**Quiero compartir con todos ustedes compañeros una sección del libro de Eric Berne, como un instrumento que nos ayuda a tomar conciencia del valor y la importancia de nuestras capacidades. Sólo a manera de información y cada cual asume lo que le interesa y saca sus propias conclusiones.**

**Gracias.**

**Carlos Augusto Carvajal Durán**

**NACIDOS PARA TRIUNFAR**

**(RESUMEN)**

**JULIO SILVA CRUZ**

Este es un resumen que he preparado porque me parece una lectura no solo interesante sino beneficiosa. El libro en su versión original es como figura en el titulo cuyas autoras son Muriel James y Dorothy Jongeward. Ambas discípulas de Eric BERNE.

Cuando conozco algo hermoso me gusta compartir con otras personas por ello es que he preparado estos resúmenes aun cuando mi Maestro el Dr. Rafael Junchaya me tilda de salvador y que tengo un padre nutritivo muy grande. En todo caso es algo que yo quise hacer.

**1. TRIUNFADORES Y PERDEDORES**

Cada ser humano nace como algo nuevo, como algo que no existía antes; como un ser distinto dotado de todo lo necesario para triunfar en la vida. Individualmente, cada persona puede ver, oír, tocar, gustar y pensar por sí misma.

Además, cada una tiene sus propias potencialidades, sus capacidades y limitaciones. Por derecho propio, cada una puede ser una persona importante, pensante, consciente y productivamente creadora; en una palabra, posee todos los atributos necesarios para ser un triunfador.

Las palabras “triunfador” y “perdedor” tienen varios significados diferentes. Cuando nos referimos a un triunfador, no queremos decir que un individuo vence a otro derrotándolo. Nuestro empleo de la palabra triunfador está restringido a aquel individuo que responde auténticamente: aquel que en su comportamiento es veraz, confiable, sincero y sensible, tanto en su condición de individuo como de miembro de una sociedad. Un antiguo cuento que Martín Buber ha recontado resume esta idea. En su lecho de muerte, un rabino se ve a sí mismo como perdedor y se lamenta de que, en el otro mundo, no le preguntarán por qué no fue Moisés, sino por qué no fue el mismo; es decir, por qué no fue auténtico.

Pocas personas son totalmente triunfadoras o perdedoras; es una cuestión de grado. No obstante, una vez que el individuo se halla camino de convertirse en triunfador, sus probabilidades de serlo son mucho mayores.

**TRIUNFADORES**

Los triunfadores tienen diferentes potencialidades. Tener éxito no es lo más importante; sí lo es ser auténtico. La persona auténtica tiene la experiencia de su propia realidad al conocerse a sí misma, al ser ella misma y al convertirse en alguien sincero y sensible. La persona auténtica es la que realiza su propia unicidad, hasta entonces desconocida, y aprecia la unicidad de los demás.

El triunfador no consagra su vida al servicio de lo que imagina que *debe ser*, sino, por el contrario, se esfuerza por **ser él mismo** y, como tal, no consume sus energías en representaciones dramáticas, ni en falsas pretensiones, ni tampoco en manipular o inducir a otras personas en sus propios juegos. El triunfador puede revelarse como realmente es, en lugar de proyectar imágenes que agraden, inciten o seduzcan a los demás; tiene conciencia de que existe una importante diferencia entre ser cariñoso y actuar cariñosamente, entre ser estúpido y actuar estúpidamente, entre ser inteligente y actuar inteligentemente. El triunfador no necesita esconderse detrás de una máscara; se despoja de sus propias imágenes irreales de inferioridad o de superioridad y no se deja atemorizar por la autonomía.

Cada persona tiene sus propios momentos de autonomía, aunque sean transitorios. Sin embargo, el triunfador puede mantener su autonomía durante períodos cada vez más largos; en ocasiones, puede perder terreno o aun fracasar, pero, a pesar de ello, conserva la fe básica en sí mismo.

