

# LA MAGIA CONTINÚA

**Revista Digital de libre Distribución**

PNL, aplicaciones, modelos, nuevos diseños, Updates, magia ...

E-book 18

**[www.redpnl.net](http://www.redpnl.net)**

## LA MAGIA CONTINÚA

### INDICE

#### E-book Nro. 18 - COPYRIGHT ® RED L. DE PNL

*“Si puedes reírt de algo, sin ninguna duda lo podrás cambiar”*  
*Richard Bandler*

#### 12 VALORES DE LA COMUNIDAD GLOBAL DE PNL

Por Robert Dilts

Pág. 1

#### LA VISIÓN DEL LOGRO O EL LOGRO DE LA VISIÓN

Alcanzando creativamente los objetivos

Por M. Trainer Susana Chajet

Pág. 2 a 3

#### EL DESAFÍO MENTAL DE LOS 10 DÍAS

Pasos para ir tras las metas ...

Por Anthony Robbins

Pág. 4

#### ¿CÓMO TE FUE EN LAS VACACIONES?

Los estilos de elección, el metaprograma de las decisiones

Por M.Trainer Graciela Astorga

Pág. 5 a 7

#### PAPÁ, MAMÁ: LO ESTAS HACIENDO BIEN!

Un truco de PNL para Sazonar la Felicidad de tu Hijo O hija...

Por Master Carlos Rodríguez

Pág. 8 a 10

#### MANTENGANESE LOCOS!

La línea de tiempo y el tiempo de la vida

Por Steve Jobs

Pág. 11 a 13

#### DESDE EL REINO METAFÓRICO ... UN SUEÑO

Pág. 14

### Textuales de ANTHONY ROBBINS

Los valores son el compás que guiará a toda persona a su destino final. Para tener un control firme y positivo sobre sus valores, pruebe hacer los siguientes ejercicios:



- Siéntate y escribe una lista de los diez valores principales que posees ahora, en orden de importancia. Hazlo escribiendo en un papel su respuesta a la pregunta: ¿qué es lo más importante para mí en la vida?
  - Examina cuidadosamente tu lista, ¿te encuentras con que hay conflictos de manera inconsciente? por ejemplo, ¿tienes dos valores en la lista que son totalmente opuestos pero que están muy cerca en su orden de prioridades? Esto puede desatar grandes conflictos y debes reorganizar tus prioridades para evitarlos.
  - Luego, escribe tu respuesta a la siguiente pregunta: ¿cuáles deben ser mis valores para alcanzar mi destino verdadero, el que deseo y merezco? Coloca en orden los valores, que necesita alguien para ser capaz de lograr ese destino que tienes en mente.
  - Ahora elabora una nueva lista de valores, en la que puedas trabajar incluyendo tus acciones de vida. La nueva lista será, por lo general, una combinación de tus valores presentes y adicionales, que requiere para alcanzar exitosamente tu objetivo final.
- Casualmente, los valores pueden ser de dos tipos: aquellos que deseas y que te llevan hacia delante y aquellos que quieres evitar (lo que deseas que NO sea). Igualmente puedes repetir los mismos ejercicios

# LOS 12 VALORES PARA LA COMUNIDAD GLOBAL DE PNL

## Construyendo un mundo mejor

### Por Robert Dilts

1

1. UTILIDAD: Ser pragmático y orientado a objetivos. Buscar hacer una diferencia. Mantener el foco en aplicaciones prácticas. Usar todos los recursos disponibles para alcanzar un objetivo. Pensar y actuar con un fin en la mente. Satisfacer necesidades de una manera orientada a metas y comprobable, descomponer en pasos prácticos y comprobables.

2. INTEGRIDAD: "Hacer lo que decimos." Tener congruencia entre palabra y acción. Tener alineación entre nuestras creencias y valores y nuestro comportamiento. Actuar desde nuestros valores nucleares. Integrar todos nuestros aspectos de nuestro ser.

Estar conscientes de nuestras creencias y procesos internos y comportarnos de maneras que sean congruentes con ellos. Ser honestos en nuestras acciones.



3. RESPETO: Reconocer los límites personales. Reconocer la potencialidad que hay dentro de cada persona. Escuchar y dar espacio a las necesidades y expectativas del otro. Dar a todas las personas igual espacio y tiempo. Pedir permiso. Mantener una estima positiva incondicional para los otros. Reconocer las contribuciones únicas de cada persona.

4. ECOLOGÍA: Trabajar siempre dentro de los resultados bien formulados de la otra persona. Responder a nuestras propias señales de congruencia. Estar orientados sistémicamente. Considerar las consecuencias de nuestras acciones. Respetar la intención positiva. Buscar resultados equilibrados. Buscar la mantención de un balance saludable entre todos los sistemas. Considerar nuestro impacto sobre el sistema más grande.

5. CREATIVIDAD: Ser constructores libres de nuestras propias vidas. Desarrollar las equivocaciones bien-formadas. Estar abierto a posibilidades. No aceptar lo dado como dado. Encontrar nuevas preguntas. Construir nuevos modelos. Encontrar maneras nuevas para alcanzar una meta. Estimular a otros a expresar y compartir sus sueños interiores. Desafiar constantemente la manera en que hacemos las cosas y a innovar nuevas posibilidades.

6. AMOR (UNIVERSAL): Usar la segunda posición con los demás (ponernos nosotros mismos en sus zapatos). Conectar mediante una profunda segunda posición a la fuente de energía dentro de los otros. Sentir y mostrar compasión por otros. Aceptar a los otros por lo que son. Ofrecer un espacio donde algo pueda cambiar. Valorarnos a nosotros mismos, y valorar a los demás como a nosotros mismos. "Ver" y reconocer lo mejor entre nosotros. Escoger invertir en el bienestar de otros.

7. LIBERTAD: Tener elección. Agregar más opciones. Ser capaz de escoger. Permitir a otros hacer elecciones para sí mismos. Expresar nuestros pensamientos y sentimientos sin temor a la retribución. Reconocer el derecho de la gente a su propio desarrollo.

8. DIVERSIDAD: No temer la diferencia. Acoger el desafío de la diferencia. Ver lo valioso en todos los mapas del mundo. Reconocer, honrar y valorar las diferencias entre los otros. Aceptar estilos diferentes. Incluir perspectivas diferentes. Respetar las culturas diferentes.

9. ELEGANCIA: Buscar la trayectoria más simple y más corta para un resultado. Buscar la belleza y simplicidad. Actuar con gracia. Seleccionar la trayectoria y las herramientas que nos permitan lograr más y con menos esfuerzo.

10. PROFESIONALISMO: Trabajar con competencia, creatividad y alegría. Observar con precisión. Colocar estándares altos. Conocer nuestros límites. Modelar la excelencia. Ser congruente, claro y diestro en todo momento y en cualquier contexto en que seamos representantes de la PNL como una disciplina. Saber lo qué estamos haciendo, y hacer lo que sabemos. Ser capaz de demostrar todas las habilidades de PNL. Mantenerse aprendiendo.

11. FLEXIBILIDAD: Tener más posibilidades en el comportamiento. Tener más instrumentos para trabajar. Ser capaz de dejar salir nuestro último descubrimiento. Tener una gama de maneras para alcanzar una meta. Estar abierto a cambiar y adicionar influencias externas. Adaptarse a situaciones y a gente diferente. Ser capaz de ajustarse y adaptarse a sí mismo a situaciones inesperadas. Utilizar y reaccionar adecuadamente a la retroalimentación que recibimos.

