



## Paradigmas de nosotros mismos

Haz una pausa ahora mismo y considera la siguiente pregunta: ¿Te ayudan o te estorban los paradigmas que tienes de ti mismo?

Rebecca, estaba en la preparatoria, se pasó entre las alumnas una hoja de inscripción para el concurso de belleza Miss Costa Oriental. Rebecca, junto con otras muchachas, firmó. Linda, que estaba con ellas, pasó la hoja sin firmarla.

- Inscríbete - la instó Rebecca
- No, ¡cómo crees!
- ¡Vamos! Será muy divertido.
- No, de veras, no soy de ese tipo.
- ¡Claro que lo eres! ¡Creo que te irá muy bien!

Rebecca y las demás siguieron alentando a Linda hasta que finalmente se inscribió.

Por ese entonces, Rebecca no le dedicó ni un pensamiento más a aquella situación. Sin embargo, siete años después, recibió una carta de Linda en la que describía la lucha interna que tuvo que sobreponer ese día, y agradeció a Rebecca por ser la chispa que la ayudó a cambiar su vida. Linda le contó sobre la mala autoimagen que tenía en la preparatoria, y le sorprendió que Rebecca la considerara candidata a un concurso de talento. Finalmente, aceptó inscribirse tan sólo para que Rebecca y las demás compañeras la dejaran en paz.

Linda expresó que se sentía tan incómoda, que al día siguiente habló con el director del concurso y exigió que su nombre fuera eliminado de la lista. Pero al igual que Rebecca, el director insistió en que Linda participara.

# Con práctica todo se puede mejorar.



Constantemente Desarrollamos Nuestras Habilidades

Finalmente, ella aceptó.

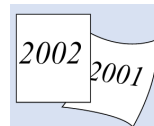


Pero sólo eso fue lo que se necesitaba. Al atreverse a participar en un evento que exigía lo mejor de ella, Linda comenzó a verse a sí misma bajo una luz nueva. En su carta, Linda agradeció a Rebecca desde lo más profundo de su ser por, en esencia, quitarle sus lentes defectuosos y quebrarlos insistiendo en que se probara un nuevo par.

Linda notó que, aunque no ganó ningún premio, había sobrepuesto un obstáculo aún mayor: la mala percepción que tenía de sí misma. Debido a su ejemplo, sus dos hermanas menores participaron en un concurso en años posteriores.

Se convirtió en un gran evento para la familia.

Al año siguiente, Linda ingreso en la sociedad de alumnos y, como Rebecca lo narra, desarrolló una personalidad vivaz y extrovertida.



Linda pasó por lo que se conoce como

**“cambio de paradigma”.**

Significa que de pronto vemos las cosas de nuevas formas, como si nos hubiéramos puesto anteojos nuevos.

