

STOP

LA CONTRAPARADOJA



La vida es un viaje de búsqueda
de uno mismo, dentro de un mundo
en cambio permanente.

EFRÉN MARTÍN

ÍNDICE

Prólogo	8
Agradecimientos	9
EPÍLOGO EMPECEMOS POR EL FINAL	10
Cambiar es despertar... es recomenzar	12
¡ATENCIÓN! PERSPECTIVA NO ORDINARIA	14
Arranca, quita el freno... y limpia el cristal	16
Genética y Cultura nos definen en Parte... pero no en Todo	18
Acostúmbrate a la incertidumbre... y a tu confusión	20
Mejor que ser un "personaje"... es ser auténtico	22
Mira hacia fuera... para distinguir héroes y villanos	24
Rompe moldes... o te moldearán	26
Toma decisiones difíciles... sin soluciones absurdas	28
Muestra ingenio... aunque te crean loco	30
Asume las alternativas ilusorias... y aprovecha las reales	32
Anula la resistencia ajena... y propia	34
Crea un campo emocional positivo... evitando discusiones	36
EGO-ISMOS NUESTROS DEMONIOS	38
Ten la mente abierta a todo... menos a la superstición	40
Te has acostumbrado... a estar prisionero	42
Corta por lo sano... con delicadeza	44
Afronta todos los retos... sin lamentarte	46
No aceptes condicionamientos genéticos... ni culturales	48
¿Te-ismo, Ate-ismo... Agnóstico? (sin ismo)	50
Ser político o apolítico... es una ilusión de alternativas	52
Rechaza la información... contaminada	54
CAMBIO ÁRBOLES Y BOSQUE	56
Cambia la Parte... que lo cambia Todo	58
Observa la Unidad... a través de las Partes	60

ÍNDICE

Ni te resistas, ni te rindas... renuncia	62
Avanza con cautela... para construir confianza	64
Usa el ingenio propio... y ajeno	66
No compares... valora	68
No pienses en lo que pierdes... ni en quien te lo quita	70
Cuida la imagen ajena... como si fuera propia	72
RESISTENCIA UN MURO DE NARRACIONES	74
Has de saber que el objeto... está en el sujeto	76
Construye con palabras... realidades alternativas	78
Dedica tiempo al lenguaje... porque es tu espacio-tiempo	80
Controla tu futuro... reescribiendo tu pasado	82
Resuelve tus disonancias... y las de los demás	84
Acostúmbrate a preguntar... más que a aconsejar	86
Ni busques agradar... ni temas el rechazo	88
Elogia siempre... sobre todo al reprender	90
Para aumentar tu influencia... cambia una letra	92
¡PÁRATE! ABRE LOS OJOS	94
¡Para ya!... si quieres	96
La exigencia empobrece... el significado enriquece	98
No vivas para trabajar... vive tu trabajo	100
Vive sin miedo... y con buen nombre	102
Vence... y perdona	104
Cultiva la noluntad para que... no te importe perder	106
Busca tu luz... y aférrate a ella	108
Antes de dar lecciones... apréndelas	110
MAPA: 5 R's TERMINEMOS POR EL INICIO	112
STOP... cambio mental y material	114
Un poco (muy poco) de Filosofía y Ciencia	116
Un poco (muy poco) de Lingüística y Transformación	117
Un poco (muy poco) de Psicología Social	118
Autores de referencia	119



¡ATENCIÓN!
PERSPECTIVA NO ORDINARIA

La vida: un viaje heroico, una aventura



Una vez fijado el destino, tomemos conciencia de dónde estamos y actuemos con inteligencia y valor. Joseph Campbell en "El héroe de las mil caras" afirma: *"El laberinto se conoce meticulosamente; sólo tenemos que seguir el hilo del camino del héroe. Y donde habíamos pensado encontrar algo abominable, encontraremos un dios; y donde habíamos pensado matar a otro, nos mataremos nosotros mismos; y donde habíamos pensado que salíamos, llegaremos al centro de nuestra propia existencia; y donde habíamos pensado que estaríamos solos, estaremos con el mundo"*.

Su obra integra las más diversas leyendas en una estructura circular coherente, con una tipología de personajes que se repite una y otra vez. Pero lo realmente inquietante es la visión de ese laberinto circular, donde las cosas no son lo que parecen ser.