12. CREAR UNA COMUNIDAD INGENIOSA: Fomentar lazos y amistad para proyectos futuros conjuntos. Tener interés por el "nosotros". Actuar en el servicio a otros. Valorar los diferentes dones que tiene cada persona. Crear afiliación y asociación que incorpora una amplia variedad de aspectos de la expresión humana. Conectarse con la gente como iguales.

## LA VISIÓN DEL LOGRO O EL LOGRO DE LA VISIÓN

### Alcanzando creativamente los objetivos

#### Por Susana Chajet

2

Uno de los temas más trabajados en PNL tiene que ver con el Logro de Objetivos. Desde que tomé contacto con este modelo, hace más de 25 años (oops!!!!), es un “must” en todo curso de nivel Practitioner. Más allá de las pequeñas diferencias en el modelo elegido, siempre hablamos de un Estado Presente (cómo estamos), un Estado Deseado (qué queremos lograr), Recursos (qué precisamos para llegar al objetivo), un Plan (qué pasos o estrategias implementar), e Interferencias (qué obstáculos nos plantean la Ecología o nuestro sistema de Creencias y valores).

El trabajo consiste entonces en identificar muy bien el Estado Deseado, y que el mismo cumpla con todos los requisitos (las Condiciones de la Buena Forma, que le dicen: estar expresado en lenguaje afirmativo, estar bajo nuestro control personal, ser específico, ecológico, y estar perfectamente sensorializado).

De modo que, como reza el dicho, “persevera y triunfarás”. Sólo es cuestión de coser y cantar, como solía decir mi abuela...

Para ilustrar esta idea, casi nunca preciso recurrir a ejemplos complejos o extraídos de culturas foráneas. Mis modelos salen de lo más cotidiano, de esas situaciones que están ahí, disponibles, al alcance de la mano, bien visibles para el ojo entrenado.

Con uno de estos ejemplos me encontré una tarde de primavera, caminando por unas callejitas de mi barrio. Reparo en una casa, y lo que me llama la atención no es la casa precisamente, sino un árbol de rosas chinas que está justo en la vereda, frente a ella: el arbusto está totalmente florecido ¡de rosas de dos colores! Rosas amarillas y rojas, entremezcladas unas con otras en perfecta armonía. Cómo era esto posible? Los árboles de rosas chinas dan flores rojas O amarillas, no ambas! Intrigada por el hecho, me acerco para investigar mejor, y me doy cuenta que en realidad se trata de DOS plantas, prolíjamente entremezcladas desde sus troncos y luego sus ramas, de allí el llamativo resultado.



Fue entonces que pensé “Cuánta claridad de objetivo tuvo el artífice de este prodigo, años dedicados a obtener este resultado!”. Imaginé a este dedicado jardinero (o jardinera), con la visión de ese logro, aplicando toda la paciencia y el ingenio para ir llevando los troncos y luego las ramas hacia la dirección deseada, regando, cuidando de plagas y eventos climáticos a sus arbolitos...

Cuántos de nosotros nos hemos criado con esta idea de trabajar duro para obtener aquello que queremos, superando obstáculos, dificultades, haciendo lo posible y lo imposible, sin descanso, sin lugar para la duda o el desmayo? Si el paciente jardinero pudo, por qué yo no voy a poder?

Pero qué pasa cuando por alguna razón (alguna interferencia de la ecología, por ejemplo –y no me digan que nunca les ha pasado!) la consecución del objetivo se convierte en una tarea titánica? Corridas bancarias, nos despiden del trabajo, socios o parejas que nos abandonan, enfermedades traicioneras que nos fuerzan al reposo, catástrofes naturales, avatares políticos, etc. etc. etc. (la lista es larga!!!!), son acontecimientos que muchas veces retrasan e incluso frustran nuestro camino hacia la deseada meta.

¿Pero cuál es el límite a la persistencia? ¿Hasta dónde debemos “remarla”? ¿Cuándo dejar de insistir? ¿Significa eso renunciar a nuestro sueño? ¿Acaso no se trata de conseguir nuestro objetivo, cueste lo que cueste?

En todos los años que llevo enseñando este tema (y dedicándome a la psicoterapia, mi otra pasión), éste es un punto de inflexión.

La pregunta que siempre aparece, en alumnos o pacientes, es -palabras más, palabras menos- la siguiente: Pero si cambio mi objetivo o lo abandono, no estoy resignando todo aquello por lo cual luché?

Y allí es cuando saco a relucir un punto central de la PNL: las cualidades de un comunicador de excelencia. Tener claro el objetivo es la primera de ellas: por lo tanto, si deseamos algo, debemos tener clara la visión del logro.

La segunda cualidad es la agudeza perceptiva: tener todos nuestros sentidos bien afilados, para obtener información de calidad. No hay dudas sobre la importancia de este punto, ya que en esa información es que basamos nuestras decisiones y cursos de acción.

## LA VISIÓN DEL LOGRO O EL LOGRO DE LA VISIÓN

### Alcanzando creativamente los objetivos

#### Por Susana Chajet

3

Y por último, la tercera cualidad. Y no por estar en tercer lugar es menos valiosa, pero a veces, tan concentrados estamos en cultivar las dos primeras que nos olvidamos de ella, la dejamos sola, relegada en un rincón: flexibilidad de conducta.

¿Y qué significa, en este contexto, ser flexible?

¿Significa cambiar de objetivo como de camiseta?

¿O abandonar nuestro sueño al primer obstáculo?

¡En absoluto! Significa que muchas veces, lo más importante no es la visión del logro, como dije anteriormente, sino el logro de la visión. Y la visión es mucho más que un logro individual, es el gran PARA QUÉ de todo lo que hago, es la diferencia entre un objetivo ajeno a mí y uno genuino, que nace desde adentro.



Y si tengo clara mi visión, entonces tendré muchas opciones que me podrán llevar hacia ella, a pesar incluso de unos cuantos tropiezos en el camino.

Me viene a la mente la historia del descubrimiento de la Penicilina. En realidad el investigador Alexander Fleming estaba realizando varios experimentos en su laboratorio, y, al observar sus cultivos observó una colonia de un hongo había crecido espontáneamente en una de las placas de Petri sembradas con *Staphylococcus aureus*. Al mismo tiempo comprobó que las colonias bacterianas que se encontraban alrededor del hongo habían muerto.

Un “experimento fallido”, por así decir, dio lugar a uno de los eventos más revolucionarios de la historia médica. Si Fleming se hubiera dejado llevar por el resultado de su experimento primario (no relacionado con la búsqueda de una sustancia antibacteriana), probablemente hubiera descartado el cultivo y comenzado una nueva prueba, privando de este modo a la humanidad de un descubrimiento maravilloso –al menos temporariamente-. Pero fue lo suficientemente flexible como para abrirse a la posibilidad de revisar su objetivo y modificarlo, en pos de una visión más amplia, si en última instancia se trataba de mejorar la calidad de vida de los seres humanos!

Por todo esto, tanto si se trata de tener una clara visión del logro como de poder lograr nuestra visión, ocupémonos de ejercitarnos la flexibilidad, ya que, a diferencia de la rigidez, es lo que nos va a permitir vivir experiencias mucho más enriquecedoras y a comprender que la felicidad no es sólo llegar a un destino sino, fundamentalmente, saber disfrutar del viaje.

**M.Trainer Susana Chajet**  
[www.pnلبaires.com](http://www.pnلبaires.com)

### EL LOGRO DE OBJETIVOS EN LA PNL

A veces tenemos los objetivos “difíciles”. Así los llamamos y por lo tanto, como nuestra mente obedece al lenguaje, efectivamente, se nos hacen difíciles. Por ejemplo, ¿qué tan difícil es arreglar el closet, ordenar los papeles del escritorio, hacer la cita con el dentista? Es “difícilísimo” porque no son metas agradables y entonces nuestra mente ya sabe que el patrón a seguir frente a las cosas “difíciles” (o desagradables), es poner obstáculos, boicotearnos y sin darnos cuenta dirigimos nuestra mente con una habilidad del 100% hacia la negatividad e imposibilidad. Y logramos el objetivo de no lograrlo.

