

Consideremos los sentimientos de ella hacia el pulcramente vestido joven antes del giro que cobró el evento: "Qué hombre tan grosero y pedante".

Imaginen sus sentimientos después: "¡Qué bochorno! ¡Qué generoso fue por compartir su última galleta conmigo!"

¿Entonces, cuál es la cuestión? Simplemente se trata de esto: Con frecuencia nuestros paradigmas son incompletos, imprecisos o totalmente equivocados. Por consiguiente, no deberíamos precipitarnos para juzgar, marcar o formarnos opiniones rígidas de los demás o, si a esas vamos, de nosotros mismos. Desde nuestros limitados puntos de vista, pocas veces vemos toda la imagen, y tampoco tenemos todos los hechos.

Además, hay que abrir nuestras mentes y corazones a nueva información, ideas y puntos de vista, y estar dispuestos a cambiar nuestros paradigmas cuando sea obvio que están equivocados.

Lo que es más importante, es obvio que si queremos producir grandes cambios en nuestras vidas, la clave es cambiar nuestros paradigmas o los lentes a través de los que vemos el mundo. Cambia los lentes, y seguirá lo demás.

Si lo examinas de cerca, descubrirás que la mayoría de tus problemas (con relaciones, la autoestima y la actitud) son el resultado de uno o dos paradigmas equivocados. Por ejemplo, si tienes una mala relación, digamos con tu papá, es muy posible que ambos tengan un paradigma equivocado el uno del otro. Te podrá parecer que él está totalmente fuera de contacto con el mundo moderno, y que te ve como un niño malcriado y desagradecido. En realidad, posiblemente ambos paradigmas están incompletos y te impiden tener una comunicación real.

Como verás, este libro desafiará muchos de tus paradigmas y, espero, te ayudará a crear paradigmas más precisos y completos. Así que prepárate.

● PARADIGMAS DE LA VIDA

Además de tener paradigmas de nosotros mismos y de los demás, también tenemos paradigmas del mundo en general. Por lo general podemos saber cuál es nuestro paradigma al preguntarnos: "¿Cuál es la fuerza que me impulsa en la vida?", "¿Qué es en lo que pienso más tiempo?", "¿Qué o quién es mi obsesión?" Lo que sea más importante para ti se convertirá en tu paradigma, tus anteojos o, como a mí me gusta llamarlo, el centro de tu vida. Algunos de los centros de la vida más populares para los jóvenes son los amigos, las cosas materiales, los novios o las novias, la escuela, los padres, los deportes/pasatiempos, los héroes, los enemigos, uno mismo y el trabajo. Todos ellos tienen buenas cosas, pero todos están incompletos de un modo o de otro y, como te demostraré, te confundirán si centras tu vida en ellos. Afortunadamente, hay un centro con el que siempre puedes contar. Lo veremos al último.

Centrado en amigos

No hay nada mejor que pertenecer a un buen grupo de amigos, y nada peor que sentirse excluido. Los amigos son importantes, pero nunca deben ser tu centro. ¿Por qué? Porque ocasionalmente se equivocan. De vez en cuando son falsos. A veces hablan a tus espaldas o desarrollan nuevas amistades y olvidan la tuya. Tienen cambios en el estado de ánimo. Se mueven.

Además, si basas tu identidad en tener amigos, ser aceptado y ser popular, podrás hallarte en la situación de que comprometes tus normas, o las cambias cada fin de semana para adaptarte a las de ellos.

Lo creas o no, llegará el día en que los amigos no serán lo más importante en la vida. En la preparatoria tuve un fabuloso grupo de amigos. Hacíamos todo juntos: nadábamos en canales prohibidos, nos hartábamos en buffets de comer todo lo que se pudiera, esquíamos en el mar a oscuras, salíamos con las novias de los demás... lo que tú quieras. Yo quería mucho a estos tipos. Sentía que éramos amigos desde siempre.

Pero al salir de la preparatoria y mudarme, me sorprende lo poco que nos vemos. Vivimos muy alejados, y ahora estamos muy ocupados con nuevas relaciones, trabajos y la familia. De adolescente nunca hubiera podido pensar en esto.

Haz tantos amigos como puedas, pero no bases tu vida en ellos. Es un fundamento inestable.