Procuremos entender la naturaleza del camino por el que, sin opción, hemos de transitar. Viajemos por la realidad mental y material, que sólo puede comprenderse desde una perspectiva no ordinaria; pues la lógica formal no puede desvelar el engaño de *contradicciones, creencias y paradojas*.

Arranca, quita el freno...

Stephen R. Covey, definió un procedimiento gráfico para vencer la resistencia: *“Quitar el freno antes de acelerar”*.

Lo habitual, sin embargo, es que hagamos el triple de esfuerzo en tensionar que en relajar. Tendemos a empujar las puertas que se abren hacia dentro y tirar de las que se abren hacia fuera, aumentando resistencias.

El cerebro, segundo órgano favorito de Freud y Woody Allen, nos ha permitido subsistir en la naturaleza; pero no nos permite vivir y disfrutar en la civilización. Hoy como ayer se autosabotea ante peligros más imaginarios que reales, cediendo su sangre a los músculos, para atacar o huir, sacrificando la inteligencia.

Gisela Perren-Klinger, ha observado las reacciones que manifestamos cuando en nuestras vidas algo nos abruma:

- *Retraimiento*, por sentimiento de desamparo, indefensión y sensación de pérdida de control sobre la vida.
- *Narración interrumpida*, produciéndose una ruptura de la perspectiva planificada sobre el guión vital.
- *Golpe de distrés* -estrés negativo- que impide cualquier tipo de disfrute.

Son reacciones físicas, mentales y emocionales de las que es difícil dissociarse, que se realimentan mutuamente y que desatan nuestros mayores obstáculos, los internos; aunque a veces sean útiles para reajustar la puerta desquiciada en que podemos convertirnos. Lo importante es no quedar aprisionados ni terminar siendo el freno mismo.

Podemos rearmar el cerebro para que recupere riego y lucidez, con ejercicio físico, risa, descanso, respiración y alimentación; así como reactivar la mente con meditación, metas, significados y diálogos. La concepción del cambio también cuenta: no es igual considerarlo amenaza, desafío, oportunidad o aportación.

El problema es la forma de ver el problema

... y limpia el cristal

Pero, ¿cómo conseguir una visión clara y lúcida? Nos enseñan a construir prejuicios polarizados absurdos; narrándonos lecciones en comparación por pares: "A quien madruga, Dios le ayuda" vs. "No por mucho madrugar amanece más temprano". "El que no arriesga no gana" vs. "Hombre precavido vale por dos".

Una de las estructuras de nuestro ojo es el cristalino que, por efecto de la enfermedad o la edad, pierde transparencia dificultando la visión. Así surgen las "cataratas", que se corrigen mediante el implante de una nueva lente intraocular que sustituye a la natural deteriorada.

Podríamos concebir nuestra mente como una lente, parte de la cual se mantiene transparente -inteligencia- mientras otra se torna opaca por efecto del aprendizaje -pensamiento-.

El aprendizaje de conocimientos -pensamientos- es vital para el desarrollo cerebral, para expandir las conexiones neuronales. Pero la solución se convierte en problema cuando la realidad cambia y nuestras creencias, no.

Desaprender, ausencia de prejuicios y apertura mental -inteligencia- es igualmente vital en la edad adulta para afrontar situaciones nuevas y desconocidas, con libertad de pensamiento; mejor aún, libres de viejos pensamientos.

Cuando el ojo no está obstruido, el resultado es la visión

Este no es un libro de conocimiento, sino de cuestionamiento. El conocimiento es un alimento útil para la mente pero, como la comida, se torna tóxico cuando caduca y no se elimina. Hay que cuestionarlo a diario; porque la dialéctica de Cambio y Permanencia es la dialéctica de Inteligencia y Pensamiento.

La inteligencia es la energía del cambio, el rompehielos; mientras el pensamiento es la resistencia que se suma al duro hielo y nos impide encontrar salidas diferentes.

Genética y Cultura nos definen en Parte...

La genética es una condición determinante de nuestra biología, mientras la cultura condiciona nuestras decisiones; viviendo de acuerdo a lo que creemos que otros esperan de nosotros y no a nuestras necesidades y objetivos.