Ponemos obstáculos y nos boicotteamos con el lenguaje. Recordemos que elaboramos pensamientos con palabras-lenguaje que influyen nuestro estado de ánimo y nuestra actividad o inactividad. Frente al escritorio desarreglado seguramente pondremos obstáculos como por ejemplo: “no tengo tiempo”, “ahora no puedo”, “no sé donde comenzar”, “después lo hago”, “qué aburrido”. Al decir “qué flojera”, o “qué aburrido” el cuerpo inmediatamente obedece y caemos en la inactividad y repentinamente no tenemos energía suficiente para llevar a cabo ese objetivo que nos exige un “tremendo esfuerzo”. Cuando decimos: “después lo hago” es el posponer sin determinar un tiempo preciso. “Después” es una palabra sin tiempo preciso, implica un futuro muy amplio y al no tener la mente la precisión del tiempo, no hace nada. Bandler y Grinder, los fundadores de Programación Neurolingüística descubrieron los procesos mentales que nos llevan a cumplir con objetivos placenteros sin esfuerzo aparente. Lo que ellos proponen es transferir los procesos mentales positivos que ya sabemos usar para metas motivadoras y enfrentar los objetivos “difíciles” con patrones mentales positivos y que nos llenen de energía.

## EL DESAFÍO MENTAL DE LOS 10 DÍAS

### Pasos para ir tras las metas ...

#### Por Anthony Robbins

¡Bienvenido a una etapa como la que jamás has conocido!  
Estas son las reglas del juego:

- 1) Durante diez días consecutivos, niégate a entregarte a pensamientos o emociones contraproducentes. Niégate a dedicar atención a preguntas negativas, palabras desvitalizadoras o metáforas destructivas.
- 2) En cuanto te sorprendas derivando hacia lo negativo, usa cualquiera de las técnicas que ya has aprendido para cambiar de inmediato el centro de tu atención; puedes empezar con las preguntas-solución como primera línea de ataque.
- 3) Hazte cada mañana las preguntas reforzantes para estar preparado para el éxito.
- 4) Durante los próximos diez días consecutivos, asegúrate de que tu atención esté puesta en las soluciones y no en los problemas. En el momento de percibir una posible dificultad, cántrate de inmediato en la posible solución.
- 5) Si a pesar de ello un pensamiento o sentimiento negativos ocupan tu mente, no te mortifiques, siempre que puedas cambiar tu estado de ánimo al instante. Si no obstante sigues entregándote a pensamientos y sentimientos negativos durante períodos medibles de tiempo, deberás esperar hasta la mañana siguiente y empezar con el reto de los diez días desde el principio, independientemente de cuántos días seguidos de prueba hayas realizado ya.



¿Estás realmente preparado para afrontar la vida desde otra perspectiva? No asumas este compromiso de diez días hasta que estés seguro de cumplirlo en todo momento. Este reto no es para los indecisos. Es sólo para aquellos que están verdaderamente decididos a condicionar su sistema nervioso para esquemas emocionales nuevos y positivos, capaces de llevarles a éxitos mayores. Es para aquellos que desean convertir en parte de su experiencia cotidiana todo lo que han aprendido: el NAC, las preguntas, el Vocabulario Transformador, las metáforas, el cambio de centro de atención y la fisiología.

¿Cómo conseguir un aliciente adicional para estar seguro de mantenerte firme en el cumplimiento del desafío mental de los diez días? Anuncia tu decisión a colegas, familiares y amigos, y pide su ayuda para no perder el rumbo. O, aún mejor, busca a un amigo que quiera compartir el desafío mental de los diez días contigo.

También sería una idea excelente mantener un diario escrito de tu experiencia. Registrando tus éxitos al enfrentarte a los esquemas negativos, estarás trazando un «mapa» de valor incalculable que te enseñará, en el futuro, qué camino seguir cuando te veas frente a los mismos problemas.

Hace años me aficioné a algo que ha demostrado ser el hábito más valioso de mi vida: me aficioné a leer al menos media hora cada día. Jim Rohn, uno de mis maestros, me dijo que la lectura de algo interesante, algo valioso, algo que nutre el espíritu y enseña nuevas cosas es más importante que la comida. «Puedes saltarte una comida —me dijo—, pero no debes pasar por alto este rato de lectura.»

Mientras, pues, lleves a cabo la prueba del desafío mental de los diez días para «desintoxicar» tu sistema nervioso, ocúpate de nutrirlo con unas lecturas que ofrezcan información y estrategias que te lleven hacia el nuevo estilo de vida que has elegido. Recuerda: los líderes son lectores.

¿Qué beneficios te aportará el desafío mental de los diez días?

- 1) Te dará clara conciencia de todos los esquemas mentales que habitualmente te impiden avanzar.
- 2) Te obligará a buscar alternativas dinámicas.
- 3) Te dará una gran inyección de confianza cada vez que consigues controlar tus procesos mentales y das la vuelta a una situación.
- 4) Y lo más importante: te ayudará a crear nuevos hábitos, nuevos criterios y nuevas expectativas que te conducirán hacia una vida más rica.

El éxito es un proceso; es resultado de una serie de disciplinas menores. Como un tren de carga que va cogiendo velocidad, este ejercicio en dejar atrás los viejos esquemas y crear nuevos te dará un impulso sin precedentes.

¿Se trata sólo de un ejercicio de diez días? Realmente no.

No tienes por qué volver a tus viejos esquemas negativos si no quieres. Esta es tu oportunidad de «engancharte» a una dinámica positiva para el resto de tu vida. Si, después de suprimir tus esquemas mentales tóxicos durante diez días, deseas volver a ellos, estás en tu derecho. Pero estoy dispuesto a apostar que, una vez consciente de tus nuevas posibilidades, la vuelta a lo anterior te resultará repelente. Recuerda simplemente que, si alguna vez te desvías del camino, ya sabes cómo utilizar una variedad de métodos para reencontrarlo al instante.

## ¿CÓMO TE FUE EN LAS VACACIONES? Los estilos de elección, el metaprograma de las decisiones Por Graciela Astorga

Los Metaprogramas son como el Software del cerebro. Aparecen en la PNL hacia finales de los años 70, de la mano de las investigaciones de Richard Bandler, quien estudiaba como las personas mantenían una coherencia en su estructura mental. Luego se sumaron a estas investigaciones Leslie Cameron Bandler, Robert Bailey, Robert Dilts y Roos Stewart.

Se los define como filtros o programas internos que todas las personas utilizamos inconscientemente en nuestra percepción, para seleccionar mentalmente a que le prestamos atención.

Los metaprogramas determinan esta atención, nuestro interés y determinan cómo observamos la realidad: son los mecanismos que escogerán el modo de distorsionar, generalizar o eliminar la información que recibimos del exterior.



De manera similar a como funciona una computadora, nuestro cerebro necesita programas que sean la estructura del pensamiento y ayuden a procesar los datos.

Los metaprogramas nos permiten leer los patrones mentales de una persona, a que le presta atención, como tomas sus decisiones, etc. Estos están allí influyendo inclusive antes de tener un pensamiento consistente sobre un tema. Nos indican de qué manera las personas procesamos la información que recibimos. Aparece el estímulo y lo primero será que se activará el metaprograma, y dentro de este, la parte que tenemos como preferencial, y este será un filtro de la realidad.

