Introducción

«*Un comandante deve dormire sempre vestito.*» ¡Me encanta este mensaje!, está inscrito en una placa de cerámica que durante cuarenta años ha presidido el salón de mis abuelos paternos.

Mi abuelo, Antonio Graciani, trabajó durante más de dos décadas como ATS en los cruceros *Cabo San Roque* y *Cabo San Vicente* de la compañía Ybarra, a bordo de los cuales tuvo la oportunidad de visitar medio mundo: Estados Unidos, América Latina, todas las regiones costeras de Europa, el Caribe…

Una mandíbula de tiburón, estrellas y caballitos de mar, máscaras pertenecientes a alguna tribu africana son algunos de los testigos de los viajes de mi abuelo, convertidos por momentos en botín pirata por sus dos hijos: Miguel, mi padre, y Manuel.

—Siempre esperábamos con mucha ilusión la llegada de mi padre porque ¡traía las maletas repletas de cosas interesantes de distintas partes del mundo! —rememoraba mi padre—. Tu abuelo podía pasar entre seis y ocho meses fuera, por eso su llegada era un auténtico acontecimiento.

—¿Cuál es el sitio más raro que visitó? —le pregunté.

—En una ocasión, después de un largo viaje de casi un año de duración, ¡nos trajo una foto que se había hecho con unos pingüinos en Ushuaia, la ciudad más austral del mundo!

Siempre he disfrutado escuchando a mi padre hablar de las historias de mi abuelo, ¡es como conocer los antecedentes de Indiana Jones! Mi abuelo compartía algo con el famoso aventurero, también era un buscador, pero no de tesoros antropológicos, sino de cosas curiosas en general; era un buscador de curiosidades: ésos eran sus pequeños tesoros.

Una tarde entró en una pequeña tienda genovesa de *souvenirs* y allí estaba aquella placa con la leyenda: «*Un comandante deve dormire sempre vestito*», que ahora cuelga de la pared de mi habitación y que en este instante observo, curiosa, pensativa y admirada. Lo que quiere decir literalmente este peculiar recuerdo italiano es que «un capitán debe dormir siempre vestido», aunque su significado va mucho más allá. Esta sencilla frase encierra el secreto de una vida plena: la actitud de servicio propia de las almas nobles.

Ahora comprendo por qué mi abuelo trajo consigo este curioso objeto: era un fiel reflejo de su filosofía personal. Él disfrutaba ayudando a los demás en todos los sentidos:

- Ayuda física: desde su puesto de ATS prevenía y curaba a los pasajeros. Consciente de las bondades del ejercicio físico y de las ganas que tenían sus dos hijos de disfrutar de una piscina, en la primavera de 1964 los hizo socios del Club Náutico de Sevilla, ciudad en la que vivían, y ¡mi padre se convirtió en un magnífico nadador!
- Ayuda emocional: escuchando, sonriendo, compartiendo contigo un agradable paseo… Mi abuelo era un hombre de pocas palabras, pero su sencilla presencia producía una especie de «efecto balsámico» en todos los que le conocían, como le ocurría a su buen amigo Carmelo, que cada vez que le veía, aunque hubiera tenido un mal día, siempre le decía: «¡Me has alegrado el día, Antonio!»

- Ayuda mental: adoraba la compañía de un buen libro. Creo que él es el responsable de la afición de mi padre por la obra de Pío Baroja.
- Ayuda espiritual: el sosiego que emanaba de su persona era todo un ejercicio de meditación cotidiana.

Quien «duerme vestido» apuesta por estar presente, elige estar habilitado para responder ante cualquier situación, es decir, es responsable y, en última instancia, alinea su identidad con lo más auténtico de la persona: su humanidad.

Algunas tribus bantúes del sur de África tienen una palabra especial *ubuntu*, que quiere decir «condición humana interdependiente, interconexión». Esto es, yo soy en tanto que tú eres, de modo que estaré disponible siempre que me necesites. Una persona con espíritu *ubuntu* es alguien que desprende una profunda confianza, te sientes a gusto en su compañía, te animas a compartir con ella tus inquietudes y te hace sentir en armonía. Antonio Graciani tenía la esencia del espíritu *ubuntu*.

