respecto es abrirme a esa suerte y llevar una vida en la que la suerte pueda encontrarme. Si lo hago así, me guío por mis instintos. Si es bueno, entonces hago lo que me dice el instinto y espero a ver qué se presenta. Antes de la segunda operación de rodilla tuve un mal presentimiento. Sin embargo, todos las personas, excepto mi padre, trataron de convencerme para que volviera lo antes posible. Para eso fue necesaria otra intervención médica. Resultó mal y mi carrera colgó de un hilo. "Pura mala suerte", dijo el médico más tarde. "Si tan solo hubiera seguido mis sentimientos", pensaba.

Mi mentalidad era mi fuerza entonces. No tiré la toalla. Y asumí la responsabilidad de mis acciones como futbolista. Quería volver, pero sano y a gusto.

Cuando tomé la decisión, me encontré con un terapeuta que me ayudó mucho. Tuve mucha suerte. No sé si se puede forzar la suerte. Lo que sí sé es que puedes "invitar" a la suerte tomando una decisión y vinculándola a una acción específica.

Porque de una cosa estoy seguro: ¡no habrá suerte si no hay acción!





¡Disfruta! Vive, aprende y dejar
marchar.

90minutes.life

11. La señal final

Ahora, casi al final de mi historia, quiero confesaros algo. Por mucho que me gustara jugar al fútbol, en muchos partidos anhelaba el momento en que el árbitro mirara su reloj, se pusiera el silbato en la boca y marcara el final del partido con esos tres tonos tan familiares. A medida que me hacía mayor ocurría cada vez más a menudo, especialmente cuando estábamos ganando.

A veces, cuando todavía quedaban quince minutos para terminar el partido, ya estaba en el vestuario con mis pensamientos. ¡Mientras aún quedaba una sexta parte del juego y aún podía suceder cualquier cosa! Afortunadamente, mis compañeros de equipo me mantenían alerta diciéndome la verdad. Esto era crucial porque muchas veces he visto que el final del partido ha sido decisivo. Partidos en los que ya había perdido la esperanza y en los que creía que teníamos la victoria en el bolsillo, pero no es así. El resultado después de 90

minutos es decisivo. Es bueno darse cuenta de ello, especialmente en esa última fase.

También veo que en mi trabajo perdía la concentración llegando al final. Un proyecto que está casi terminado, pero algo sale mal en el último momento. O un pedido que creía cerrado, pero acaba siendo comprado a un competidor. “¡Cuidado, Xavi, un partido dura 90 minutos!” En esos momentos mi viejo entrenador todavía estaba en mi cabeza.

Los hermosos recuerdos, valiosos e instructivos de la primera mitad los llevaré junto a mi en los próximos tres cuartos de hora. Ahora están a punto de empezar. Estoy listo, listo para la segunda mitad de mi vida que promete ser muy interesante. Y pase lo que pase, voy a perseverar hasta el minuto 90. A partir de ahora soy mi propio entrenador.

“¡VAMOS!”

90minutes.life

Gracias

Agradezco a:

Siama, Martin, Henny, Linda, Inge,
Bung, Ky, Deams, Martasan, Omta,
Mesut, Roelant, Steven.

Embajadores y socios

CREATIONLINE

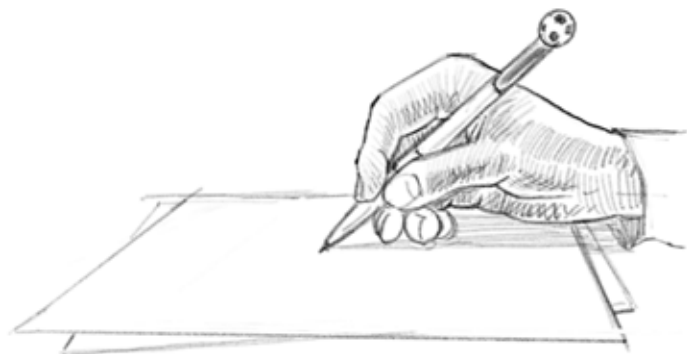


digital
med!a
enzo



Woudenberg *Art*

P·R·O·F
P A R T N E R S



Eddy de Heij

bio



Eddy de Heij tiene más de 20 años de experiencia como empresario independiente.

Es inversor, fundador y consultor de diversas empresas. Actualmente se dedica principalmente a Crypto-Currency, AI/VR, Big Data y proyectos Blockchain. De Heij también es director general de ZO Media Group.

Asesora a nivel mundial a un número selecto de empresas emergentes, tales como Vibby (New York City), Goin (Barcelona, Ganador del Most Innovative Fintech Award 2018/2019), FortKnoxster (Gibraltar), BitBook (Ierland), Yume Capital (Tokyo) Muster VC (Barcelona) y DataEnzo (Amsterdam).

En 2015 escribió el libro De Bovengever. De Bovengever es una colección de historias basadas en sus experiencias con empresas emergentes. En 2016 la edición internacional del De Bovengever fue recibida con gran entusiasmo (Abril 2018 4a edición).

Eddy de Heij estará disponible para dar presentaciones sobre 90 minutos. Todos los capítulos motivacionales de este folleto y muchas otras experiencias serán tratados de una manera especial durante un seminario de 90Minutos.

Para más información:
hello@90minutes.life