Hay un metaprograma que mira desde este lugar la realidad LO QUE HAY - LO QUE FALTA. Algunas personas entran a un lugar y lo primero que hace su cerebro es notar todo lo que hay, y otras personas en el mismo lugar, solo se enfocaran en ver ese detalle que falta.

Yo tengo una imagen gráfica de estos metaprogramas: abollamos un papel y se lo arrojamos a una persona hacia la zona de su rostro. Casi sin pensar en la decisión, la persona hará un rápido movimiento con su mano hábil (dependiendo si es zurdo o diestro) y tomará el papel.

Así actúan los metaprogramas, aparece el estímulo o contexto, y la preferencia mira-filtrá la realidad y acciona.

No hay una parte buena y una mala, cuando detectamos en cada metaprograma el que nos lidera, enfocarnos en el opuesto, en esa otra mirada que no es la usual, nos dará una información mucho más completa de la realidad. Siguiendo el ejemplo, podremos ver todo lo que hay, y detectar hábilmente que está faltando.

Pero hay un Metaprograma más extenso, que influye de manera inconsciente en todas nuestras decisiones, y que en este artículo exploraremos y ampliaremos.

### Es el llamado ESTILOS DE ELECCIÓN o FOCOS de INTERÉS.

Este metaprograma dice que las personas tenemos estilos de elección, filtros que influyen en nuestras selecciones de una enorme cantidad de asuntos de la vida.

Los que tradicionalmente se listan en la PNL son: Actividades, Gente, Tiempo, Información, Lugar, Objetos o cosas. Los invitamos hoy a explorar dos más: Self (sin mismo) y Uso o Utilidad.

Básicamente, las personas al tomar una decisión, elegir algo, lo hacemos con un marco propio que encuadra esa decisión, y esos marcos son la mirada sobre estos focos, siendo algunos significantes y otros neutrales.

En nuestra experiencia, hemos notado que se expresan así:

- Hay uno o dos estilos muy fuertes, preferenciales; frente a una decisión, la mirada primordial “ve” esos aspectos antes que nada.
- Hay uno o quizás dos más que los complementan, que terminan de crear el “marco” de las decisiones, cuando los dos primeros están ya priorizaron su elección
- Y hay otros que no son significativos en absoluto.

## ¿CÓMO TE FUE EN LAS VACACIONES? Los estilos de elección, el metaprograma de las decisiones Por Graciela Astorga

Por supuesto, nunca son absolutamente determinantes, ya que como hemos dicho, siempre hay por lo menos 3 que están muy activos en la toma de decisiones de cada persona.

Para comprenderlos, iremos definiéndolos a través de responder una pregunta única.

### *¿Cómo te fue en tus vacaciones?*

**Actividades:** Nos harán un relato de todo lo que hicieron desde que se levantaron hasta irse a dormir por la noche. Sabremos que hicieron cada día, a cada hora. Nos darán un itinerario de todas sus actividades, lo programado y lo que fue apreciando como alternativas. Comenzaran con que hacían a la mañana, para narrarnos cuantas cosas lograron hacer antes del mediodía, como se organizaron para poder hacer todo lo que querían y se habían propuesto, hasta ir a descansar a la noche.



**Gente:** sabremos a quienes eligieron para irse de vacaciones y porque, con quienes quisieron encontrarse allí, con quienes se encontraron, como se relacionaron, quienes eran, sus vidas, emociones, sus historias, anécdotas. Todo el relato se basará en las personas, sus opiniones acerca de ellos, sus simpatías o desagrados, y todos los vínculos que crearon y como estos influyeron en ellos o continuaran en el presente.

**Información:** nos darán un informe detallado de todo el viaje cargado de datos y haciendo hincapié en ellos. Desde donde parar en la ruta, hasta cada opción de que hacer, donde ir, comprar o comer. Lo relevante del relato serán los datos, sean estos distancias, mapas, precios, recomendaciones, opiniones o la historia del lugar y la descripción en datos de su geografía.

**Lugares:** estas personas nos harán un relato detallado de cada lugar, desde donde pararon en la ruta, como era el hotel, la habitación del hotel, y cada lugar en el que estuvieron. Sabremos si eran amplios o pequeños, confortables o fríos, modernos o clásicos, cual era su estilo arquitectónico, los colores de las paredes, las sensaciones que transmitían, cada detalle estará allí.

**Objetos o cosas:** aquí nos encontraremos con un relato que irá desde la selección del mejor equipaje, hasta el detalle de los recuerdos que compraron. Nos contarán sobre la hermosa de la vajilla artesanal del hotel, hasta la calidad de las sabanas, la hamaca del balcón, la ropa que llevaron, la que compraron, la bandeja del desayuno, lo bien que hicieron en llevar ese abrigo, el mejor auto para alquilar y una recomendación de que comprar en los mercados locales y que llevar para regalar el regreso.

**Tiempo:** las personas cuyo estilo de elección más fuerte es el tiempo, nos harán un relato de cuantos tardaron en llegar, como aprovecharon el tiempo; cuanto tiempo le dedicaron a cada actividad, como organizaban cada el día. Si una actividad necesitaba más o menos tiempo, si lo invirtieron bien o mal, cuantas horas durmieron, cuantas viajaron, si la comida de un restaurante fabuloso tardó mucho tiempo en ser servida, etc.

Hasta aquí, los estilos de elección los tradicionalmente trabajados en la PNL.  
Los invitamos ahora a explorar dos estilos de elección o focos de atención más:

### *¿Cómo te fue en tus vacaciones?*

**Self, si mismo:** estas personas nos hablarán de cómo se sintieron, que cosas aprendieron, como se relacionaron, que sensaciones les despertó el paisaje. Si descansaron, y como los hizo sentir esto. Como a cada momento chequeaban que sentían que querían hacer, y hacían eso. Cuanto disfrutaron, como se sintieron, sin importar, el tiempo, las actividades, los lugares y la gente.

Como definimos a PNL como el estudio de la experiencia subjetiva, el foco en Uso o Utilidad, es un estilo que yo detecte en mi inicialmente; luego cuando comencé a estudiarlo en otros, encontré que era significativo para muchas otras personas que lo podían ubicar entre aquellos que lideraban su software personal.

## ¿CÓMO TE FUE EN LAS VACACIONES? Los estilos de elección, el metaprograma de las decisiones Por Graciela Astorga

Cuando era adolescente, lo usual en los ritos de transición de la adolescencia de este momento, era fumar. Yo tome un cigarrillo a los 15 años, lo mire y lo dejé. Con los años me di cuenta de que el cigarrillo no tenía para mí una función o utilidad, no servía para nada que yo pudiera identificar, así que quedo fuera de mis elecciones.

Cuando compro algo o me proponen algo, detectar para que se usa, o lo voy a usar yo, para que me sirve, es un foco de gran significado y peso en mis decisiones. Recojo cosas de la calle porque puedo ver en ellas la utilidad tras una transformación.

### *¿Cómo te fue en tus vacaciones?*

**Uso-Utilidad:** en el relato aparecerán datos desde porque eligieron ese lugar de vacaciones, que utilidad le dieron al tiempo y las actividades, para que les sirvió ir allí, porque no eligieron otro lugar (el que eligieron además les permitía reunirse con un amigo con el que tenían que planear algo), la olla vieja de cobre que recogieron en la arena yendo a la playa en un montón de basura porque aun podía ser útil, y otros detalles de cómo hacer más práctica o educativa la estadía.

Lo importante de detectar que estilos de elección nos lideran, es tener más datos sobre nuestro software y poder así comprendernos. Los metaprogramas nos dicen a que nos acercamos y de que nos alejamos, revelan nuestro funcionamiento mental.