Hoy, contemplando aquel *souvenir* de Italia, mientras sonreía intentando imaginar las aventuras de mi abuelo, me di cuenta de que la propia palabra «abuelo» encierra una potente verdad atemporal, patrimonio reconocido de una poderosa tribu: los seres humanos.

Esa gran verdad no es perceptible a simple vista, ya que está condensada a modo de fórmula en tres términos: *A* de Autenticidad, *BUE* de BUena Educación (en diversos sentidos) y *LO* de Logro.

A + BUE = LO

Esta fórmula existe desde la noche de los tiempos, está impregnada por la subjetividad de cada época, se ha ido enriqueciendo con el paso de los años y tiene un carácter multidiscipli-

nar, puesto que es válida en todos los ámbitos de la vida en los que elijas aplicarla: personal, emocional, social, económico, profesional.

He decidido dividir el libro en cada uno de los tres términos que componen esta fórmula (autenticidad, buena educación y logro) para comprenderlo en profundidad, tomar conciencia de sus bondades y facilitar su aplicación:

Capítulo 1 *A* (Autenticidad): la autenticidad es la madre de múltiples valores que nos guiarán hacia nuestras metas personales y profesionales. Todo camino al triunfo comienza en uno mismo, por lo que es muy efectivo ser consciente de este principio. En este primer capítulo encontrarás la relación entre autenticidad e identidad, y podrás conocer lo que he denominado como «polinomios de valores», aquellos en los que la autenticidad está ligada a la responsabilidad, la innovación, el autodiálogo, el liderazgo interior, la superación, la confianza, la originalidad y la verdad.

Capítulo 2 *BUE* (BUena Educación): la educación es la forjadora de la mente, el corazón y el alma de las personas, es por ello imprescindible que sea «buena» en el sentido más amplio del término. En este segundo capítulo, hablaremos de una secuoya gigante *BUE*, así como de la importancia de cada una de sus partes, las raíces (educación de los principios, del carácter, de los pensamientos y sentimientos) y el tronco (educación de la actitud, de los sentidos y de las habilidades).

Capítulo 3 *LO* (LOgro): el *LO* es el delicioso fruto de la secuoya *BUE*. Aquí encontrarás algunos casos de éxito basados en la autenticidad y la buena educación.

¡Toma el barco de la «experiencia reinventada» y disfruta de esta particular *SUMA* (SUeño MAterializado)!

1
A (Autenticidad)

Hemos sacado pasión, entrañas y
todo lo que tenemos dentro.
Andrea Fuentes

Hace poco disfruté de un espectáculo deportivo excepcional: los Juegos Olímpicos de Londres 2012. Es verdaderamente emocionante ser testigo de cómo tanto jóvenes promesas como deportistas veteranos consiguen materializar sus sueños en forma de medalla olímpica, la guinda de ese pastel de horas de entrenamiento, esfuerzo, ilusión y dedicación.

El 7 de agosto de 2012, tuve la oportunidad de ver el magnífico espectáculo generado por el dúo español de natación sincronizada: Andrea Fuentes y Ona Carbonell. Eligieron dar vida a su ejercicio por parejas a ritmo del tango *La cumparsita*: la originalidad del tema, sus espectaculares y exactos movimientos, ese saber impregnar de pasión cada uno de ellos, sonrisas constantes y actitud decidida les valió la medalla de plata y el pleno reconocimiento del público.

Normalmente, los asistentes a natación sincronizada únicamente pueden observar los movimientos que realizan las nadadoras en la superficie, sin embargo, en esta ocasión fue posible disfrutar de los movimientos completos gracias a la *twin-cam*.

Esta novedosa cámara posee dos objetivos (uno acuático y otro en la superficie), que posibilitan la visión de una única imagen vertical en la que se muestran los cuerpos completos de las nadadoras (tanto la parte sumergida como la que se encuentra en la superficie).

¡Me resultó fascinante! Era como observar una especie de iceberg humano: los pies y las piernas sobresaliendo de la superficie eran el reflejo del duro trabajo que se estaba realizando bajo el agua (contener la respiración, mantener el equilibrio, ejecutar los giros con los brazos…); gracias a la *twin-cam* el público era más consciente de ello.

Si aquella imagen hubiera sido un cuadro, con toda seguridad se titularía «Autenticidad», pues contenía toda su esencia.