Stephen R. Covey fue el gran defensor de la importancia de lo importante, los Principios: *“Los valores controlan la conducta, los principios controlan las consecuencias de la conducta”*. Determinan lo que sucederá independientemente de nuestros deseos y voluntad. Son leyes y reglas. Por ello recomendaba encarecidamente:

Valorar los Principios

La programación socio-cultural es dura de quebrar por la tupida malla de creencias y prácticas heredadas:

Los Hamer, de Etiopía, celebran un ritual de iniciación varonil a la edad adulta llamado “Ukuli Pulá” o Bull Jumping (“Salto del Toro”). Lo más estremecedor es que las mujeres Hamer solicitan a los hombres que las flagelen con finas varas verdes. Sin soltar ni un grito de dolor bajo brutales latigazos, la piel de su espalda se abre y sangra; para terminar convirtiéndose en terribles cicatrices “honoríficas”. El gobierno quiere suprimir esta práctica, pero son las propias mujeres quienes más se resisten a abandonarla.

Nuestra sociedad tampoco está libre de todo tipo de crueldades. Algunos se rebelan ante las visiones cerriles y alienantes de sí mismos y del mundo, pasando de unas creencias a otras; para terminar en más de lo mismo. Finalizado el aprendizaje, el pensamiento se limita a justificar sus prejuicios para crear una falsa seguridad.

El *Pensamiento* no puede liberarnos del condicionamiento porque el pensamiento es el condicionamiento que, con sus fragmentarias, simples y estáticas ideas no puede reflejar la unitaria, compleja, cambiante y paradójica realidad.

... pero no en Todo

No toda la mente ha sido apresada. Una parte queda libre del condicionamiento. Es la *Inteligencia*, cuya luz nos permite acceder a otra forma de observar la realidad.

El pensamiento ordinario distingue y confunde soluciones y problemas; mientras la inteligencia ni los distingue ni los confunde gracias a la paradoja: *“En la solución está el problema”* y a la contraparadoja:

En el problema está la solución

La *Contraparadoja* es la salida de la trampa de opuestos y prejuicios del pensamiento, gracias a la visión inteligente de una realidad unitaria que esconde en cada problema su propia solución. Se resume en una frase:

Lo contrario es lo correcto

Tras padecer quemaduras de tercer grado, en el 75% de su cuerpo, Dan Ariely debía afrontar un habitual y muy doloroso proceso de cura, limpieza y desinfección. Lo que más le sorprendió es que las expertas enfermeras ignoraban que la forma menos dolorosa de retirar las vendas era hacerlo lentamente y no como hacían: de un tirón. Le costó convencerlas de que cambiasen su procedimiento, ya que ellas actuaban así para reducir su propia angustia al verle sufrir.

La visión contraintuitiva sirve para resolver problemas enquistados y también para cambiarnos a nosotros mismos, según opinaba Aristóteles: *“Hemos de tirar de nosotros en sentido contrario, pues al apartarnos del error alcanzaremos el término medio, como procuran quienes desean enderezar las vigas torcidas”*.

La contraparadoja es la causa de toda la innovación que nos acompaña desde el origen de los tiempos, pero:

Lo esencial es invisible a los ojos

Acostúmbrate a la incertidumbre...

No podemos anticipar con seguridad el viaje de nuestra vida, porque es seguro que no será como esperamos:

- La certeza ha sido sustituida por la incertidumbre de Heisenberg; la realidad resulta tan alucinante como el imaginario gato de Schrödinger; las partículas actúan como ondas y las ondas como partículas. Paradójicamente esto no liquidará la obsesión por la "verdad estática" de algunos: *"Es absolutamente cierto que nada es cierto en absoluto"*.
- Más fácil es aún confundirse con los viajeros. La identidad es fruto del pensamiento. Oscar Wilde describió el poder de nuestros estereotipos: *"Discúlpeme, no le había reconocido: he cambiado mucho"*. Y si ni uno mismo sabe cómo reaccionará ante las mil caras de la fortuna y la adversidad, ¿no es mucho más difícil ponerse en el lugar de otro, sin ser él ni estar en sus circunstancias?

Milton Erikson, uno de los terapeutas más eficaces de todos los tiempos en provocar cambios personales, no estaba condicionado por etiquetas. Una visión inteligente. Para él toda persona era única, irrepetible y no juzgable.