Así, el diagnóstico de los estilos de elección nos servirá para:

- Entenderemos nuestras decisiones históricas y futuras.
- Aprender a detectar estos filtros en los otros, nos ayudara a comprenderlos y a acompañar decisiones en conjunto.
- Predecir acciones y direcciones de los otros
- Saber a qué le pone atención una persona, para hacer rapport y comprender al otro en los negocios, ventas, vida de relación, pareja, etc.
- Son una herramienta extraordinaria para el modelado
- Para la selección de personal, formación de equipos de trabajo, asignación de tareas.
- En terapia y Coaching, para comprender al otro.

En su libro “Introducción a la PNL”, Joseph O’Connor y John Seymour dicen:

“Sea como sea el mundo exterior, usamos los sentidos para explorarlo y delimitarlo. El mundo es una infinidad de posibles impresiones sensibles, y sólo somos capaces de percibir una pequeña parte de él. La parte que podemos percibir es luego filtrada por nuestra experiencia única, cultura, lenguaje, creencias, valores, intereses y suposiciones. Cada uno vive en su realidad única, construida por sus propias impresiones sensibles y experiencias individuales de la vida, y actuamos de acuerdo a lo que percibimos: nuestro modelo del mundo.”

Y entonces...

¿Cuáles son tus estilos de elección? ¿Cómo te fue de vacaciones?

*Posdata: tengo en mi sala objetos de que provienen del mundo de las viejas historias como una lámpara de Aladino, etc. Hay un antiguo cuento que habla de la olla con monedas de oro al final del arcoíris. El ejemplo de la olla vieja de cobre es real, hoy está en mi casa restaurada y llena de viejas monedas de todas las épocas, y ha sido el objeto favorito para jugar de mis sobrinos y de curiosidad de todos los que vienen a mi casa... Uso o utilidad!*

## PAPÁ, MAMÁ: LO ESTAS HACIENDO BIEN!

Un truco de PNL para Sazonar la Felicidad de tu Hijo O hija...

Por Carlos Rodríguez

¿Sabes cuál es la diferencia entre Limitar y Poner límites a tus hijos?

**Limitar** es cuando por miedo a que le pasen cosas “malas” a tus hijos, utilizas expresiones que les impiden desarrollar su propio potencial y les impides conocer hasta donde son capaces, algo así como: “**si te subes te vas a caer**”, “**vez, te lo dije**” no seas **Bruto**”... “**No seas ocurrente**”.

Poner **límites** en cambio es acompañar a los niños y niñas a descubrir hasta donde pueden ir. Algo así como: “**Para subir allí yo te acompañó**”, “**Tu puedes lograr todo lo que te propongas**”

¿Qué tal si buscamos otra manera?... vaya, ha sido muy creativa tu solución, tal vez haya otras alternativas para lograr el resultado que quieras...

Estarás de acuerdo conmigo que darle a tus hijos seguridad, confianza, es el ideal de todo padre. Y es que como padres debemos aprender a ser padres y Tú puedes darle a tu hijo o hija la seguridad, la confianza y las herramientas necesarias para que tu hijo conecte con estados de felicidad y excelencia.



En mis talleres dirigidos a niños y a padres hago las siguientes preguntas:

A los niños: **¿Que quieren de sus padres?**

Y su respuesta es. Amor, Cariño, “Que me Amen”, “Que me quieran”.

Y les pregunto a los padres **¿Qué es lo que ustedes quieren para sus hijos?**

En unísono RESPONDEN: ¡Que sean felices!!!

Aprender a ser un “buen” padre es más sencillo de lo que crees, tu maestro vive contigo, es tu propio hijo. Presta atención a la siguiente historia, contada en primera persona por su protagonista, la he titulado: “Lo Estás Haciendo Bien”

“Estaba sumergido en mi conflicto personal, cuando de algún lugar apareció un hombrecito que al principio me pareció diferente. Se quedó mirándome fijamente, sin abrir mi boca, me dijo:

- La respuesta es: “Lo estás haciendo BIEN”...

Me confundió su comentario, porque estaba pensando en la mala forma que le respondí a mi hijo, en las constantes discusiones que mantenemos con mi esposa y me preguntaba ¿cómo lo estoy haciendo?...

A lo que el hombrecito volvió a interrumpir, con su frase: - “**Lo Estás Haciendo Bien**”.

Tuve que abrir mi boca: ¿Bien? ¿Como puedo estar haciéndolo bien si en mi casa, yo llego estresado, cansado y lo único que hago es gritar, mi esposa está enferma por las constantes discusiones, las masotas huyen, las plantas se mueren, el brillo en los ojos de mi hijo ha desaparecido y yo ya no hablo, solo discuto?

Nuevamente el hombrecito me miró fijamente e hizo resonar en mi mente esta frase:

**LO ESTAS HACIENDO BIEN...**

Y me dijo: Vengo de un lugar lejano más de lo que te puedes imaginar...

Tengo la facultad de convertir cada puerta en un portal o de crear portales donde no los hay, estas puertas me permiten cambiar de lugar y de un lado al otro, todo cambia.

Mi misión es llevar recursos de Amor, armonía, calma, a los lugares que carecen de ellos.

Mira, en esta bolsa (y descargó un morral que no había percibido antes) tengo lo que necesitan estos lugares, personas y situaciones para cambiar.

Por ejemplo en los lugares donde la oscuridad lo cubre todo yo pongo una bombilla que le permite a los corazones ver también lo positivo, lo bello y lo que les hizo felices.

A veces al pasar de un lugar a otro el ruido ensordecedor de los gritos y los conflictos separa a las personas, entonces con mi herramienta “des sonificador”, disminuyo el sonido del conflicto a cero y las personas se acercan y empiezan a florecer las sonrisas.

Estos recursos vienen en todas las formas, colores y tamaños y solo los vinculados a las situaciones pueden decidir cual les ayudara a encontrar de nuevo la calma, la seguridad, el amor y la armonía.

Tuve que interrumpirlo, le dije:

## PAPÁ, MAMÁ: LO ESTAS HACIENDO BIEN!

Un truco de PNL para Sazonar la Felicidad de tu Hijo O hija...

Por Carlos Rodríguez

- Hombrecito... No soy más que un padre humano con limitaciones que no tiene esa mochila que tú tienes, y tampoco tengo esa capacidad de hacer o cruzar portales.

Él me respondió: - Te equivocas, mira tienes un morral, (y de repente me vi a mi mismo con un morral a mi espalda) es un morral que pusieron tus padres, allí guardaste muchas cosas que no necesitas, ven te lo voy a demostrar...

Con ayuda del hombrecito, baje el morral de mi espalda, cuando estuve en el suelo, él se sentó abrió el morral y me dijo es hora de ver que has cargado en el transcurso de tu caminar.

- Vamos empieza a sacar aquello que tienes allí ...

Yo empecé a sacar cosas que no me agradaron, eran formas que me lastimaban, puntiagudas, afiladas, deformes, de colores oscuros y de olores fétidos.

- Mira, me dijo, esta es la Ira (me mostró la forma que más me dificultó sacar del morral). La guardaste por tanto tiempo que ahora ocupa un gran espacio en tu morral ... Toma (Me entregó un círculo de un color muy suave, y con un aroma agradable) puedes cambiarla por ésta, es un recurso de armonía y de amor.

Y así, seguimos sacando formas extrañas, una a una tenía nombre y hasta apellido, y una a una las fui cambiando por los recursos que el hombrecito me obsequiaba...

Cuando termine, me sentí liviano, sin carga, sin culpa. Y me dije: **“LO ESTAS HACIENDO BIEN”**.

El respondió: - Ahora Imagínate, a partir de este momento como es la vida en mi planeta. Presta atención solo por un momento....

