

DANIEL HABIF

RUGE

O ESPERA A SER DEVORADO

Daniel Habif

Ruge o espera a ser devorado

Contenido

INTRODUCCIÓN	15
Inspirar	15
Inflamar	17
Rugir	20
 Capítulo 1	
INSPIRA.....	25
Talentos	27
Tus inteligencias	31
Inteligencia musical	35
Inteligencia cinestésico-corporal	36
Inteligencia lógico-matemática	36
Inteligencia viso-espacial	36
Inteligencia lingüística	37
Inteligencia naturalista	37
Inteligencia interpersonal	37
Inteligencia intrapersonal	38
Disposición y confianza	39
Autoconocimiento	42
Eneagramas	45
Eneatipo 1	52
Eneatipo 2	53

Eneatipo 3.....	54
Eneatipo 4.....	56
Eneatipo 5.....	57
Eneatipo 6.....	58
Eneatipo 7.....	59
Eneatipo 8.....	60
Eneatipo 9.....	62
Heridas	65
Máscaras.....	68
Conductas que congelan.....	73
Conductas que estancan al eneatispo 1	74
Conductas que estancan al eneatispo 2	74
Conductas que estancan al eneatispo 3	75
Conductas que estancan al eneatispo 4	75
Conductas que estancan al eneatispo 5	76
Conductas que estancan al eneatispo 6	76
Conductas que estancan al eneatispo 7	76
Conductas que estancan al eneatispo 8	77
Conductas que estancan al eneatispo 9	77
Autenticidad y consistencia.....	78
Vergüenza y culpa.....	83
Solo la culpa	86
Dónde apoyarte.....	89
Quitar la piedra	94
La dureza del corazón	96
Lo mejor está por venir	100

Capítulo 2

INFLAMA.....	105
Coleccionista de borrascas	106
Tormentas de odio.....	108
La fama de Jesús	109

Más rápido	111
Distraídos	115
Atención y enfoque.....	121
Turbulencias	126
El pecado de la pereza	134
Pereza dinámica	139
Receta de las decisiones	146
Alistar los ingredientes.....	149
Los aparejos.....	156
Análisis del clima/contexto.....	158
Los factores invisibles	161
Resonancia	163
Modelo de influencia.....	167
La manipulación del regalo	172
Darlo todo	176
Los valientes.....	180

Capítulo 3.

RUGE 185

Dominio propio	187
El poder de la espera.....	191
Nuestros malvaviscos	196
Los diagramas de propósito	201
Mapa de intención	208
Relación con el dinero.....	214
Hacer dinero es un arte	218
Contabilidad mental.....	222
No calles	228
Dolor fantasma.....	232
El estigma	236
El veredicto	240
La última llamada	243

Arte en el desastre	247
¿De rígido a flexible?	250
Vuelve a Dios	255
El reino de tu existencia	259

Introducción

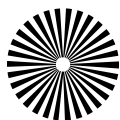
No más silencio. Dentro de ti hay un poder gigante que contiene un grito, solo que lo has atado con dudas y con miedos, pero sigue allí clausurado, con la garganta apagada, amordazado con la opresiva censura que le has impuesto: la misma con la que has acallado tus sueños.

Este libro es para desatarlo y cortar sus mordazas, porque ese grito —largamente enmudecido— derribará las paredes y doblará los barrotes que te encierran. Dependerá de ti decidir si te sales o te quedas donde te han atrapado.

Nuestro proceso y aprendizaje durante cada página consistirá en tres pasos: inspirar, inflamar y rugir. Luce simple, pero conlleva dedicados esfuerzos, especialmente de esos que debes ejecutar dentro de ti.

FRACASAR ES UN MILLAR
DE VECES MÁS VALIENTE QUE NO
INTENTAR.