Tengo un título de Licenciado en Psicología que me sirve para recordar, continuamente, tres cosas:

- 1. Yo no sé qué es, en el fondo, el ser humano.*
- 2. Los demás tampoco lo saben.*
- 3. Cuando me encuentro con alguien que cree saberlo, por educación, he de contener la risa.*

Hace décadas que no surgen nuevos modelos teóricos para encasillarnos, aunque seguimos parafraseando a Abraham Maslow. Abundan las técnicas y herramientas que pueden utilizarse desde cualquier marco teórico o sin él, con el riesgo que supone. Del ser humano podríamos afirmar algo similar a lo que Lao-Tsé dijo del Tao:

El Tao que puede nombrarse no es el Tao eterno

... y a tu confusión

Según Ralph Waldo Emerson: *“El hombre es un pedazo del universo hecho vida”*. Como el mismo universo somos una unidad de unidades, un complejo sistema que no logra entenderse a sí mismo.

Pablo Neruda nos describe con impecable maestría en su poema *“Muchos somos”*: *“De tantos hombres que soy, ...*

... que somos,
no puedo encontrar a ninguno:
se me pierden bajo la ropa,
se fueron a otra ciudad.
Cuando todo está preparado
para mostrarme inteligente
el tonto que llevo escondido
se toma la palabra en mi boca.
Otras veces me duermo en medio
de la sociedad distinguida
y cuando busco en mí al valiente,
un cobarde que no conozco
corre a tomar con mi esqueleto
mil deliciosas precauciones.
Cuando arde una casa estimada
en vez del bombero que llamo
se precipita el incendiario
y ése soy yo. No tengo arreglo.
¿Qué debo hacer para escogerme?
¿Cómo puedo rehabilitarme?

Todos los libros que leo
celebran héroes refulgentes
siempre seguros de sí mismos:
me muero de envidia por ellos,
en los filmes de vientos y balas
me quedo envidiando al jinete,
me quedo admirando al caballo.
Pero cuando pido al intrépido
me sale el viejo perezoso,
y así yo no sé quién soy,
no sé cuántos soy o seremos.
Me gustaría tocar un timbre
y sacar el mí verdadero
porque si yo me necesito
no debo desaparecerme.
Mientras escribo estoy ausente
y cuando vuelvo ya he partido:
voy a ver si a las otras gentes
les pasa lo que a mí me pasa,
si son tantos como soy yo...”

Nos han hecho creer que deberíamos tener una personalidad y voluntad inquebrantables. Por esa razón, al no encontrar en sí mismas el mítico *“Yo”* unitario, muchas personas temen perder el control de sí y hasta la cordura.

Somos un “SER” al que le cuesta “ESTAR” en el mundo

Mejor que ser un “personaje”...

Todos queremos destacar, pero no solemos hacerlo de la forma apropiada. R. B. Cattell aplicó el análisis factorial al estudio de la personalidad. Entre los 16 factores para entender su estructura destaca uno: el atrevimiento. Valentía es lo que más nos hace falta, porque el miedo nos domina.

El valor es la virtud que permite conseguir las demás. ¿De qué sirve tener calidez, si la timidez frena el afecto? ¿No condiciona el miedo la estabilidad emocional? ¿Puede mantenerse sin osadía la voluntad? ¿Acaso la honradez no requiere coraje? ¿Podrás mantener sin audacia: optimismo, sensibilidad, confianza, lucidez, despreocupación, apertura al cambio, independencia, disciplina y calma?

Como dice el fotógrafo mallorquín Guillermo Durán: *“Todos nacemos con instinto de superación, queriendo aprender a caminar, a probar, a mirar, a crear... El reto es conseguir mantener ese instinto”*.

Perdemos ese instinto mediante una educación que nos condiciona para actuar al revés, de forma cobarde. Identificados con pensamientos “cautos”; nos convertimos en personajes aferrados a la seguridad. Para cambiar hay que atreverse a cambiar:

Una de mis alumnas me pidió consejo: estaba enamorada y no era correspondida. Pero alejarse del chico que le gustaba, no funcionaba. Seguía azorada sin esperanza. Le propuse probar lo contrario: que se acercara a él, le mirara y le hablara como a un joven más. Semanas después, atónita, me dijo que el mismo chico; tras cambiar ella su comportamiento, ¡le había pedido una cita! Es probable que su cambio de comportamiento aumentase su atractivo.