Centrado en cosas

A veces vemos el mundo a través de los lentes de las posesiones o "cosas". Vivimos en un mundo material que nos enseña que "el que muere con más juguetes es el que gana". Debemos tener el coche más rápido, las ropas más bonitas, el último equipo de sonido, el mejor peinado y muchas otras cosas que supuestamente deben darnos felicidad. Las posesiones también vienen en la forma de títulos y logros, tales como jefe de un equipo de fútbol, el protagonista de la obra de teatro, el presidente de la sociedad de alumnos, el redactor del boletín escolar, o el MJA (Mejor Jugador del Año).

No hay nada malo en lograr y disfrutar cosas, pero nunca debemos centrar nuestras vidas en ellas, porque a fin de cuentas no tienen valor duradero. Nuestra confianza necesita provenir de nuestro interior, y no

de afuera, sino de la *cualidad de nuestro corazón*, y no de la *cantidad de cosas* que poseamos. Después de todo, aquel que muere teniendo más juguetes... de todos modos muere.

Conocí a una muchacha que tenía el guardarropa más hermoso y costoso que hubiera visto. Rara vez usaba dos veces el mismo atuendo. Luego de conocerla mejor, comencé a notar que gran parte de la confianza en sí misma provenía de sus ropas, y que sufría un grave caso de "ojos de elevador". Parecía que cada vez que hablaba con otra muchacha, la veía de pies a cabeza para ver si su atuendo era tan bonito como el suyo, lo que generalmente le daba un complejo de superioridad. Estaba centrada en las cosas, lo que a mí realmente me molestaba.

Una vez leí un refrán que describe esto mucho mejor que yo: "Si lo que soy es lo que tengo, y lo que tengo se pierde, ¿entonces quién soy?"

Centrado en la pareja

Quizá ésta sea la trampa en la que más fácil se cae. Quiero decir: ¿quién no estuvo alguna vez centrado en un novio o novia en alguna época?

Imaginemos que Brady centra su vida en su novia, Tasha. Ahora, veamos la inestabilidad que crea en Brady.

ACCIONES DE TASHA REACCIONES DE BRADY

Hace un comentario hiriente.	"Se me echó a perder el día".
Coquetea con el mejor amigo de Brady.	"Fui traicionado. Detesto a mi amigo".
"Creo que debería salir con otras personas".	"Mi vida está acabada. Ya no me quieres más".

Lo irónico es que mientras más centras tu vida en alguien, menos atractivo eres para esa persona. ¿Cómo es esto? Primero que nada, si estás centrado en alguien, ya no es difícil obtenerte. Segundo, es molesto que alguien forme toda su vida emocional alrededor de ti. Puesto que la seguridad proviene de ti y no de su interior, siempre necesitan tener esas molestas pláticas de "qué hacemos ahora".

Cuando comencé a salir con la que ahora es mi esposa, una de las cosas que más me atrajo de ella es que no centraba su vida en mí. Nunca olvidaré el momento en que me rechazó (con una sonrisa y sin ninguna disculpa) para una cita muy importante. ¡Me encantó! Ella era una persona por cuenta propia, y

tenía su fortaleza interna. Sus estados de ánimo eran independientes de los míos.

Generalmente puedes saber que una pareja está centrada el uno en el otro porque están siempre rompiendo y volviéndose a juntar. Aunque su relación se deteriora, sus vidas emocionales e identidades están tan entrelazadas que nunca pueden desprenderse el uno del otro.

Créeme: serás un mejor novio o novia si no estás centrado en tu pareja. La independencia es más atractiva que la dependencia. Además, centrar tu vida en otra persona no demuestra que la ames, sino que sólo dependes de ella.

Ten tantos novios o novias como quieras, pero no te obsesiones o te centres en ellos porque, aunque hay algunas excepciones, estas relaciones son por lo general tan estables como un yoyo.

Centrado en la escuela

Entre jóvenes, centrar la vida en la escuela es más común de lo que crees. Lisa, de Canadá, lamenta haberse centrado durante tanto tiempo en la escuela:

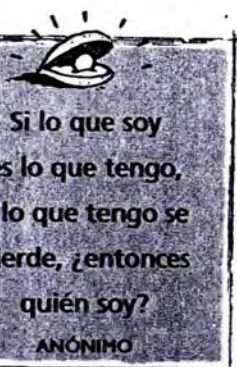
Fui tan ambiciosa y centrada en la escuela que no disfruté de mi juventud. No sólo fue poco saludable, sino que también fue egoísta, porque lo único que me preocupaba era yo misma y mis logros.