Y desperté ... “

Somos el resultado de lo que aprendemos en nuestras casas; es como cuando te das cuenta que la manera como te bañas, o te sientas, es idéntica a como lo hace o hacia tu padre o tu madre. Darte cuenta de esto significa que hay muchas cosas que crees que ERES pero que realmente NO son TU, solo ha sido un “aprendizaje” una herencia que te dieron y tu abrazaste sin preguntarte si era eso lo que necesitabas o lo que realmente querías.

Una de las herencias que debes delegar a tus hijos es lo que en psicología se conoce como: “Gestión de Emociones”

**Tu hijo Modela la forma como haces las cosas.**

**¿Como gestionas las emociones?**

Ahora, cuando hago esta pregunta en los talleres que imparto los niños responden, “mi papá no sonríe”... “Mi papá está enojado...” “Mi mamá grita para que le haga caso”... (Esta es una pequeña muestra de cómo gestionan algunos papás y mamás sus propias emociones dentro de su cotidianidad).

Y los Padres responden, condenándose a sí mismos, con culpa, con preocupación.

Lo que hago entonces es invitarlos en una técnica dentro del taller a crear “un portal” y “Tomar una caja mágica de recursos”. Hoy los invito a leerla a continuación y ponerla en práctica:

Técnica:

1- Siéntate en el suelo o en una silla, cómodamente... Cierra tus ojos... respira profundo...ASÍ ES... Ahora...

2 -Hay donde estas, mírate con un morral que traes en tu espalda, lleno de cosas que te pesan mucho, ese morral lo traes desde niño, te lo regalo tu papá, tu mamá, es un morral muy pesado, que no lo quieras cargar más (está lleno de emociones, sentimientos o recuerdos, muchos de los cuales te impiden fluir)



## PAPÁ, MAMÁ: LO ESTAS HACIENDO BIEN! Un truco de PNL para Sazonar la Felicidad de tu Hijo O hija... Por Carlos Rodríguez

10

3- Ahora... Vas a ver en ese morral cuáles son esas cosas que pesan y decides tomarlas y sacarlas de allí, ahora...

4 - Imagina que tienes el poder de lanzar esas cosas lejos de ti, por ejemplo al centro del sol donde se consumen y no vuelven más.

Dejando que tu mente inconsciente te guie sabiamente, di en voz alta:

- Saco de mi vida “esto que me estorba” (emociones negativas que estas listo para dejar ir como la rabia, como el enojo, la ira, la duda, la culpa, los momentos de tristeza que guardaste, las lágrimas que te tragaste), todo ello...



5- Muy bien, así es... Has vaciado tu morral, y ahora, lo alzas y sientes que ya no pesa, muy bien... así es...

Ahora que estás liviano, respira hondo, así es... lo estás haciendo bien...

6- Ahora Imagina que en tus manos tienes un llave para abrir un portal a una dimensión de amor y de paz, al abrir el portal lo primero que encuentras es una CAJA MÁGICA, del color de la felicidad, una caja llena de recursos poderosos de donde tomaras todo lo que deseas, para llevar en tu morral a partir de ahora.

7- Imagina... como los introduces a tu morral, todo lo que quieras, para ser feliz y estar pleno: amor, alegría, escucha atenta, momentos de felicidad, vas poniendo en el morral todo lo que quieras llevar, todo lo que necesitas...

8- Ahora percibe que tu morral está completamente lleno y con más espacio y aún más liviano.

9- Ahora respira hondo y profundo, siente como ese morral vuelve a ser parte de ti y ahora con todos los recursos que tomaste, te sientes pleno, dichoso, completo.

10- Ahora tienes Todo aquello para que puedas llevar una vida feliz y le puedes dar a tu hijo una vida feliz... Muy Bien, Así es...

11- Abre tus ojos y mueve tu cuerpo... Listo hemos terminado.

Tal vez en este momento te preguntes, ¿Qué clase de juego es este? A lo que debo responderte, es el juego del inconsciente.

El inconsciente tiene un idioma, es el idioma de la metáfora, del simbolismo y para cambiar esos programas que en últimas son los que toman tus decisiones, entonces, acciones como estas hacen cambios en la profundidad, que florece como frutos deliciosos.

La Programación Neuro-Lingüística como técnica nació en 1970 con Richard Bandler y John Grinder. Una de las cosas que nos ha revelado es lo que la humanidad ha vivido desde siempre, son los programas inconscientes los que se ocupan del 95 % de las decisiones y es ese 95 % que el que nos “crea” la realidad que en que vivimos.

Bienvenido al maravilloso mundo de la PNL para Niños donde son los padres los que también aprenden

**Master Carlos Rodríguez**  
[www.facebook.com/CarlosARodriguezPNL - Colombia](https://www.facebook.com/CarlosARodriguezPNL - Colombia)

*Un reconocimiento especial en el desarrollo de este artículo a mi esposa Doly María Peñaranda*

## MANTENGANESE LOCOS! La línea de tiempo y el tiempo de la vida Por Steve Jobs

**Discurso que Steve Jobs, CEO de Apple Computer y de Pixar Animation Studios, dictó el 12 de Junio de 2005 en la ceremonia de graduación de la Universidad de Stanford.**

### **“Tienen que encontrar eso que aman”**

Me siento honrado de estar con ustedes hoy en su ceremonia de graduación en una de las mejores universidades del mundo. Yo nunca me gradué de una universidad. La verdad sea dicha, esto es lo más cerca que he estado de una graduación. Hoy deseo contarles tres historias de mi vida. Eso es. No es gran cosa. Sólo tres historias.

#### **La primera historia se trata de conectar los puntos**

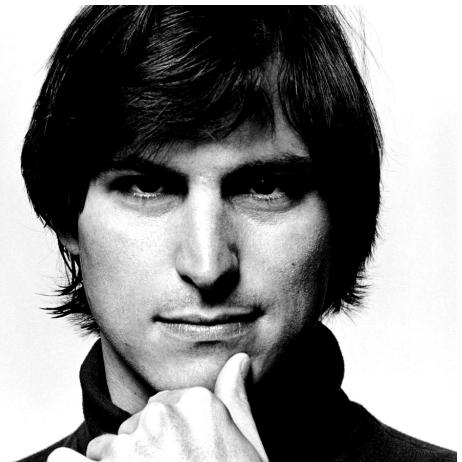
Me retiré del Reed College después de los primeros 6 meses y seguí yendo de modo intermitente otros 18 meses o más antes de renunciar de verdad. Entonces ¿por qué me retiré?

Comenzó antes de que yo naciera. Mi madre biológica era joven, estudiante de universidad graduada, soltera, y decidió darme en adopción. Ella creía firmemente que debía ser adoptado por estudiantes graduados. Por lo tanto, todo estaba arreglado para que apenas naciera fuera adoptado por un abogado y su esposa; salvo que cuando nací, decidieron en el último minuto que en realidad deseaban una niña. De ese modo, mis padres que estaban en lista de espera, recibieron una llamada en medio de la noche preguntándoles: “Tenemos un niño no deseado; ¿lo quieren?”. Ellos dijeron “Por supuesto”. Posteriormente, mi madre biológica se enteró que mi madre nunca se había graduado de una universidad y que mi padre nunca se había graduado de la enseñanza media. Se negó a firmar los papeles de adopción definitivos. Sólo cambió de parecer unos meses más tarde cuando mis padres prometieron que algún día yo iría a la universidad.