Cómo somos y cómo estamos ha de depender de nuestras decisiones y no de la respuesta de otros.

El valor aumenta la valía

... es ser auténtico

La identidad superficial es una creación del pensamiento, mientras la profunda se descubre con la inteligencia. La autenticidad es nuestro núcleo de oro, que va quedando sepultado bajo capas y capas de opiniones negativas que construyen un ego que oculta nuestro verdadero valor.

Hace muchos años, el reino de Siam fue atacado por los birmanos; que buscaban apropiarse de los tesoros de sus ricos templos. Uno de ellos contenía una enorme estatua de Buda, en estuco, de tan escaso valor que no fue saqueada. Incluso los tailandeses la olvidaron durante siglos. Hace algo más de cincuenta años, dicha estatua fue removida de su pedestal y se resquebrajó. En su interior apareció una fina imagen de Buda, de 3 metros y 5,5 toneladas... ¡de oro macizo! Los monjes ocultaron la riqueza... con pobreza.

Todos tenemos un fondo excelente, como seres humanos, y también formas de estar que provocan sufrimiento; por nuestra hipersensibilidad a las circunstancias adversas y a las opiniones negativas que sobre nosotros oímos -y almacenamos- en mayor proporción que las positivas. Si fallamos nos dicen -y nos creemos- que somos torpes. ¡No hay mayor engaño! Ganar o perder nos hace sentir bien o mal; pero el talento no varía: no somos mejores por la victoria, ni peores en la derrota.

Podemos caer en estados de abatimiento; pero tenemos los recursos necesarios para -con fe, inteligencia y humildad- rehacernos y alcanzar una forma de estar en armonía con nuestra humanidad.

Es en el malestar donde *lo contrario es lo correcto*: hacer, pensar y sentir menos de lo mismo. Perseverando en prácticas inteligentes mejorarán resultados y autoestima.

Esforcémonos y saquemos siempre lo mejor de nosotros.

Muestra el oro que hay en ti

Mira hacia fuera...

Atados a percepciones limitadas, podemos empezar por liberarnos de ellas, como Wayne Dyer: *"Cuando cambias el modo en que miras las cosas, las cosas que miras cambian"*.

Todos estamos entrelazados. Comprender al individuo no es posible sin tener en cuenta la interdependencia. Es evidente que no pueden existir grupos sin personas pero, aunque menos evidente, tampoco personas que no se integren en grupos que confirmen su humanidad. Es un hecho que no podemos vivir en aislamiento social. En todo caso sobreviviríamos como animales.

Una especie de zorros de Canadá exhibe una extraña periodicidad en cuanto a su aumento y disminución. En un ciclo de cuatro años alcanza un punto máximo, disminuye casi hasta la extinción y comienza a aumentar otra vez. Estos zorros se alimentan de conejos salvajes, que no tienen otro enemigo natural, por lo que muestran un ciclo idéntico pero invertido: Cuantos más zorros hay más conejos cazan, quedándose sin alimento. La disminución de zorros permite multiplicarse a los conejos y esta renovada abundancia de conejos favorece el aumento de zorros.

Dado que somos seres que reaccionan a las reacciones de los demás, es fácil pensar que el otro es el causante de nuestros disgustos. Como el otro pensará lo mismo, pero al revés, caemos en continuos conflictos.

Lo contrario es lo correcto: en lugar de considerarnos efecto, seamos causa y provoquemos con nuestro comportamiento respetuoso el respeto de los demás.

Esto sí es egoísmo inteligente y no el que definió Oscar Wilde: *"El egoísmo no consiste en vivir como nos parece, sino en exigir a los demás que vivan como nos parece a nosotros"* y *"Egoísta es todo aquel que no piensa en mí"*.

Si tú cambias, todo puede cambiar

... para distinguir héroes y villanos

Pocos han experimentado la simultánea y paradójica grandeza y miseria del ser humano con tanta intensidad como Viktor Frankl; quien describió lo mejor y lo peor de las personas, nazis o judíos, que coexistían en su campo de exterminio; sin el maniqueísmo de prejuicios partidistas:

Hay dos razas de hombres en el mundo: la de los hombres decentes y la de los indecentes. Ambas se encuentran en todas partes y en todas las capas sociales. Ningún grupo se compone de hombres decentes o de hombres indecentes, así sin más ni más.