En secundaria ya estudiaba tanto como un estudiante universitario. Quería ser neurocirujana, sólo porque era la cosa más difícil que se me ocurría. Me levantaba a las seis todas las mañanas, y no me acostaba antes de las dos de la madrugada, para tener mejores calificaciones.

Sentía que los maestros y compañeros esperaban eso de mí. Siempre se sorprendían si mis calificaciones no eran perfectas. Mis padres hicieron lo posible porque no me tomara las cosas tan en serio, pero mis propias expectativas eran tan grandes como las de mis maestros y compañeros.

Ahora me doy cuenta de que pude lograr lo que quería sin trabajar tanto, y que además me habría podido divertir.

Nuestra educación es vital para nuestro futuro, y debe ser toda una prioridad. Pero debemos tener cuidado en no ofrecernos como voluntarios y que las clases y tareas se apoderen de nuestras vidas. Los jóvenes centrados en la escuela con frecuencia se obsesionan tanto con obtener buenas calificaciones, que olvidan que el verdadero propósito



de la escuela es aprender. Como miles de jóvenes lo demostraron, nos puede ir extremadamente bien en la escuela, y aun así tener un saludable equilibrio en la vida.

Gracias a Dios que nuestro valor es medido por nuestras calificaciones.

Centrado en los padres

Tus padres pueden ser la mayor fuente de amor y guía, y debes respetarlos y honrarlos, pero centrar tu vida en ellos y vivir para agradarles, por encima de todo lo demás, puede convertirse en una verdadera pesadilla. (No les digas a tus padres lo que acabo de decir, o podrían quitarte el libro... Sólo estoy bromeando.) Lee lo que le sucedió a esta muchacha de Louisiana:

Estudié mucho ese semestre. Sabía que mis padres estarían muy contentos: seis dieces y un nueve. Pero lo único que podía ver en sus ojos era decepción. Lo único que querían saber por qué un nueve no era un diez. Hice todo lo que pude para no llorar. ¿Qué querían de mí?

Ése fue mi primer año en la preparatoria, y pasé los dos años siguientes tratando de hacer que mis padres estuvieran orgullosos de mí. Jugaba basquetbol y esperaba que estuvieran orgullosos, pero nunca venían a verme jugar. En cada semestre recibía mención honorífica, pero tras un rato, lo único que esperaban de mí era sólo diez. Iría a la universidad para ser maestra, pero se ganaba poco dinero con eso, y mis padres consideraban que me iría mejor estudiando otra cosa, y eso hice.

Toda decisión que tomara era precedida por las preguntas "¿qué es lo que querían papá y mamá que hiciera? ¿Estarían orgullosos? ¿Me amarían?" Pero no importaba lo que hiciera: nunca era suficiente. Basé toda mi vida en las metas y aspiraciones que mis padres pensaban que eran buenas, y eso no me hizo feliz. Viví durante tanto tiempo para agradar a mis padres, que sentí que perdí el control. Me sentí inútil, inválida y sin importancia.

Un día me di cuenta de que de todas formas no obtendría la aprobación de mis padres, y que si no me preocupaba por mí misma, me destruiría. Necesitaba hallar un centro que no dependiera del tiempo, que fuera inmutable y real, un centro que no gritara, desaprobara o criticara. Así, comencé a vivir mi propia vida, según los principios que yo pensa-

Emmmm...
Creo que necesito
ir a trabajar,
mi amor.



ba que me darían felicidad, como honestidad (conmigo misma y mis padres), fe en una vida más feliz, esperanzas por el futuro y seguridad en mi propia capacidad. Al principio, tuve que fingir que era fuerte, pero tras un tiempo me hice realmente fuerte.

Finalmente me valí por mí misma y me alejé de ellos, y esto hizo que me vieran como era realmente, y por ello me amaron. Se disculparon por todas las presiones que pusieron sobre mí y expresaron su amor. Tenía 18 años cuando mi padre me dijo por primera vez "te quiero", pero fueron las palabras más dulces que había escuchado, y bien valieron la espera. Me sigue preocupando lo que piensen mis padres, y aún me veo influida por sus opiniones pero, finalmente, me hice responsable de mi propia vida y de mis actos, y trato de agradarme a mí misma antes que a los demás.