Según el *Diccionario de la Real Academia Española*, la *autenticidad* es «cualidad de auténtico» y al buscar *auténtico* encontramos que significa «honrado, fiel a sus orígenes y convicciones». Andrea Fuentes declaró tras realizar su ejercicio: «Hemos sacado pasión, entrañas y todo lo que llevamos dentro». Cuando muestras a los demás todo lo que llevas dentro, compartes con ellos un trocito de ti mismo, es una ventana a tu alma; sin duda, eso es autenticidad.

En su libro *Los 7 hábitos de la gente altamente efectiva*, Stephen Covey* nos habla de «la ética del carácter», un concepto estrechamente ligado al de autenticidad. Se trata del éxito primario, un éxito interior que se asienta en una serie de principios gobernadores de la efectividad humana: integridad, honestidad, dignidad, servicio, calidad, excelencia, potencial La autenticidad es la base original de nuestros principios, si ejecutamos bien los movimientos «debajo del agua» (éxito interior, primario), esto se verá reflejado en la «superficie» (éxito exterior, secundario).

---

* *Los 7 hábitos de la gente altamente efectiva*, Stephen R. Covey. Ed. Paidós Ibérica, Barcelona, 2010 y 2011.

Cada persona es como una poderosa *twin-cam*. Puedes elegir mostrar al mundo solo lo que hay en la superficie, o bien optar por la imagen completa; es en esta última donde reside tu autenticidad.

Relación autenticidad–identidad

La identidad conlleva tener conciencia de nosotros mismos, qué nos diferencia, qué rasgos nos hacen únicos. Nuestra originalidad radica en nuestra autenticidad, la mejor especialidad del mundo es especializarse en ser uno mismo.

Proyectas al exterior «quién eres» a través de tu identidad: nombre, apellidos, dirección, trabajo, aficiones, música, ropa, amigos. Ciertos aspectos evolucionan a lo largo del tiempo (puedes ampliar tu círculo de amigos, cambiar de trabajo, mudarte a otro país), incluso podrías cambiar de nombre, apellidos, amigos… Aun así, tú seguirías sabiendo interiormente quién eres realmente (autenticidad).

En el cuadro de la página siguiente puedes ver de forma simplificada las posibles relaciones entre autenticidad e identidad.

El cuadrante 1 (**Aspiración**) refleja la situación en la que una persona tiene un profundo nivel de autoconocimiento, es decir, es honesta consigo misma, sabe quién es realmente y es consciente no sólo de su potencial, sino de cuál sería el mejor ambiente para desarrollarlo; sin embargo, su forma de vida (su trabajo, su filosofía personal, sus amigos) no se corresponde con su «yo interno», por eso su nivel de identidad es bajo. En esta situación, la persona aspira a buscar cierta coherencia entre quien es y lo que manifiesta exteriormente que es. Este caso tiene dos posibles desenlaces (si bien cada uno de ellos puede darse por separado como nuevos puntos de partida): si opta-

AUTENTICIDAD
(quién eres realmente)

+

1. Aspiración	2. Vocación
3. Frustración	4. Falsificación

–

IDENTIDAD
(lo que proyectas al exterior)

mos por centrarnos en «lo que decimos que somos» (nuestro «yo exterior»), nuestra autenticidad terminará por diluirse y posiblemente nos encontremos viviendo la vida de otra persona, tal y como refleja el cuadrante 4 (**Falsificación**: alto grado de identidad y bajo de autenticidad). Por otra parte, si decidimos escuchar nuestro «yo interior», sabemos quiénes somos y optamos por desarrollar nuestras capacidades al máximo, nos encontraremos en una situación de plena coincidencia entre «quiénes somos» y «lo que decimos que somos», este caso se da cuando nuestra pasión coincide con nuestro trabajo, se trata del cuadrante 2 (**Vocación**: autenticidad e identidad altas).

La situación más difícil en la que nos podemos encontrar es la que muestra el cuadrante 3 (**Frustración**). Esto ocurre cuando no nos conocemos a nosotros mismos, no tenemos ni idea de quiénes somos y, por lo tanto, nos resulta imposible identificarnos con nuestros principios. Si la situación en la que nuestros niveles de autenticidad e identidad son bajos se prolonga, podemos terminar por perdernos a nosotros mismos.