Inspirar



Inspirar tiene que ver con la carga energética que nos define, con una revisión profunda de nuestras

creencias y conductas. Consiste en inflarnos con el aire sanador de la quietud. Cuando intentamos volver a comenzar es indispensable visitar los pilares de la edificación que nos sustenta. Auditaremos los flujos de nuestro balance emocional para suspender las transacciones que nos desangran y cerrar las cuentas con los acreedores que exigen pagos que ya hemos saldado cientos de veces, facturas que ya no debemos. El más fiero de estos cobradores está dentro de nosotros, con su recibo de lesiones y de culpas. Esa contabilidad hace también registro de las heridas que hemos ido acumulando desde nuestra más temprana infancia, y suma los talentos, los valores, las convicciones y la confianza para arrojarlos un balance positivo. Vamos a permitirnos hacer una evaluación de nuestras conductas y tendencias, no para definir lo que somos, sino para tener un punto de partida en nuestro viaje interior. Autoexplorarnos es una urgente bocanada de aire cuando no hemos salido de la asfixia cotidiana.

Antes que nada, debemos saber si estamos en un lugar seguro. De poco servirá imaginar quiénes escucharán nuestros gritos si no hallamos seguridad y solidez donde hoy residen nuestros murmullos. Es necesario evaluar a quién puedes confiar las vergüenzas que provienen de tus culpas y con quiénes no sientes pudor de ser como eres.

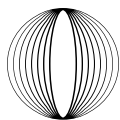
La exploración interna se acompaña con la del entorno, es decir, aquello que hemos escogido para crear nuestro reino personal, como el dinero, las relaciones o los negocios. Tú y yo les concedemos a estos elementos un poder que se manifiesta claramente en la forma como interactuamos con ellos, y la jerarquía y el peso que les damos modifican ciertas condiciones en nuestras vidas. La evaluación interna nos revela a quiénes honramos: desde las personas que amamos o admiramos hasta las instituciones, símbolos, conceptos o ideologías que respetamos. Todo ello moldea nuestros ideales.

La honra desnuda y, en buena medida, dice lo que somos y lo que nos define.

Por supuesto, no hay forma de llenarnos si nos mantenemos vacíos de Dios. Incluso para los no creyentes es necesario establecer un vínculo con lo interno, encontrar una conexión entre la dimensión del misterio y esta realidad física que, de alguna manera, obsesivamente encuentra cientos de teorías para poder describirla, pero ninguna que nos permita comprenderla del todo. Cada nuevo descubrimiento relacionado con los aspectos elementales de la física nos acerca más a Dios y nos aleja de una concepción mecánica del universo. Por ello, la inspiración es un momento adecuado para conversar en silencio sobre la muerte misma y para recordar nuestra facultad de engendrar vida.

En resumen, inspirar es vaciarnos de nosotros mismos y llenarnos de lo eterno, de lo que no perece, del fabuloso misterio que somos y, en el misterio, redescubrirnos para liberar todo nuestro estallido interior, hacer una cita con la soledad de las preguntas que bien sabemos responder, pero que tanto nos cuesta formular.

Inflamar



Una vez cargado nuestro pecho, será el momento de inflamarlo, de concentrar esas reflexiones de lo que somos para trazar un plan de acción. Para ello, primero debemos analizar cómo tomar decisiones inteligentes; se trata de la más importante de las habilidades, y no es más que mirar hacia adelante sin que la vista se nuble con los sesgos y falacias que tejen nuestros modelos mentales. Las decisiones perfectas no existen, solo llegarías a ellas por medio del azar. Nuestro trabajo consiste en conocer las causas

principales de las distorsiones que nos llevan, una y otra vez, a cometer los mismos errores.

EL AMOR NO ES UN MILAGRO, ES UNA
DECISIÓN; Y EL MILAGRO **ES DECIDIRLO**
TODOS LOS DÍAS.

Luego, atravesaremos las tormentas del odio y las críticas que intentan arrancarnos lo que somos hasta despojarnos de las fuerzas para avanzar. Cruzarlas, aun sabiendo el riesgo de naufragar, servirá para cargarnos y alcanzar la calma y el cielo despejado de la confianza y la paz. Pasaremos por las opiniones que recibimos y por el porqué de nuestras reacciones ante ellas. No es posible completar una carrera de 100 metros con la mirada fija en el público; no hallaríamos el curso hacia la meta. Concentrarnos en las rechiflas y en los abucheos nos obliga a suspender el enfoque en nuestro éxito. Que algunos se estanquen para ocuparse de nosotros no es motivo para detenernos.