Otros posibles centros

La lista de posibles centros puede seguir. *Centrado en deportes/pasatiempos* es importante. ¿Cuántas veces no hemos visto a alguien centrado en deportes que forma su identidad alrededor de ser un gran atleta, sólo para sufrir una herida que termina con su carrera? Sucede todo el tiempo. Y al pobre tipo no le queda otra que reconstruir su vida desde cero. Lo mismo sucede con pasatiempos o intereses, como la danza, el debate, el teatro, la música o los clubes.

¿Y qué hay con *centrarse en héroes*? Si formas tu vida alrededor de una estrella de cine o de rock, un atleta famoso o un político poderoso, ¿qué sucede si mueren, hacen algo muy tonto o terminan en la cárcel? ¿Dónde quedas tú?

A veces incluso podemos *centrarnos en enemigos* y formar nuestras vidas alrededor de odiar a un grupo, persona o idea, como el Capitán Garfio, cuya existencia entera giraba alrededor de odiar a Peter Pan. Éste es con frecuencia el caso con las pandillas y con los divorcios turbulentos. ¡Qué mal centro es!

Centrarse en el trabajo es una enfermedad que generalmente aflige a personas maduras, pero también ocurre en jóvenes. La adicción al trabajo es impulsada por una necesidad compulsiva de tener más cosas, como dinero, coches, posición social o reconocimiento, que nos nutre durante una temporada, pero que en general no nos satisface plenamente.

Otro centro común es *centrarnos en nosotros mismos*, o pensar que el mundo gira alrededor nuestro y de nuestros problemas. Esto con frecuencia resulta en que nos preocupamos tanto de nuestra propia condición, que nos desentendemos de las personas que nos rodean y necesitan.

Como puedes ver, todos estos y muchos otros centros de la vida no nos dan la estabilidad que necesitamos. No estoy diciendo que no debamos aspirar a la excelencia en algo como la danza o el debate, o aspirar a desarrollar excelentes relaciones con nuestros amigos y padres. Debemos hacerlo. Pero hay una línea muy fina entre tener una pasión por algo, y basar toda nuestra existencia en ello. Y ésa es la línea que no deberíamos cruzar.

Centrado en principios: lo verdadero

En caso de que comiences a preguntártelo, hay un centro que realmente funciona. ¿Qué es? (Que suenen los tambores, por favor.) Es *centrarse en principios*. Todos conocemos los efectos de la gravedad. Lanza una pelota hacia arriba y ésta cae. Es una ley o principio natural. Del mismo modo en que hay principios que rigen el mundo físico, también hay principios que rigen el mundo humano. Los principios no son religiosos. No son de Estados Unidos ni de China. No son tuyos o míos. No están puestos a discusión. Se aplican igualmente a todos, ricos o pobres, reyes o campesinos, hombres o mujeres. No pueden comprarse ni venderse. Si vives según ellos, obtendrás la excelencia. Si vas en contra de ellos, fracasarás (oye, eso es muy dramático). Es así de simple.

Algunos ejemplos: la honestidad es un principio. El servicio es un principio. El amor es un principio. Trabajar bien es un principio. Respeto, gratitud, moderación, justicia, integridad, lealtad y responsabilidad son principios. Hay muchos y muchos más. No son difíciles de identificar. Del mismo modo en que la brújula siempre señala hacia el norte, nuestro corazón siempre podrá reconocer los verdaderos principios.

Por ejemplo, piensa en el principio del trabajo. Si aún no has pagado el precio, podrás arreglártelas por un rato, pero finalmente los problemas te alcanzarán.

Recuerdo una vez que se me invitó a jugar en un torneo de golf con mi entrenador de fútbol universitario. Él era un gran jugador de golf. Todos, incluyendo a mi entrenador, esperaban de mí que fuera tan buen golfista como ellos. Después de todo, yo era un atleta universitario, y todos los atletas universitarios deberían ser buenos golfistas. ¿Correcto? No.