Un triunfador no se atemoriza de pensar en sí mismo ni de usar sus propios conocimientos; puede distinguir entre hechos y opiniones y no pretende tener todas las respuestas. Escucha a los demás; evalúa lo que tienen que decir, pero se reserva el derecho de llegar a sus propias conclusiones; admira y respeta a otras personas, pero no se deja definir, abatir, limitar o atemorizar por ellos.

Un triunfador no practica el juego del “desamparado” como tampoco el de echar la culpa; por el contrario, siempre asume la responsabilidad de su propia vida. No otorga a nadie falsa autoridad sobre sí porque sabe que él es su propio jefe.

El triunfador posee un justo sentido del tiempo. Responde adecuadamente a cada situación, de una manera apropiada al mensaje enviado, y en todo caso preserva la importancia, el mérito, el bienestar y la dignidad de las personas con quienes se comunica. Sabe que hay una oportunidad para cada cosa y un momento para cada actividad.

Para un triunfador el tiempo es valioso; por consiguiente, no lo malgasta. Vive aquí y ahora. Vivir en el presente no quiere decir ignorar neciamente su pasado o desperdiciar la oportunidad de prepararse para el futuro; más bien, como conoce su pasado, es consciente del presente y vive en él y espera el futuro con optimismo.

Un triunfador aprende a conocer sus sentimientos y limitaciones y no los teme; tampoco se deja intimidar por sus propias contradicciones o ambivalencias. Sabe cuándo está enojado y puede escuchar cuando los demás se enojan contra él. También puede dar y recibir afecto, o amar y ser amado.

Un triunfador puede ser espontáneo; no tiene que responder de una manera rígida o preestablecida. Puede cambiar sus planes cuando sea necesario. Al triunfador le entusiasma la vida: goza con su trabajo, el juego, la comida, las otras personas, el sexo y la naturaleza. Goza de sus triunfos sin sentimientos de culpabilidad, y de las realizaciones de los demás sin envidia.

Aunque el triunfador puede gozar libremente, también es capaz de posponer el disfrute de su placer; puede disciplinarse en el presente para gozar más intensamente después. No teme buscar lo que desea, pero lo hace de una manera apropiada; no reside su seguridad en el control sobre los demás y no se dispone a ser perdedor.

Como el triunfador se preocupa por el mundo y sus habitantes, no se aísla de la sociedad y sus problemas; se preocupa, siente compasión y se compromete en esfuerzos por el mejoramiento de la calidad de vida. Aun en la adversidad nacional o internacional, no se considera totalmente indefenso. Hace todo lo que está a su alcance para hacer de éste un mundo mejor.

**PERDEDORES**

Aunque el individuo nace para triunfar, no es menos cierto que nace indefenso y dependiente por completo del medio ambiente. Los triunfadores hacen con éxito la transición desde la incapacidad total a la independencia y desde ésta a la interdependencia. No ocurre lo mismo con los perdedores; en algún momento durante su vida, los perdedores empiezan a eludir la responsabilidad de sí mismos.

Como ya lo hemos dicho, pocas personas son totalmente triunfadoras o perdedoras; la mayoría de los individuos triunfa en algunos aspectos de la vida y pierde en otros. El que triunfe o fracasen depende, en parte, de lo que les haya acontecido en la infancia.

La falta de respuesta a las necesidades de dependencia, la malnutrición, la brutalidad, las relaciones infelices, las enfermedades, las desilusiones continuas, el cuidado físico inadecuado y los traumatismos son algunas de las muchas experiencias que pueden contribuir a que un individuo se convierta en perdedor. Tales experiencias interrumpen, detienen o impiden el progreso normal de una persona hacia su propia autonomía y realización. Para poder hacer frente a las experiencias negativas, el niño tiene que aprender a manipular y a manipular a los demás. Estas prácticas son difíciles de desterrar más tarde en la vida y se convierten a menudo en normas establecidas. El triunfador busca la manera de deshacerse de ellas; el perdedor se aferra a ellas.