Analizaremos también a qué le ponemos atención. Estar atentos es un talento que debemos pulir. Enfocar nuestra atención en el momento presente con todo nuestro ser es un lujo que no todos saben permitirse en este mundo aferrado a lo urgente. El único rumbo posible es aquel al que dediquemos todos los focos, por eso debemos cuidarnos de que no sea el pasado, el rencor o la culpa. Antes de rugir debemos contener el aliento y concentrarnos en lo que deseamos hacer y en cómo lo lograremos.

Enfocarnos en las cosas correctas es una de las principales virtudes de estos tiempos en los que el ruido jamás se calla. El ruido llega a nosotros incluso en los momentos de descanso. La pausa ha dejado de ser un abono a nuestra imaginación para tornarse en un contaminante. Descansar ya no

es esa oportunidad para ser auténticos, sino un incentivo para insistir en ser una burda imitación de los demás.

Inflamar también implica tomar la lección para saber analizar quiénes han tejido hilos sobre nuestros hombros para manejarnos como marionetas. Estar atentos a las influencias cobra un peso trascendente en tiempos en los que hemos perdido el control de lo que consumimos; el bombardeo de información, sobre el que nuestros padres y abuelos podían ejercer algún control, ha alcanzado un poder indescriptible.

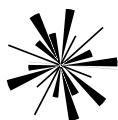
La coyuntura incrementa el valor de saber cómo podemos ejercer influencia sobre otros. Nos han enseñado que la persuasión es un conjunto de técnicas para lograr que los demás se adhieran a nuestra voluntad, aunque no lo quieran hacer. Esa es la razón por la que estas propuestas no cumplen su cometido y terminan por ser abandonadas. Hemos errado al buscar una lámpara de Aladino que conceda el deseo del control mental, cuando el camino correcto es entender cómo nuestras ideas, con sus fortalezas y debilidades, pasan a ser analizadas desde la perspectiva conveniente y de la forma adecuada.

BONITO DESPERTAR
Y VER EN EL REFLEJO **A UNA BUENA**
PERSONA.

Persuadir es, en buena medida, una forma de enfatizar tus perspectivas, de hacerlas escuchar y de lograr que tus pares se sientan a gusto con ellas, aunque sean opuestas a su visión. Lograr que la gente haga lo que tú quieras, al costo que sea, es alejarte de la influencia para entrar en las oscuras fronteras de la manipulación. De allí que dediquemos un segmento a técnicas para provocar un efecto positivo en otros, y con ellas aprender a defendernos de las artimañas de la manipulación.

La fuerza de voluntad es otra herramienta clave cuando convertimos la quietud del aire en rugido. Por eso, discutiremos sobre ella y sobre la lucha que ocurre entre dos personas que viven en diferentes puntos en el tiempo: la del ahora, que goza de un disfrute inmediato, y la del futuro, con la que no siempre nos identificamos. En ese cruce nos toca elegir entre un camino corto hacia un placer seguro y otro largo e impreciso, pero con destino hacia lo que siempre hemos soñado.

Rugir

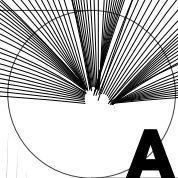
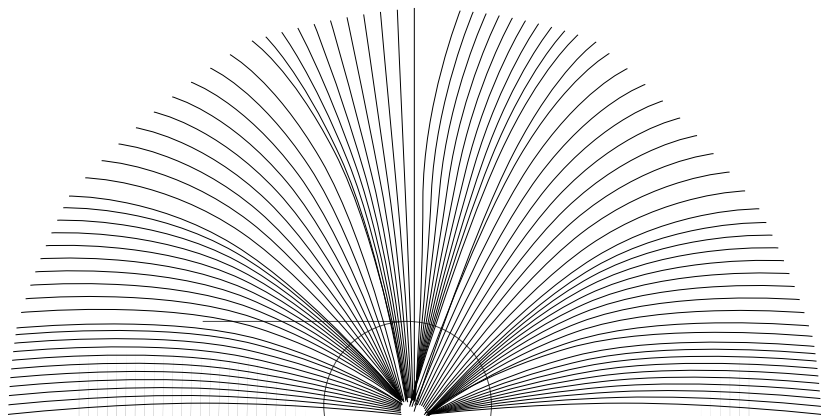