¿Saben? Soy pésimo en el golf. Sólo lo

he jugado algunas veces en mi vida, y ni siquiera sé cómo sostener el palo de golf correctamente.

Yo estaba muy nervioso de que todos supieran lo malo que era en el golf. Especialmente mi entrenador. Así, esperaba que pudiera engañarlo, y a todos los demás, para que pensarán que yo en realidad era buen jugador. En el primer hoyo había una pequeña multitud congregada. Yo fui el primero en tirar. ¿Por qué yo? Cuando me

acerqué a golpear la pelota, recé por un milagro.

Swoooooosssshhhhh. ¡Funcionó! ¡Un milagro! ¡No podía creerlo! Tuve un buen tiro y la pelota fue directo hasta la parte media del campo.

Me volví y sonreí a los demás, y actué como si siempre fuera así: "Gracias. Muchas gracias".



Pude engañarlos. Pero sólo me estaba engañando a mí mismo, porque aún faltaban otros 17 hoyos y medio. De hecho, sólo necesité de cinco tiros más para que todos, incluyendo mi entrenador, se dieran cuenta de que yo era una calamidad en el golf. No pasó mucho tiempo para que el entrenador intentara enseñarme cómo tirar con el palo. Quedé expuesto. ¡Ay!

No se puede fingir que se juega el golf, que se afina una guitarra o que se habla árabe si no se paga el precio para ser bueno en esto. No hay atajos. El trabajo es un principio. Como lo dijo Larry Bird, el gran jugador de la NBA: "Si no haces la tarea, no podrás hacer tiros libres".



Los principios nunca fallan

Se necesita fe para vivir según los principios, especialmente cuando se tiene a las personas cerca y se avanza en la vida mintiendo, estafando, siendo indulgente, manipulando y sirviéndonos sólo a nosotros mismos. Sin embargo, lo que no se ve es que ir en contra de principios *siempre* nos deja expuestos a fin de cuentas.

Tómese el principio de la honestidad. Si eres un mentiroso, quizá puedas salirte con la tuya un tiempo, incluso durante años. Pero te verás en problemas si quieres hallar a un mentiroso que logró el éxito a la

larga. Como lo observó Cecil B. DeMille acerca de su película clásica *Los diez mandamientos*: "Es imposible que podamos romper las leyes. Contra las leyes, sólo podemos rompernos nosotros mismos".

A diferencia de los demás centros examinados, los principios nunca nos fallarán. Nunca hablarán a nuestras espaldas. No desaparecen un día. No sufren de heridas que terminan con carreras deportivas. No favorecen a nadie por el color de la piel, el sexo, la riqueza o los rasgos físicos. Una vida centrada en principios es simplemente el fundamento más estable, inmóvil e indestructible sobre el que podemos formarnos, y todos lo necesitamos.

Para entender por qué los principios siempre funcionan, sólo imagina vivir con base en lo opuesto: deshonestidad, holgazanería, indulgencia, ingratitud, egoísmo y odio. No puedo imaginar algo bueno que derive de esto. ¿Tú puedes?

Irónicamente, que los principios sean primero es la clave para poder hacer mejor las cosas en los demás centros. Si vives según los principios del servicio, el respeto y el amor, por ejemplo, cuentas con más posibilidades de tener más amigos y de un noviazgo más estable. Que los principios sean primero es también la clave para llegar a ser una persona de carácter.

Decide hoy mismo hacer de tus principios el centro de tu vida o paradigma. En cualquier situación que te veas, pregunta: "¿Cuál es el principio que está en juego aquí?" Para cualquier problema, busca el principio que lo resuelva. Si te sientes desgastado y con la vida en contra, tal vez deberías intentar el principio del *equilibrio*.

Si nadie confía en ti, el principio de la *honestidad* podría ser la cura que necesitas. En la siguiente anécdota de Walter MacPeck, el principio en juego era la *lealtad*:

Uno de dos hermanos que luchaban en el mismo batallón en Francia cayó por una bala nazi. El que sobrevivió solicitó autorización a su mayor para rescatar a su hermano.

—Posiblemente esté muerto —replicó el oficial—, y no tiene caso que arriesgues la vida para traer su cuerpo.

Pero finalmente aceptó. En cuanto el soldado llegó a las líneas, con su hermano en hombros, el hombre herido murió.