Algunos perdedores se consideran a sí mismos como exitosos pero ansiosos, exitosos pero atrapados o exitosos pero infelices. Otros se refieren a sí mismos como totalmente derrotados, sin objetivos, incapaces de avanzar, medio muertos o muertos de aburrimiento. El perdedor no puede reconocer que, en gran medida, él mismo ha cavado su propia fosa, construido su propia jaula y es el único responsable de su propio aburrimiento.

El perdedor raramente vive en el presente; lo destruye ocupándose con recuerdos del pasado o con expectativas del futuro.

Cuando el perdedor vive en el pasado, medita sobre los felices días de antaño o sobre sus desgracias pretéritas: con nostalgia, se aferra a la idea de cómo “solían ser las cosas” o se lamenta de su mala suerte; siente lástima de sí mismo y carga a los demás de la responsabilidad de su propia vida insatisfactoria. Culpar a los demás y disculparse a sí mismo son juegos favoritos del perdedor.

Cuando vive en el pasado, el perdedor suele lamentarse de *sí...:*

Cuando por el contrario, el perdedor vive en el futuro, espera el milagro que, como en cualquier cuento de hadas, podrá hacerle “vivir por siempre feliz”: en lugar de buscar su propia vida, espera; se dedica a esperar el rescate mágico: Qué maravillosa será la vida *cuando:*

En contraste con las personas que viven con la ilusión de un rescate mágico, algunos perdedores viven bajo la constante amenaza de una catástrofe: *¿qué pasará sí...*

Cuando una persona hace girar su vida alrededor del futuro, experimenta ansiedad en el presente; le domina la ansiedad por aquellas cosas que prevé, ya sean reales o imaginarias: exámenes, cuentas por pagar, aventuras amorosas, crisis, enfermedades, jubilación, las condiciones climáticas, etc. La persona que está excesivamente ocupada en el futuro deja pasar de largo las oportunidades reales del presente; como se ocupa demasiado con cosas irrelevantes, su ansiedad le desvía de la realidad y, en consecuencia, es incapaz de oír, ver, sentir, gustar, tocar o pensar por sí misma.

Como el perdedor es incapaz de utilizar la potencialidad total de sus sentidos y aplicarla a las situaciones inmediatas, sus percepciones son incorrectas o incompletas. Se ve a sí mismo y ve a los demás como a través de uno de esos prismas que deforman las imágenes; su habilidad para tratar eficazmente el mundo real se ve entorpecida.

El perdedor gasta una buena parte de su tiempo en representaciones dramáticas; imagina, y perpetúa antiguos roles de la niñez; gasta su energía en mantener su máscara, con la cual presenta a menudo una apariencia engañosa. **Para el perdedor comediante, su representación es a menudo más importante que la realidad.**

El perdedor reprime su capacidad de expresar espontánea y adecuadamente todo el rango de su posible comportamiento; puede no darse cuenta de que existen otros caminos para encauzar de nuevo el camino que ha escogido no le lleva a ninguna parte. Tiene miedo de probar algo nuevo; se mantiene dentro de su propio *statu quo* y es un repetidor que no sólo repite sus propios errores, sino que repite a menudo los de su familia y los de su cultura.

El perdedor tiene dificultad en dar y recibir afecto; no establece relaciones íntimas, honradas y directas con otras personas; muy por el contrario, trata de manipularlas para que vivan de acuerdo con sus propias expectativas y canaliza sus esfuerzos para corresponder a las de los demás.

Cuando un individuo es un perdedor, no usa su inteligencia adecuadamente; hace mal uso de ella cuando racionaliza o cuando intelectualiza; en el primer caso, ofrece disculpas para hacer que sus actos sean admisibles; en el segundo, intenta engañar a los demás con su verbosidad. En consecuencia, muchas de sus posibilidades permanecen latentes, irrealizadas e ignoradas. Es como el príncipe-rana del cuento de hadas; está hechizado y vive la vida de algo que no le corresponde ser.

***NOTA: espero les haya aportado a su experiencia vital como multiplicadores.***