Luego a los 17 años fui a la universidad. Sin embargo, ingenuamente elegí una universidad casi tan cara como Stanford y todos los ahorros de mis padres de clase obrera fueron gastados en mí matrícula. Después de 6 meses yo no era capaz de apreciar el valor de lo anterior. No tenía idea de lo que quería hacer con mi vida y no tenía idea de la manera en que la universidad me iba a ayudar a deducirlo. Y aquí estaba yo, gastando todo el dinero que mis padres habían ahorrado durante toda su vida. Así que decidí retirarme y confiar en que todo iba a resultar bien. Fue bastante aterrador en ese momento, pero mirando hacia atrás fue una de las mejores decisiones que tomé. Apenas me retiré, pude dejar de asistir a las clases obligatorias que no me interesaban y comencé a asistir irregularmente a las que se veían interesantes.

No todo fue romántico. No tenía dormitorio, dormía en el piso de los dormitorios de amigos, llevaba botellas de Coca Cola a los depósitos de 5 centavos para comprar comida y caminaba 11 kilómetros, cruzando la ciudad todos los domingos en la noche para conseguir una buena comida a la semana en el templo Hare Krishna. Me encantaba. La mayor parte de las cosas con que tropecé siguiendo mi curiosidad e intuición resultaron ser inestimables posteriormente. Les doy un ejemplo: en ese tiempo Reed College ofrecía quizás la mejor instrucción en caligrafía del país. Todos los afiches, todas las etiquetas de todos los cajones estaban bellamente escritos en caligrafía a mano en todo el campus. Debido a que me había retirado y no tenía que asistir a las clases normales, decidí tomar una clase de caligrafía para aprender. Aprendí de los tipos serif y san serif, de la variación de la cantidad de espacio entre las distintas combinaciones de letras, de lo que hace que la gran tipografía sea lo que es. Fue hermoso, histórico, artísticamente sutil de una manera en que la ciencia no logra capturar, y lo encontré fascinante.

**Nada de esto tenía incluso una esperanza de aplicación práctica en mi vida. No obstante, diez años después, cuando estaba diseñando la primera computadora Macintosh, todo tuvo sentido para mí.** Y todo lo diseñamos en la Mac. Fue la primera computadora con una bella tipografía. Si nunca hubiera asistido a ese único curso en la universidad, la Mac nunca habría tenido tipos múltiples o fuentes proporcionalmente espaciadas. Además, puesto que Windows sólo copió la Mac, es probable que ninguna computadora personal la tendría.



## MANTENGANESE LOCOS! La línea de tiempo y el tiempo de la vida Por Steve Jobs

Si nunca me hubiera retirado, nunca habría asistido a esa clase de caligrafía, y las computadoras personales no tendrían la maravillosa tipografía que tienen. Por supuesto era imposible conectar los puntos mirando hacia el futuro cuando estaba en la universidad. Sin embargo, fue muy, muy claro mirando hacia el pasado diez años después. Reitero, no pueden conectar los puntos mirando hacia el futuro; solamente pueden conectarlos mirando hacia el pasado. Por lo tanto, tienen que confiar en que los puntos de alguna manera se conectarán en su futuro. Tienen que confiar en algo – su instinto, su destino, su vida, su karma, lo que sea. Esta perspectiva nunca me ha decepcionado, y ha hecho la diferencia en mi vida.

### La segunda historia es sobre amor y pérdida

Yo fui afortunado – descubrí lo que amaba hacer temprano en la vida. Woz y yo comenzamos Apple en el garage de mis padres cuando tenía 20 años. Trabajamos duro y en 10 años Apple había crecido a partir de nosotros dos en un garaje, transformándose en una compañía de US\$2 mil millones con más de 4.000 empleados. Recién habíamos presentado nuestra más grandiosa creación – la Macintosh – un año antes y yo recién había cumplido los 30. Y luego me despidieron. ¿Cómo te pueden despedir de una compañía que comenzaste? Bien, debido al crecimiento de Apple contratamos a alguien que pensé que era muy talentoso para dirigir la compañía conmigo, los primeros años las cosas marcharon bien. Sin embargo, nuestras visiones del futuro empezaron a desviarse y finalmente tuvimos un tropiezo. Cuando ocurrió, la Junta del Directorio lo respaldó a él. De ese modo a los 30 años estaba afuera. Y muy publicitadamente fuera. Había desaparecido aquello que había sido el centro de toda mi vida adulta, fue devastador. Por unos cuantos meses, realmente no supe qué hacer. Sentía que había decepcionado a la generación anterior de empresarios – que había dejado caer el testimonio cuando me lo estaban pasando. Me encontré con David Packard y Bob Noyce e intenté disculparme por haberlo echado a perder tan estrepitosamente. Fue un absoluto fracaso público e incluso pensaba en alejarme del valle. No obstante, lentamente comencé a entender algo – Yo todavía amaba lo que hacía. El revés ocurrido con Apple no había cambiado eso ni un milímetro. Había sido rechazado, pero seguía enamorado. Y así decidí comenzar de nuevo.

**En ese entonces no lo entendí, pero sucedió que ser despedido de Apple fue lo mejor que podía haberme pasado. La pesadez de ser exitoso fue reemplazada por la liviandad de ser un principiante otra vez, menos seguro de todo. Me liberó para entrar en uno de las etapas más creativas de mi vida.** Durante los siguientes cinco años, comencé una compañía llamada NeXT, otra compañía llamada Pixar, y me enamoré de una asombrosa mujer que se convirtió en mi esposa. Pixar continuó y creó la primera película en el mundo animada por computadora, Toy Story, y ahora es el estudio de animación más exitoso a nivel mundial. En un notable giro de los hechos, Apple compró NeXT, regresé a Apple y la tecnología que desarrollamos en NeXT constituye el corazón del actual renacimiento de Apple. Además, con Laurene tenemos una maravillosa familia. Estoy muy seguro de que nada de esto habría sucedido si no me hubiesen despedido de Apple. Fue una amarga medicina, pero creo que el paciente la necesitaba. **En ocasiones la vida te golpea con un ladrillo en la cabeza. No pierdan la fe. Estoy convencido que lo único que me permitió seguir fue que yo amaba lo que hacía. Tienen que encontrar eso que aman. Y eso es tan válido para su trabajo como para sus amores. Su trabajo va a llenar gran parte de sus vidas y la única manera de sentirse realmente satisfecho es hacer aquello que creen es un gran trabajo.** Y la única forma de hacer un gran trabajo es amando lo que hacen. Si todavía no lo han encontrado, sigan buscando. No se detengan. Al igual que con los asuntos del corazón, sabrán cuando lo encuentren. Y al igual que cualquier relación importante, mejora con el paso de los años. Así que sigan buscando hasta que lo encuentren. No se detengan.

### La tercera historia es sobre la muerte

Cuando tenía 17 años, leí una cita que decía algo parecido a “Si vives cada día como si fuera el último, es muy probable que algún día hagas lo correcto”. A mí me impresionó y desde entonces, durante los últimos 33 años, me miro al espejo todas las mañanas y me pregunto: “Si hoy fuera en último día de mi vida, ¿quería hacer lo que estoy a punto de hacer hoy?” Y cada vez que la respuesta ha sido “No” por varios días seguidos, sé que necesito cambiar algo.

## MANTÉNGANSE LOCOS!

### La línea de tiempo y el tiempo de la vida

#### Por Steve Jobs

13

Recordar que moriré pronto constituye la herramienta más importante que he encontrado para ayudarme a decidir las grandes elecciones de mi vida. Porque casi todo – todas las expectativas externas, todo el orgullo, todo el temor a la vergüenza o al fracaso – todo eso desaparece a las puertas de la muerte, quedando solamente aquello que es realmente importante. Recordar que van a morir es la mejor manera que conozco para evitar la trampa de pensar que tienen algo que perder. Ya están desnudos. No hay ninguna razón para no seguir a su corazón.