Pero Frankl tuvo muy claro lo que somos:

Somos el ser que siempre decide lo que es

Precisamente por ello, por esa libertad de ser lo que queramos, hemos de estar atentos especialmente a que pueda producirse una sorprendente e inesperada transformación: Un buen ciudadano puede convertirse en un asesino y un delincuente en persona de bien. Un amigo en enemigo y un enemigo en aliado. La víctima en verdugo y el verdugo en víctima.

Esta percepción no es sencilla porque, además, las buenas personas se creen malas y las malas se creen buenas. Schopenhauer recurrió a la antigua sabiduría hindú para describir ese constante engaño perceptivo llamado pensamiento; presente en lo humano y lo mundano:

Es la Maya, el velo del engaño que envuelve los ojos de los mortales y les hace ver un mundo del que no se puede decir que sea, ni que no sea; pues se asemeja al sueño, al resplandor del sol sobre la arena que el caminante toma de lejos por un mar, o también a la cuerda tirada que ve como una serpiente.

Para bien y para mal, todos podemos cambiar

Rompe moldes...

Una joven directora de ventas tenía un enfrentamiento permanente con su colaboradora de más edad. Decidió hacer una reunión motivacional; y entregar a cada vendedora un reconocimiento basado en datos reales: más ventas, más ideas, etc.; incluyendo a "esa", a la más veterana del equipo. Como ésta no esperaba recibir ningún honor de su jefa, quedó anonadada ante el ramo de flores y la sincera sonrisa, dados en agradecimiento a su lealtad a la empresa. La directora comprobó, con satisfacción, que la relación entre ambas mejoró "de 0 a 80".

Pese al éxito y la ventaja evidente, es fácil imaginar que muchos jefes nunca habrían actuado así. ¿Qué ciega nuestra mente e impide ver un camino tan sencillo y elegante? La polaridad y el prejuicio del pensamiento, que afecta a percepción, lenguaje y conocimiento:

- *Polaridad.* El pensamiento se rige por la *dicotomía*, todo lo concibe en opciones opuestas. Pero existe una paradójica figura sintáctica que integra contrarios y crea otro significado. Nos referimos al *oxímoron*, que trasciende las dicotomías para crear otra alternativa: *"Reírse es un asunto muy serio"*, *"Cambio permanente"* o *"Calma tensa"*. Es la síntesis que nos saca de la espada y la pared entre tesis y antítesis. Ya Heráclito afirmaba: *"No habría armonía si no hubiese agudo y grave, que están en oposición mutua"*.
- *Prejuicio.* Se denomina *pareidolia* al engaño perceptivo que surge de una memorización previa de imágenes, que generan expectativas y contaminan la cognición de otras nuevas. Junto a estas erróneas visualizaciones, malinterpretamos las frases de otros terminándolas antes de que las finalicen, evaluándoles negativamente desde nuestra perspectiva. La *empatía* es el paradójico proceso que evita prejuicios redundantes pues, según Martin Hoffman: *"Nos hace tener sentimientos más congruentes con la situación de otra persona que con la propia"*.

... o te moldearán

El pensamiento no nos permite parar y salir de la trampa de opuestos y prejuicios, porque el pensamiento -junto al lenguaje- es la trampa. Tanto en la vida personal como en la laboral, la falta de oxímoron (significado alternativo) y exceso de pareidolia (imágenes fijas) nos aliena; al convertir a sujetos únicos en objetos estereotipados:

- *“Recursos Humanos”* mezcla de objetos y sujetos, no es un oxímoron creativo, pues insiste en definirnos como un medio, diferente al resto, pero un medio al fin y al cabo. En las organizaciones especulamos con las personas, aunque vayamos aumentando su valor: de esclavos hemos pasado a vasallos, súbditos, subordinados, colaboradores, cliente interno y capital inteligente. Algunas empresas, conscientes de esta aporía, han creado el Departamento de Personas, sin lograr con ello eliminar la disonancia, que al ocultarse se descubre. Inventariar el talento y contabilizar el conocimiento, mientras el compromiso se desvanece, es como llenar de agua un cubo agujereado.
- *“Etiquetar”*, es una pareidolia que cosifica y paraliza el desarrollo, al crear el non plus ultra de la expectativa. Nuestro amigo Jesús Mari nos relató el curioso caso de un empleado a quien sus compañeros apodaban “el nuevo”:

Lo de “el nuevo” era curioso.