—¿Ya ves? —dijo el oficial—. Arriesgaste tu vida por nada.

—No —replicó Tom—. Hice lo que él esperaba de mí, y tuve mi recompensa. Cuando me arrastré hasta él y lo tomé en mis brazos, me dijo: "Tom, sabía que vendrías... simplemente sentí que vendrías".



En los siguientes capítulos descubrirás que cada uno de los 7 Hábitos se basa en uno o dos principios básicos. Y es de ahí de donde obtienen su poder.

En pocas palabras, son los principios los que gobiernan.

PRÓXIMAS ATRACCIONES

A continuación hablaremos de cómo hacernos ricos, de un modo en el que posiblemente nunca pensaste. ¡Adelante!

Una palabra sobre los Pasos de bebé

Una de las películas favoritas de mi familia es *¿Qué pasa con Bob?*, con Bill Murray y Richard Dreyfuss. Es la historia de un tipo disfuncional, lleno de fobias, inmaduro y con cerebro de hormiga llamado Bob que nunca deja en paz a nadie. Se acerca al doctor Marvin, un famoso psiquiatra, que no encuentra cómo deshacerse de él, y finalmente le da un ejemplar de su libro *Pasos de bebé*. Le dice a Bob que la mejor forma de resolver sus problemas es no abarcar mucho y apretar poco, sino dar "pasos de bebé" para llegar a sus objetivos. ¡Bob está encantado! Ya no tiene que preocuparse por cómo llegar al consultorio del doctor Marvin, lo cual le resulta muy complicado. Ahora, Bob sólo tiene que dar pasos de bebé para salir del consultorio, y luego dar pasos de bebé hasta llegar al elevador, y así sucesivamente.

En adelante sugeriré algunos pasos de bebé al final de cada capítulo: pasos pequeños y fáciles que pueden darse inmediatamente para aplicar lo que se acaba de leer. Aunque pequeños, estos pasos pueden convertirse en poderosos medios para ayudarte a lograr tus metas generales. Así, acompaña a Bob (en realidad es muy simpático si acepta el hecho de que es inamovible) y da algunos pasos de bebé.



PASOS DE BEBÉ

- 1 La próxima vez que te veas al espejo, di algo positivo de ti mismo.
- 2 Muestra agradecimiento por el punto de vista que alguien te dio hoy. Puedes decir algo como: "Oye, esa idea es muy buena onda".
- 3 Piensa en algún paradigma limitante que puedas tener de ti mismo, tal como "No soy extrovertido". Luego, haz algo hoy que contradiga totalmente ese paradigma.
- 4 Piensa en un ser querido o amigo que actúe de forma extraña últimamente. Piensa en las razones que pudieran hacerlo actuar de ese modo.
- 5 Cuando no tienes nada que hacer, ¿en qué piensas más tiempo? Recuerda que lo más importante para ti se convertirá en tu paradigma o centro de vida.



¿Qué ocupa mi tiempo y energía?

- 6 ¡La Regla de Oro es la que gobierna! Comienza hoy a tratar a los demás tal como quieres que te traten a ti. No seas impaciente, no te quejes de las sobras, ni hables mal de alguien, a menos que quieras el mismo tratamiento.



- 7 Busca algún lugar tranquilo en donde puedas estar solo. Piensa en las cosas que te sean más importantes.
- 8 Escucha cuidadosamente las letras de las canciones que escuchas con más frecuencia. Evalúa si están en armonía con los principios en los que crees.
- 9 Cuando hagas tus labores en casa o en el trabajo, por la noche, prueba el principio del trabajo. Haz un poco más de lo que se espera de ti.



- 10 La próxima vez que estés en una situación difícil y no sepas qué hacer, plantéate: "¿Qué principio debería aplicar (por ejemplo, honestidad, amor, lealtad, trabajo, paciencia)?" Luego, sigue el principio y no mires hacia atrás.

SEGUNDA PARTE

La Victoria Privada



La cuenta de banco personal

Comenzar con quien está en el espejo

Hábito 1: Ser Proactivo

Yo soy la fuerza

Hábito 2: Comenzar con el fin en la mente

Controla tu destino, o lo hará otra persona

Hábito 3: Poner Primero lo Primero

El poder de querer y no querer