

## HAZLO POR UN DIA

### DIA 15 – HAZLO DIFICIL

*He trabajado más arduamente.*

*2 Corintios 11:23*

El 4 de octubre de 1912, Teddy Roosevelt estaba en medio de su campaña electoral cuando recibió un disparo a quemarropa de un presunto asesino. Con una bala calibre .32 alojada en el pecho, se levantó y aun así dio su discurso. “Tengo una bala en el pecho, así que no podré dar un discurso muy largo” dijo. Roosevelt habló durante noventa minutos, mientras la sangre de la herida de bala le empapaba la camisa.<sup>1</sup> Por supuesto que eso era lo más normal. Roosevelt era mitad hombre renacentista, mitad hombre salvaje. Se ganó cada uno de sus apodos: Alce Macho, Jinete Salvaje, el Hombre a Caballo, el Dínamo, el Destructor de Confianza (el Antimonopolista), el Guerrero Feliz, el Héroe de la Colina de San Juan, por nombrar algunos.

Roosevelt montó un alce, voló en el aeroplano de los hermanos Wright, escaló los Alpes suizos, trabajó como peón en las Dakotas, derribó a un vaquero armado en medio de una pelea en un bar, cruzó un río congelado para atrapar a unos ladrones de botes, se embarcó en un safari de un mes por África, exploró el río Amazonas, lideró el ataque de Kettle Hill durante la Batalla de San Juan y se bañó desnudo en el río Potomac. Piensa en lo último como si fuera el desafío del cubo de hielo de hace cien años.

¿El dato divertido? Roosevelt armó un ring de boxeo en la Casa Blanca donde podía pelear con cualquiera que fuera lo suficientemente valiente como para entrar en él.

Teddy Roosevelt dio una gran cantidad de discursos memorables, incluyendo el de Milwaukee que mencioné anteriormente, pero mi preferido es el que dio el 10 de abril de 1899, en el Club Hamilton de Chicago. **Se parece más a un sermón que a un discurso.** Según mis cuentas, utilizó cuatro veces la palabra predicar y cinco veces la palabra doctrina. **Defendía lo que él llamaba una vida intensa.**

**Quisiera predicar,** no la doctrina de la vil facilidad, **sino la doctrina de la vida intensa, la vida del trabajo duro y del esfuerzo,** de la labor y del sacrificio; predicar que la forma más alta de éxito no le llega al hombre que desea meramente la simple paz, sino al hombre que no retrocede ante el peligro, ante la dificultad o ante el amargo trabajo duro, y que de estas obtiene el espléndido triunfo final.

Cuando tienes la opción de elegir entre el ascensor y la escalera, ¡sube por la escalera! En otras palabras, toma el camino de mayor resistencia. Es el camino menos transitado.

**Teddy Roosevelt quizá haya creado la frase “la doctrina de la vida intensa”,** pero el apóstol Pablo fijó el estándar. Cuando miramos su vida, “Estoy loco por hablar así”, dijo. **“He trabajado más arduamente, he sido encarcelado más veces, he recibido los azotes más severos, he estado en peligro de muerte repetidas veces”.** ¡Pero espera, hay más!

**“Cinco veces recibí de los judíos los treinta y nueve azotes. Tres veces me golpearon con varas, una vez me apedrearon, tres veces naufragué, y pasé un día y una noche como náufrago en alta mar”.**

**¿Cuántas cicatrices tenía Pablo?** ¿Y qué sucede con el trastorno de estrés postraumático “Mi vida ha sido un continuo ir y venir de un sitio a otro; en peligros de ríos, peligros de bandidos, peligros de parte de mis compatriotas, peligros a manos de los gentiles, peligros en la ciudad, peligros en el campo, peligros en el mar y peligros de parte de falsos hermanos”. **¿Algo más?** “He pasado muchos trabajos y fatigas, y muchas veces me he quedado sin dormir”. **¿Eso es todo?** “He sufrido hambre y sed, y muchas veces me he quedado en ayunas”. **Ah, casi lo olvido:** “He sufrido frío y desnudez”.<sup>4</sup>

¿Recuerdas la idea del pensamiento de contraste descendente del día 10? Tal vez estés teniendo un mal día, te quedaste atascado en el tráfico. Sé que eso es frustrante. Realmente lo sé. La congestión de tráfico es estresante. Pero el resumen de Pablo es un golpe de realidad, ¿no es así?