Cuando yo le conocí era “el nuevo” y él llevaba en la empresa 10 años. Cuando me marché, al cabo de 20 años, seguía siendo “el nuevo”; pero lo cierto es que era de los más veteranos de la plantilla.

Nuestra vida discurre entre estereotipos que nos deshumanizan. Convertidos en “masa” las personas podemos caer en el crimen más odioso, en el estado de mínima inteligencia posible, que va más allá de agredir con acciones o palabras:

Asesinar por ideas

Toma decisiones difíciles...

La solución de problemas con objetos y datos suele resolverse con pensamiento ordinario. El camino se reduce, en esencia, a eliminar alternativas: *“La ciencia humana consiste más en destruir errores que en descubrir verdades”*, decía Sócrates. La razón termina triunfando porque *“Donde pone el ojo, pone la bala”*; si bien es un camino lento e incierto, como describe Sir Andrew Wiles, insigne matemático:

Uno entra en la primera habitación de una mansión y está en la oscuridad. En una oscuridad completa. Vas tropezando y golpeando los muebles, pero poco a poco aprendes dónde está cada elemento del mobiliario. Al fin, tras seis meses más o menos, encuentras el interruptor de la luz y de repente todo está iluminado. Puedes ver exactamente dónde estás. Entonces vas a la siguiente habitación y te pasas otros seis meses en las tinieblas. Así, cada uno de estos progresos,..., son la culminación de meses precedentes de tropezones en la oscuridad, sin los que el avance sería imposible.

Los pasos para realizar un propósito son similares a los que definen un continuo autoaprendizaje sobre el terreno:

- *Reflexionar*: Cuando una sensación, emoción, necesidad o percepción nos inquieta, hay que prestarle atención; meditando la forma de darle forma.
- *Abstraer*: Concebir la imagen nítida de un resultado satisfactorio, para uno mismo y el resto de agentes involucrados; elaborando una meta específica y realizable en un plazo.
- *Decidir*: El precio a pagar -recursos y esfuerzos- organizado en un plan con los pasos a realizar.
- *Actuar*: Acometer la acción física siguiente, de menor resistencia posible, para avanzar.

A pesar de las dificultades de los problemas técnicos:

Dios le dio los problemas fáciles a los físicos

...sin soluciones absurdas

¿Qué pasa cuando el asunto persiste, a pesar de múltiples intentos de solución? Probablemente estamos ante conflictos que implican personas y opiniones. Todo se complica al mezclarse lo real con lo mental. No se admite un verdadero o falso, porque todo punto de vista subjetivo es ambas cosas a la vez: verdadero y falso. Hemos de recurrir a una inteligencia no ordinaria. Ejemplo de crisis mal gestionada:

Una joven doctora omitió una parte del protocolo en un tratamiento e informó al equipo médico que el empeoramiento del paciente se debió a la negligencia del interesado. Cuando éste se enteró, perdió toda su confianza en ella.

Mejor habría sido responsabilizarse y remediarlo. La resistencia a hacerlo se debe a nuestra costumbre de aferrarnos al pensamiento en lugar de a la inteligencia, ante los problemas:

- *Pensar*: la perspectiva ordinaria de la Opinión. Optamos entre un continuo dilema de opuestos simples, como atacar o huir; al tiempo que creencias e imágenes nos mantienen en un permanente autoengaño.
- *Inteligir*: la perspectiva no ordinaria de la Paradoja. En griego "para" (contrario a) seguido de "doxa" (opinión), significa idea opuesta a la opinión común.

Un claro ejemplo lo tenemos en el campo motivacional, con la prescripción "*¡Sé espontáneo!*"; en virtud de la cual decirle a alguien ¡ánimate!, consigue justo lo opuesto. Que lo hagamos con la mejor voluntad, no impide que seamos víctimas de la Intención Paradójica, como dijimos en VIP.