Un maravilloso ejemplo de plena coincidencia entre autenticidad e identidad es el caso de Ricardo Ten. Este deportista valenciano de treinta y siete años perdió sus dos brazos y una pierna en un accidente eléctrico cuando tenía ocho años. Su pasión siempre ha sido el deporte, era consciente de que tenía aptitudes para ello y se empeñó en demostrárselo al mundo: fue campeón de Europa de natación en 1997, 1999, 2001 y 2009; posee el récord del mundo de los 100 metros braza y logró hacerse con el oro en los Paralímpicos de Atlanta, Sidney y Pekín.

Él podría haber optado por quedarse en el cuadrante 1 (Aspiración), pero como sabía quién era realmente y cómo podía desarrollar sus capacidades, optó por entrenar seis horas diarias —cuatro de las cuales dedica a la natación— y justamente en la piscina conoció a la que hoy es su mujer y madre de sus dos hijos. Ricardo vive plenamente su vocación y es todo un ejemplo de la sinergia positiva que se crea al alimentar el imprescindible binomio autenticidad-identidad.

Polinomios de la autenticidad

Nunca me hicieron demasiada gracia las matemáticas. En el colegio siempre buscaba la forma de «adaptarme a ellas», de hacer que me gustaran… Hasta que me di cuenta de que lo estaba enfocando al revés: tenía que conseguir que ellas me resultaran útiles a mí, que fueran ellas las que se «adaptasen» a mi vida. Y un día en clase, observando la definición de polinomio en la pizarra, tuve una idea: haría polinomios de valores, pero de valores humanos; es decir, en lugar de $P(x) = 3x + 2x + 2$, yo creaba el polinomio de las metas = Objetivos-Motivación-Dedicación (en lugar del signo de suma [+] yo ponía el guion, que simboliza la vinculación entre los conceptos, ésa fue mi pequeña variación). A partir de entonces, si bien las matemáti-

cas seguían sin ser mi asignatura favorita, comenzaron a resultarme más atractivas.

Para reseñar la relación de la autenticidad con ciertas capacidades, habilidades, valores y otras cualidades, recuperé este particular juego de mi infancia, que he denominado «polinomios de la autenticidad».

Autenticidad-Responsabilidad-Innovación

Quiero ilustrar el contenido de este polinomio con las palabras del filósofo estadounidense Henri David Thoreau: «No conozco ningún hecho más alentador que la incuestionable capacidad del hombre para dignificar su vida mediante el esfuerzo consciente».

La palabra *autenticidad* tiene sus raíces en el verbo griego *authenteo* (tener autoridad, gobernar a alguien) y en el sustantivo *authentés* (el que obra por sí mismo, autor, ejecutor). Una persona auténtica es alguien que demuestra su capacidad de gobernarse a sí mismo, es honrado, fiel a sus convicciones y así lo deja patente en el guión de su vida (del que es su legítimo autor). Por lo tanto, tiene plena conciencia de las decisiones que toma, es capaz de prever las consecuencias de sus acciones y se hace cargo de ellas, reconociéndolas como frutos de sus propias elecciones.

Como se puede observar, existe una estrecha y original relación entre autenticidad y responsabilidad, ya que esta última queda integrada en los orígenes de la primera.

Ante el abanico de posibles opciones que preceden a la actuación de una persona auténtica, ésta siempre escogerá la que represente el mayor bien —en el sentido amplio del término—, es decir, la opción que más acorde esté con sus principios y sus propósitos, y que más respete a los otros, de forma que todos puedan ganar algo. Tomará la iniciativa de seleccionar la mejor

alternativa, y esta iniciativa resultará ser la semilla de la innovación.

Adelantarte a los demás en pensamiento y obra puede desembocar en la creación o modificación de brillantes productos.

Conozco la materialización del polinomio autenticidad-responsabilidad-innovación. Se trata de la historia de War Magician (el Mago de la Guerra), el verdadero nombre de este ilusionista británico era Jasper Maskelyne, quien se ganó ese sobrenombre por su brillante participación en el bando aliado durante la Segunda Guerra Mundial.