**Recordaremos los momentos en que llevamos nuestra vida al límite y la sacamos de nuestra zona de confort.”**

**También es verdad con el parto,** ¿no es cierto? Después de semejante dolor, seguido de muchas noches sin dormir, ¿cómo puede alguien tener más hijos? Está bien, el sexo tiene algo que ver. Pero para muchas mujeres es una elección consciente. **¿Por qué? Se olvidan del dolor y recuerdan el beneficio.**

¿Cómo hizo Jesús para soportar la cruz? ¡Se enfocó en el gozo que esperaba! Su enfoque es una caminata de punto a punto. “Pero no se cumpla mi voluntad”, oró Jesús en el Huerto de Getsemaní, “sino la tuya”. Esa es la clave de la fuerza de voluntad, que es una de las claves para la formación de hábitos. Jesús imaginó la recompensa, como tú y yo.

**Si abrazar la ola es hacerlo asustado, es hacerlo difícil. Y, podría agregar, hacerlo ahora.** Cuando yo estaba en octavo grado usaba pesas en los tobillos. ¿Por qué? Soñaba con encestar en el aro de basquetbol. Me sobrecargaba para poder elevar mi juego.

Si quieres crecer más fuerte, tienes que añadir resistencia. ¿Y luego qué? Añade más resistencia. ¡No hay otra manera de sacarle jugo al día! No se torna más fácil. Te haces más fuerte. ¿Cómo? Tienes que suscribirte a la doctrina de la vida intensa. No puedes eludir los tiempos difíciles, las preguntas difíciles, las decisiones difíciles o las conversaciones difíciles. Son cosas que producen fortaleza mental.

---

¿CÓMO LO TRANSFORMAS EN UN HÁBITO?

### **Conquistando tu alma**

En la celebración de Halloween de 1900, un niño de diez años **llamado Ike** quiso jugar dulce o truco con sus hermanos mayores. Cuando sus padres le dijeron que él era muy pequeño, le dio un ataque. Salió corriendo por la puerta delantera y golpeó un árbol de manzanas hasta dejar los nudillos en carne viva. Lo mandaron a su habitación, donde siguió llorando sobre la almohada una hora más. En ese momento, su madre entró a la habitación, se sentó en la mecedora que estaba al lado de la cama, y cambió el guion con Proverbios 16:32:

**Más vale el dominio propio que conquistar ciudades.**

Su madre le dijo que, de todos sus hermanos, él era el que más tenía que aprender a controlar sus pasiones. Mientras le vendaba las manos, le advirtió que el enojo solo lastima a la persona que lo alberga. (En 1915, Ike se graduó de la academia militar West Point. Para que conste, quedó en el puesto 125 de 164 en disciplina. El autocontrol no venía sobrenaturalmente).

Antes de servir como el comandante aliado supremo de la Operación Overlord durante la Segunda Guerra Mundial, el general Dwight D. Eisenhower tuvo que conquistar su propia alma. Antes de liderar a los Estados Unidos durante sus dos mandatos como presidente, tuvo que liderarse a sí mismo.

Hacia el final de la guerra, Eisenhower fumaba cuatro paquetes de cigarrillos por día. Luego, un día lo dejó de golpe. ¿Cómo? “Simplemente me di una orden a mí mismo”.

Bien, ¡esa es la idea! En algún punto, ya es suficiente. ¿Hay alguna orden ejecutiva que necesites darte a ti mismo? ¿Qué necesitas dejar de golpe? ¿Qué necesitas comenzar en un instante? ¿Y qué estás esperando? La obediencia que se demora es desobediencia.”

**“¿Cómo conquistas tu alma? Entablas la guerra contra tu naturaleza pecadora hasta que la sometes. O quizá debería decir, hasta que se somete a un poder mayor. Tienes que llevar todo pensamiento cautivo y hacerlo obediente a Cristo. Tienes que tomar tu cruz cada día y negarte a ti mismo.<sup>11</sup> Es la mejor manera de romper un mal hábito.**

**El liderazgo comienza con el autoliderazgo,  
y el autoliderazgo comienza con el auto control.**

**La persona más difícil de liderar, definitivamente, eres tú.**

Es por eso que los hábitos son tan difíciles de crear y romper. Pero si quieres conquistar una ciudad, primero tienes que conquistarte a ti mismo.

**¡Hazlo difícil!**

Excerpt From

Hazlo por un día: Cómo crear o romper cualquier hábito en 30 días / Do It For A Day:  
How to Make or Break Any Habit in 30 Days

Mark Batterson