Si nuestras acciones y omisiones logran lo contrario de lo esperado, y en lugar de cambio creamos permanencia, la salida está en invertir dichas "soluciones"; o estaremos condenados a un ciclo de "más de lo mismo" denominado:

Soluciones Intentadas Redundantes

Muestra ingenio...

Albert Einstein emitió un juicio salomónico: *“Los problemas significativos que afrontamos no pueden solucionarse en el mismo nivel de pensamiento en el que estábamos cuando los creamos”*:

Dos mujeres se disputaban la maternidad de un recién nacido. Salomón reflexionó, anticipando las consecuencias de las “soluciones habituales” de la época: examen médico, pruebas, testigos, careo, tormento, etc. Pero sólo las litigantes sabían la respuesta cierta. Lo peor es que, si erraba la sentencia, su imagen de sabio se arruinaría.

Bertrand Russell y Alfred North Whitehead advirtieron que el pensamiento cae en un obsesivo círculo vicioso al confundir *“miembros de una clase”* y *“clase”*. Si la salida no está en las opciones de una clase, es que está en otra clase de opciones:

Al entrar el matarife en escena, la falsa madre quedó perpleja y la verdadera -aterrorizada- cedió para evitar la partición; delatándose ambas espontánea e involuntariamente.

¿Cómo descubrir la VERDAD y la MENTIRA si su interés es el mismo: un niño VIVO?



PENSAMIENTO

La 3ª alternativa está en un relato diferente: hacerlas creer que el niño se les entregará MUERTO

CONTRAPARADOJA

INTELIGENCIA

El pensamiento nos ciega al caer en una ilusión de alternativas; donde los elementos de una misma clase son, en síntesis, lo mismo. La inteligencia descubre la 3ª alternativa invirtiendo supuestos y, desde un nuevo enfoque, permite vislumbrar la salida creativa que resuelve el dilema.

La *contraparadoja* es esa clase de solución que nos llena de entusiasmo y que nunca está en el mismo orden mental donde se sitúan el problema y sus soluciones intentadas redundantes.

...aunque te crean loco

Las crisis nos obligan a cambiar de enfoque y conducta:

- *La Odisea de la Especie*: La sequía al este del Rift, obligó a nuestros ancestros a descender de los árboles y erguirse, para explorar y conquistar todo el planeta.
- *El Descubrimiento*: la caída de Constantinopla dificultó el comercio oriental y facilitó poner en marcha el increíble plan de Cristóbal Colón: *"Llegar a Oriente viajando hacia Poniente"*.

En el problema está la solución. Pero, ir contra corriente y hacer lo que nadie haría, provoca el rechazo emocional en los demás por su locura aparente. Incluso los protagonistas han de tener momentos de temor y duda ante:

Soluciones aparentemente suicidas

- *Le Iacocca*: Con Ford en quiebra y un salario inicial de un dólar anual, priorizó la calidad y retó a los clientes con un eslogan de Marketing digno de manicomio: *"Busque, compare y, si encuentra un auto mejor, cómprelo"*.
- *Muhammad Yunus*: Creó un banco para dar microcréditos a personas insolventes de la India y, en esa sociedad tan machista, daba los créditos a las mujeres.
- *Nelson Mandela*: Unió a Sudáfrica mediante un complejo proceso simbólico que culminó en la final del Mundial de rugby; donde se enfundó la camiseta de los Springboks, el símbolo blanco más odiado para los de su propia etnia.

Lo contrario es lo correcto, sólo en otro orden lógico. En el mismo nivel dos contrarios son, en síntesis, lo mismo (como gobierno y oposición). Con reflexión y valor descubriremos la salida en lo más temido, lo menos deseado, en lo último que queríamos hacer. En lo que no haríamos ni locos puede estar la opción más cuerda, por insensata que parezca.

*Una persona sin opciones,
tiene todas las opciones*

El resto del documento no está disponible en esta edición de muestra.

Para leerlo completo:

https://www.amazon.es/Stop-contraparadoja-DESARROLLO-PERSONAL-PROFESIONAL/dp/1496198018/ref=sr_1_3?dchild=1&fst=as%3Aoff&keywords=efren+martin&qid=1591045036&rnid=599365031&s=books&sr=1-3