Este último paso tiene que ver con la contundencia del rugido, con los hechos, las acciones y su significado. Se trata, en realidad, de un inicio, de una apuesta que ya no acepta un solo paso atrás y para la cual debemos hacer transacciones que nos permitan apostar por esa persona que deseamos ser.

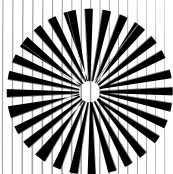
Comenzaremos explorando la importancia del dominio propio. Este nos permite navegar sofisticadamente por el tiempo, ya sea para quedarnos en el placer fugaz del presente o enfocarnos en un futuro próspero, lo cual será posible si sabemos invertir en nuestros ideales, deseos, emociones y conductas. Cada esfuerzo, cada empeño, cada sacrificio aumenta el saldo de nuestro beneficio esperado.

Uno de los trueques que debemos hacer es el del silencio; debemos intercambiarlo por la paz interior. Muchas veces callamos porque es una salida fácil, pero en lugar de desechar cierto peso en el silencio, encontramos que solo sirve para acumular angustias que no paran de crecer. A veces callamos para huir de la realidad, y otras, peor aún, para arrojar sobre los demás lo que no podemos enfrentar.

CUANDO ABRES
UN LIBRO,



**APARECEN
UN
PAR
DE
ALAS.**



Uno de los principales pasos para expandir todo el poder contenido, aunque sorprenda, es abandonar: dejar atrás algunas cosas aprendidas que damos como verdades absolutas. Puede ser extrañamente fácil dejar de hacer cosas que nos gustan, pero resulta insufrible la lucha por abandonar aquellas que nos hieren. Queremos ser fuertes, pero ignoramos que ser vulnerables requiere mayor fortaleza que ser brutales, porque la vulnerabilidad es una manera de ser inquebrantables. Aprender a dejar ir es una insignia de valentía e integridad: es valiente asumir su consecuencia, es íntegro asumir la responsabilidad que nos corresponde.

ORAS PARA QUE DIOS TE quite las
CARGAS, **PERO TE AFERRAS A ELLAS.**

Esta discusión nos cuestiona cuántos errores estamos dispuestos a procesar y cómo hacerlos jugar a nuestro favor. De la ciencia de materiales nos hemos adjudicado el término *resiliencia* y lo hemos incorporado para describir nuestra conducta. Los resultados que he visto me hacen concluir una de dos posibilidades: que aún debemos aprender un poco más de ingeniería, o que seguimos equivocados en descifrar el comportamiento humano. Insistimos en confundir la resiliencia con la resistencia, en darle a la primera los atributos de la segunda, con lo que ninguna de ellas gana valor.

Cuanta más presión contengas, más aumentarás la potencia y el volumen de tu rugido, pero también será mayor el cansancio y seductora la opción de dejarte llevar por el confort del suspiro liberador de caer en la tentación. Toma aire, reténlo en el pecho y grita con una potencia que vacíe los silencios contenidos en el dolor y en los miedos. Ese es el sentido de rugir: cabalgar salvajemente en dirección a tus sueños. Hay quienes lo llamarán nubes de polvo; otros dirán que es

artificio y circo, pero es invaluable hacer estallar lo que atesoras dentro de ti.

Escúchate. Atiende con cuidado lo que te tienes que decir. Ignora los ataques y las burlas antes de que apaguen tu voz. Analiza con precisión cuál será el tono y el arrojo de tu grito, y desata ese poder contenido.

Hazlos temblar.

¡Ruge! Que todos escuchen lo que tienes que decir.

¡Ruge! Que no te quede nada por dentro.

¡Ruge! Que se acabe la tiranía del silencio.