En 1941 Jasper Maskelyne fue destinado a Egipto como parte de la A Force, una unidad británica de contraespionaje, y allí fue donde se enfrentó a su primer gran reto bélico: encontrar la forma de proteger Alejandría de los bombardeos de la Luftwaffe, la aviación alemana. Jasper tuvo una original idea: crear una falsa ciudad para confundir a los alemanes.

El Mago de la Guerra decidió elegir personalmente a los catorce hombres mejor preparados (de entre los 500 que le ofrecieron sus superiores), con los que constituyó The Magic Gang (La Banda Mágica) y escogió cuidadosamente la ubicación de la «nueva Alejandría»: Maryut Bay. Allí se valió de todos los trucos propios del ilusionismo para construir la ciudad, incluso se ayudó de fotografías aéreas para saber exactamente cuál sería la perspectiva de los pilotos alemanes. Todo estaba preparado para que, cuando los aviones enemigos se acercaran, se cortara el suministro eléctrico de la verdadera Alejandría y se iluminara la falsa ciudad. Además, para que los pilotos de la Luftwaffe creyesen que estaban haciendo blanco en sus objetivos, hizo estallar una serie de artefactos pirotécnicos. El plan fue un auténtico éxito, pero su mayor victoria estaba aún por llegar.

En la batalla de El Alamein, Maskelyne creó de la nada un ejército ficticio para hacer creer a los Africa Korps que las tro-

pas del general Montgomery atacarían por el sur (ocultando así la estrategia real de un ataque desde el norte). Emisiones de radio falsas, tanques inflables, sonidos de fondo propios de un campamento militar real, vías de tren y oleoductos de mentira fueron algunos de los trucos utilizados por Maskelyne. Parte de la victoria de El Alamein se la debemos al Mago de la Guerra.

Las innovadoras soluciones del ilusionista británico muestran la magia de este poderoso polinomio (autenticidad-responsabilidad-innovación). Maskelyne tenía conciencia de sus habilidades como ilusionista, las manejaba con maestría y era fiel a lo que mejor sabía hacer: magia; este comportamiento auténtico se tradujo en una serie de iniciativas que dieron lugar a soluciones efectivas (innovación), de las que se hizo cargo desde su diseño hasta su implementación (responsabilidad).

Autenticidad-Autodiálogo-Liderazgo interior

Una magnífica forma de desarrollar el gobierno de nosotros mismos y de poder convertirnos así en los autores conscientes de nuestras vidas es practicando a menudo el autodiálogo. El investigador y escritor John Erskine decía: «En pocas palabras, un líder es una persona que sabe dónde quiere ir, se pone de pie y va». Porque cuando te escuchas a ti mismo incrementas significativamente tu conocimiento (sabes adónde quieres ir), enriqueces tu actitud (te pones de pie) y entras en acción (vas). Alguien que sabe hablar consigo mismo, que consigue escucharse, que fomenta el respeto hacia su propia persona estará cultivando la mejor forma para poder hablar, escuchar y respetar a los demás. El liderazgo interior parte de la autenticidad personal.

En su libro *El líder interior*, Stephen Covey nos brinda una genial visión de lo que significa ser líder: «[…] consiste en comunicar los méritos y posibilidades de los demás de forma tan clara que ellos mismos queden convencidos». La clave del lide-

razgo radica en saber comunicar, por lo que resulta capital aprender a comunicarnos con nosotros mismos, ése es el primer paso para lograr llegar a los demás.

Aristóteles ya establecía en su teoría hilemórfica la diferenciación entre «potencia» (lo que podría ser) y «acto» (lo que es); de hecho la palabra *energía* se deriva del concepto griego *energeia* que significa actividad, obra, acción. A través del liderazgo interior —fruto de la autenticidad y el autodiálogo— conseguimos transformar nuestras potencialidades (lo que podríamos ser) en actos (lo que somos). Éste es el inicio de la andadura del camino del liderazgo, pero para poder ser un buen LÍDER hay que saber y disfrutar despertando la «energía» de los demás, es decir, sus acciones, encendiendo su actividad, logrando que realicen la necesaria y poderosa alquimia personal que transforma la potencia en acto. A muchas personas les cuesta trabajo realizar este paso, ya que no son conscientes de sus propias potencialidades, por eso resulta indispensable crear un clima que favorezca el desarrollo del potencial personal y buena parte del aire fresco de esta atmósfera lo aporta el LÍDER, a quien en mi libro *Motivulario* yo llamaba *GEFE* (gestor de la felicidad).