Casi un año atrás me diagnosticaron cáncer. Me hicieron un scanner a las 7:30 de la mañana y claramente mostraba un tumor en el páncreas. Yo ni sabía lo que era el páncreas.

Los doctores me dijeron que era muy probable que fuera un tipo de cáncer incurable y que mis expectativas de vida no superarían los tres a seis meses.

Mi doctor me aconsejó irme a casa y arreglar mis asuntos, que es el código médico para prepararte para la muerte. Significa intentar decirle a tus hijos todo lo que pensabas decirles en los próximos 10 años, decirlo en unos pocos meses. Significa asegurarte que todo esté finiquitado de modo que sea lo más sencillo posible para tu familia. Significa despedirte.

Viví con ese diagnóstico todo el día. Luego al atardecer me hicieron una biopsia en que introdujeron un endoscopio por mi garganta, a través del estómago y mis intestinos, pincharon con una aguja mi páncreas y extrajeron unas pocas células del tumor. Estaba sedado, pero mi esposa, que estaba allí, me contó que cuando examinaron las células en el microscopio, los doctores empezaron a llorar porque descubrieron que era una forma muy rara de cáncer pancreático, curable con cirugía. Me operaron y ahora estoy bien.

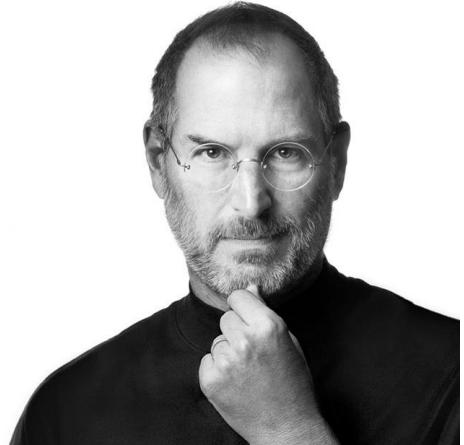
Fue lo más cercano que he estado a la muerte y espero que sea lo más cercano por unas cuantas décadas más. Al haber vivido esa experiencia, puedo contarla con un poco más de certeza que cuando la muerte era un útil pero puramente intelectual concepto:

Nadie quiere morir. Incluso la gente que quiere ir al cielo, no quiere morir para llegar allá. La muerte es el destino que todos compartimos. Nadie ha escapado de ella. Y es como debe ser porque la Muerte es muy probable que sea la mejor invención de la Vida. Es el agente de cambio de la Vida. Elimina lo viejo para dejar paso a lo nuevo. Ahora mismo, ustedes son lo nuevo, pero algún día, no muy lejano, gradualmente ustedes serán viejos y serán eliminados. Lamento ser tan trágico, pero es muy cierto. **Su tiempo tiene límite, así que no lo pierdan viviendo la vida de otra persona. No se dejen atrapar por dogmas – es decir, vivir con los resultados del pensamiento de otras personas. No permitan que el ruido de las opiniones ajenas silencien su propia voz interior. Y más importante todavía, tengan el valor de seguir su corazón e intuición, que de alguna manera ya saben lo que realmente quieren llegar a ser. Todo lo demás es secundario.**

Cuando era joven, había una asombrosa publicación llamada The Whole Earth Catalog, que era una de las biblias de mi generación. Fue creada por un tipo llamado Steward Brand no muy lejos de aquí en Menlo Park, y la creó con un toque poético. Fue a fines de los 60, antes de las computadoras personales y de la edición mediante microcomputadoras, por lo tanto, en su totalidad estaba editada usando máquinas de escribir, tijeras y cámaras polaroid. Era un tipo de Google en formato de edición económica, 35 años antes de que apareciera Google: era idealista y rebosante de hermosas herramientas y grandes conceptos.

Steward y su equipo publicaron varias ediciones del The Whole Earth Catalog, y luego cuando seguía su curso normal, publicaron la última edición. Fue a mediados de los 70 y yo tenía la edad de ustedes. En la tapa trasera de la última edición, había una fotografía de una carretera en el campo temprano en la mañana, similar a una en que estarían haciendo dedo si fueran así de aventureros. **Debajo de la foto decía: "Manténganse hambrientos. Manténganse descabellados". Fue su mensaje de despedida al finalizar. Manténganse hambrientos. Manténganse locos. Siempre he deseado eso para mí. Y ahora, cuando se gradúan para empezar de nuevo, es lo que deseo para ustedes.**

**Manténganse hambrientos. Manténganse locos. Muchas gracias!**



## DESDE EL REINO DE LO METAFÓRICO ...

### Un sueño ... De Darío Ergas

14

*Un sueño, llamado Sueño, habló un día con el hombre llamado Hombre y le preguntó:  
¿Hombre puedes tomarme, hacerme tuyo y convertirme en realidad, en esa realidad que entra por tus ojos, por tus oídos y gustas en tu cuerpo?*

*Hombre acarició a Sueño en su corazón y lo envolvió de esperanza.*

*Entonces Hombre le dijo a Sueño: aquí tienes la esperanza para que puedas vivir por siempre, hasta que cumplas tu destino, llegues a Realidad y yo pueda sentirte con mi cuerpo.*

*Así Sueño comenzó a vivir en el interior de Hombre y Hombre lo fue llevando por el tiempo.*



*Un día Sueño le dijo a Hombre: Hombre, ya estoy cansado, no logré llegar a Realidad y no quiero continuar en este intento. Me despido y me desvanezco.*

*Hombre sufrió y lloró. ¡No puedes marcharte, te llevas la esperanza que te di al abrazarte en mi corazón!*

*Hombre miró a Sueño mientras se esfumaba y sentía que la esperanza se esfumaba con él y el llanto salía como si se licuara el alma.*

*Se acercó entonces otro sueño llamado Sueño al hombre llamado Hombre.  
Sueño le pidió a Hombre que lo llevará al lugar llamado Realidad.  
No puedo, dijo el hombre, ya otro sueño me robó la esperanza y desvaneció.*

*Si puedes le dijo Sueño, siempre puedes!*

*Entonces Hombre volvió a acariciar a Sueño en su corazón y lo envolvió de esperanza y llevó a Sueño hasta el lugar llamado Realidad. Al llegar a Realidad, Sueño se despidió, agradeció y se desvaneció.  
Hombre miró a Sueño esfumarse en Realidad y sintió que la esperanza se esfumaba con él.  
Se acercó entonces otro sueño llamado Sueño al hombre llamado Hombre...*

*Sueño le pidió a Hombre que lo llevará al lugar llamado Realidad.  
No puedo, dijo el hombre, ya otros sueños se presentaron y me engañaron dejándome en el vacío, no confío mas en ustedes.*

*Si puedes le dijo Sueño, siempre puedes!*

*Tienes siempre la opción, pero por supuesto una de ellas es darte por vencido, y aunque no me lo has pedido te ensañare algo; es posible que yo y mis hermanos te visitemos una y otra vez hasta que tu sinceridad y el contacto con tu corazón sean sinceros*

*Entonces Hombre volvió a acariciar a Sueño nuevamente en su corazón y lo envolvió de esperanza y llevó a Sueño hasta el lugar llamado Realidad...*

*Cuenta la leyenda, que Hombre fue visitado mas veces pero cuando Sueño partía ya no se sentía triste y perdido, sino que estaba atento a la llegada de un nuevo Sueño cada vez mas sincero, hasta que llegó ese ultimo, ese que reconoció con solo verlo, su búsqueda había terminado, había un calor distinto en el corazón, esta vez Sueño se encendió para acompañarlo toda su vida, muchos a partir de ese día se acercaron para acompañarlo en su camino, otros solo para oírlo hablar, todos se sentían reconfortados y llenos de esperanza estando con él...*