El polifacético cineasta David Lynch decía*:

> El objetivo de la educación debería ser desarrollar el potencial completo de un estudiante, pero la educación moderna es nefasta y no funciona… Si pudieras sacar a flote el potencial del estudiante, el conocimiento sería más fácil de adquirir, la relación entre profesores y alumnos mejoraría…

No pocas empresas se quejan de que su personal carece de creatividad, iniciativa, habilidades comunicativas, dotes de lide-

---

* *ABC*, *XL Semanal*, n.º 1294.

razgo… Si durante más o menos veinticinco años, desde que los niños entran en la guardería hasta que terminan un máster, se premia a quien mejor siga una serie de instrucciones, se fomenta el «ver, oír y callar», se tiende a la estandarización, se deja a un lado todo lo que se salga de la norma, por lo que cultivar capacidades extraordinarias se convierte en misión imposible. En definitiva, se cultiva la mentalidad de SEGUIDOR, por lo que posteriormente no debería ser una sorpresa que el joven no posea las cualidades propias de un líder. Tal y como apunta David Lynch, si la educación se asentara sobre la base de sacar a la luz el potencial de cada persona, mejorarían los resultados tanto cuantitativa (mayor facilidad de adquisición de conocimientos) como cualitativamente (mejora de las relaciones profesores-alumnos).

Más adelante, en el capítulo dos trataré con mayor profundidad este fascinante tema de la educación.

Autenticidad-Superación-Confianza

Este polinomio bien podría enunciarse con las palabras de Nelson Mandela: «Después de escalar una montaña muy alta, descubrimos que hay muchas otras montañas por escalar».

A propósito de ellas, recientemente tuve la oportunidad de conocer a un ser humano extraordinario: David Meca, el *Tiburón de España*, que había venido como invitado especial del programa *Hasta aquí hemos llegado* de Ricardo Castillejo, emitido en Giralda TV, en el que colaboro algunos viernes. Ni siquiera había tenido tiempo de parar a descansar en su hotel, pero su amabilidad, profesionalidad y humanidad hablaban por sí solas.

Nadador de primera, arquitecto, actor, escritor, presentador, conferenciante…, ¡una especie de Leonardo da Vinci del siglo XXI!, David nos contó, desde la autenticidad que le caracteriza, las dificultades de salud a las que tuvo que enfrentarse de niño: «Si me vieras de niño…, tenía pies planos, rodillas torci-

das, problemas de espalda, de oído, de anginas…» Pero él tomó la decisión de superarse y empezó a nadar por prescripción médica. Poco tiempo después descubrió que le apasionaba la natación, cada vez lo hacía mejor —lo que redundaba en el aumento constante de su confianza—, iba superando retos y finalmente ¡ha llegado a atesorar veintiocho títulos mundiales de natación!

Tal y como apuntaba Nelson Mandela, David escaló una montaña muy alta (superó los problemas de salud de su niñez, hizo de sí mismo un deportista de élite y llegó a campeón del mundo en repetidas ocasiones), pero descubrió que hay otras muchas montañas por escalar y eso le condujo en 1993 a la Universidad de California, de la mano de una beca deportiva para estudiantes que le llevó graduarse en 1999 en la que era su pasión, el arte dramático, que complementó con estudios de arquitectura paisajística.

La vida se compone de nuevos retos y David crea los suyos cada día, investiga y descubre nuevos campos donde marcarse metas apasionantes. Una victoria no es suficiente cuando por tu potencial estás llamado a conseguir 10.000 más.

«Con ilusión, con trabajo, con constancia, pero, sobre todo, con amor se consigue todo en la vida», dijo en una ocasión David Meca. ¡Bravo, David!

Autenticidad-Originalidad-Verdad

El prestigioso neurocientífico Daniel Wolpert afirma que la verdadera razón por la que evolucionó nuestro cerebro es la de producir movimientos. El movimiento es la única forma que tenemos de modificar nuestra realidad: he ahí el auténtico objetivo de nuestro cerebro.

En relación con esto, Wolpert explica que hay un ser marino, la ascidia, que en su estado de larva se desplaza por el océano. Cuando crece se hace sedentaria y se implanta sobre las

rocas. Entonces, dado que no necesita moverse más, se come su propio cerebro y sistema nervioso, que eran los que controlaban sus movimientos (ya no los necesitará, dado que no va a moverse más). ¡Afortunadamente no somos ascidias! (si bien, en ciertas ocasiones, algunas personas se comportan como tal).

Los seres humanos estamos biológicamente equipados para crear, podemos moldear nuestro mundo y hacerlo desde nuestra originalidad personal. La palabra *originalidad* proviene de los verbos latinos *origo* (comienzo) y *oriri* (subir), así como también está relacionada con la palabra *oriente* (donde nace el sol). Es una palabra con un significado que, a primera vista, parece paradójico, ya que nos remite a nuestros comienzos, aquello que ya conocemos, los orígenes (*origo*); al tiempo que también nos invita a «ser originales», descubrir algo nuevo, usar el cerebro, crear y crecer (*oriri*).

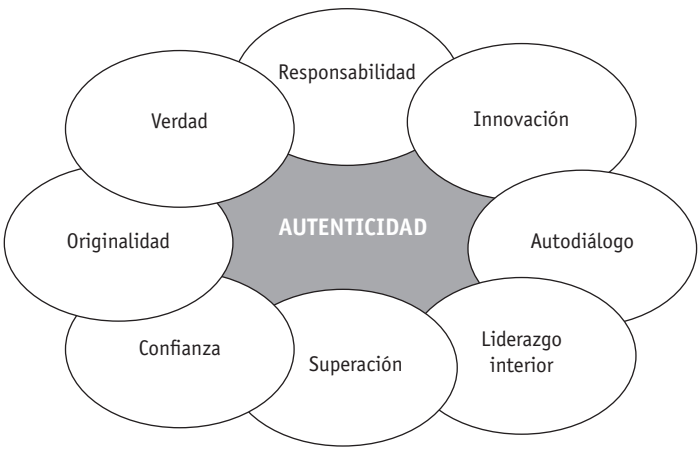
Y es que para crear algo que verdaderamente merezca la pena, algo que marque la diferencia, uno debe nutrirse de sí mismo, de quien es, utilizar su originalidad para crecer desde ella y subir un nuevo escalón en tu vida. Es así como se va creando nuestra propia parcela de verdad. Por cierto, lo contrario a original es el ocaso, es decir, por donde se pone el sol.

La verdad sobre uno mismo es la que creamos a diario, nuestros genes ya no determinan quiénes somos, eso lo decidimos nosotros con las decisiones que tomamos cada día. Hasta ahora la genética —control **de** los genes— nos llevaba a creer que nuestra vida estaba determinada por el ADN, pero la epigenética (control **sobre** los genes) nos demuestra que las percepciones que tengamos sobre nosotros mismos, sobre nuestras vidas, nuestra actitud, etc., influyen en nuestra biología. El biólogo Bruce H. Lipton hace unas reflexiones muy interesantes al respecto*. En una de sus aportaciones comentaba que 50 trillo-

* www.brucelipton.com.

nes de células dan lugar a un ser humano. En la evolución actual 7 billones de seres humanos se juntan para formar un «superorganismo» llamado HUMANIDAD, en el que cada persona equivale a una célula. Hoy el cuerpo de la humanidad tiene una enfermedad autoinmunológica: las células que lo componen (las personas) se pelean entre sí matando al cuerpo desde dentro.

Algo parecido sucede cada vez que intentas ser quien no eres, cada instante que renuncias a una parcela de tu autenticidad a favor de un interés determinado. ¡Sé original: sé tú mismo! No te destruyas desde dentro porque, ¿sabes qué?, no hay dos como tú.

En 1988, el investigador John Karat hizo un importante hallazgo. Rodeó células intolerantes a la lactosa con lactosa como único alimento. Según su propia genética estaban «destinadas» a morir, sin embargo, todas sobrevivieron porque supieron reemplazar una enzima defectuosa por otra funcional. Si una célula puede decidir cómo y cuándo evolucionar, ¿hasta dónde podremos llegar nosotros?

POLINOMIOS DE LA AUTENTICIDAD