

# El Mensaje Tuyo

Es tan familiar que es invencible.

**POR: JUDY CARTER/**

Traducido por: Javier Córdova González

*Nota del editor: Este artículo fue adaptado por la autora de su libro The Message of You: Turn Your Life Story into a Money-Making Speaking Career (St. Martin Press).*

¿Alguna vez te has imaginado como el ganador del concurso de oratoria, quizás el Campeón Mundial de Hablar en Público? Como Toastmasters, quieres dar un discurso que transforme las vidas de las personas Pero, ¿cómo encontrar ese mensaje o historia que inspire a la audiencia a la acción?

Está bien, voy a decir algo chocante. ¿Listo? Tu mejor discurso ya existe, aun cuando no lo sepas.

Es un consejo que da a tus amigos, en las lecciones que enseñas a tus hijos, en las historias que le cuentas a tu familia. Has dado partes de tu discurso cuando ayudaste a tu hermana a construir un sitio web, o cuando compartiste la historia del viaje tus abuelos inmigrantes a un nuevo país. El Mensaje Tuyo está en las historias que compartes que inspiran a otros a decir la verdad, a conquistar sus miedos y llevar una vida más feliz, más saludable y más rica. Tu gran discurso está en las historias que cuentas todos los días.

El Mensaje Tuyo es un destilado de todas tus experiencias, personales y experiencias profesionales, que forman el significado de tu vida. Es por lo que vas a ser recordado cuando mueras, tu legado. Es lo que representas, es con lo que eres asociado, por lo que eres famoso o lo que te convertiría en famoso.

Lo que tienen en común la mayoría de los campeones del mundo de hablar en público es que sus discursos reflejan el mensa-

je que ellos han vivido. Lo que es difícil es que no estés consciente de los tuyos. A menudo, el significado de nuestra vida se pierde en nosotros. Es tan familiar que es invisible. No somos objetivos sobre lo que estamos trayendo a otros, incapaces de ver nuestro propio impacto. Sin embargo, estas son las mismas cosas que hacen que la gente quiere escuchar y saber más sobre nosotros.

La buena noticia es que tú puedes descubrir El Mensaje Tuyo y desarrollarlo para mejorar tu profesión actual, ganar concursos Toastmasters e incluso iniciar una carrera exitosa como orador profesional.

### Así que, ¿Cómo encuentras tu mensaje?

El secreto para encontrar El Mensaje Tuyo se encuentra en la palabra misma (message, mensaje). No puedes deletrear "message" sin un M-E-S-S (desastre). No puedes ver ese mess sin A-G-E (edad). Y cuando reflexionas sobre los desastres en tu vida puedes convertirte en un S-A-G-E (sabio). ¿Ves ahora? M-E-S-S-A-G-E! (MENSAJE)

Tu "desastre" (mess) puede haber ocurrido en tu infancia. Tal vez con la edad (age) puedes ver que ese desastre fue el primer paso en tu camino al éxito.

### Convierte tu Desastre (Mess) en un Mensaje

Mira de nuevo tu niñez o juventud y ve más profundo para encontrar una situación que fue un "desastre" -una fiesta a la que no fuiste invitado, una vez cuando fuiste intimidado o rechazado o cuando hiciste algo lamentable.

Los desastres de infancia no sólo me proporcionan material cómico, también me dan propósito. Cuando escribía el libro *The Message of You*, recuerdos que había olvidado vinieron a mi mente y vi cómo me formaron y fueron parte de mi éxito. Una memoria reprimida era el dolor de ser una niña con un severo impedimento del habla. Se reían de mí y a veces era considerada





## A menudo, el significado de nuestra vida se pierde en nosotros. Es tan familiar que es invisible.

nunca caminaría de nuevo? Mi mensaje no iba a funcionar y yo no tenía plan de respaldo.

En un lado de la habitación, el personal sentado en sillas, con la mirada perdida en el suelo, se veían deprimidos y cansados. En el otro lado, estaban los pacientes, hombres jóvenes en su mayoría, muchos a un lado de los ventiladores. Junto con los heridos de la médula, vi a las víctimas de quemaduras con sus cuerpos enteros envueltos en batas amarillas.

Me presentaron a Nick Mendes, soldado paralizado del cuello hacia abajo después de que un

decirles que fuera útil? Me estaban presentando. Era demasiado tarde para irme. Mi mente se quedó en blanco, poco a poco me fui al centro del salón. Estaba tranquilo, a excepción de los ventiladores. Yo no tenía nada.

A veces, cuando no tienes nada, ahí es cuando la magia sucede. Abrí la boca para hablar y me sorprendí a mí misma contando una historia que nunca había dicho. De alguna manera un mensaje de mi pasado que había enterrado tomó el control.

Me oí decirles acerca de mi hermana mayor Marsha, quien es tetrapléjica desde su nacimiento ya que tenía una parálisis cerebral severa.

Después de que mis padres murieron, encontré con una pequeña casa hogar para ella, donde tenía cuidado de enfermería profesional, así como clases y salidas de fin de semana. Ahí es donde ella vivió hasta que murió hace unos años en cerca de sus 60 años. Cuando llegué a su funeral, esperaba ver unas cuantas personas, pero me sorprendí. Había más de 100 dolientes. Personas a las que ni siquiera conocía -sus profesores a lo largo de los años, sus enfermeras, sus cuidadores, sus amigos.

Asistente tras asistente habló sobre cómo mi hermana les dio sentido a sus vidas. Historia tras historia contaban sobre el humor y la calidez de mi hermana. Me enteré de que algunas de las personas de allí pasaron sus vacaciones con mi hermana en lugar de con sus propias familias. Yo ni sabía. Mi hermana Marsha -que no podía hablar o caminar, que la alimentaban a través de una sonda por el estómago y el únicamente se comunicaba con expresiones faciales y gestos- tenía la capacidad de convertir a los extraños en amigos. Ella fue capaz de hacer una diferencia en las vidas de otras personas.

A medida que contaba esta historia, sentí que el estado de ánimo del hospital de veteranos cambiaba. Aunque todos todavía sentían su dolor, era diferente cuando todos, el personal y los pacientes- lo experimentaban

con problemas del desarrollo. Ahora veo que la experiencia me llevó a convertirme en cómica. Si los niños reían de mí, yo controlaba la risa invitándola. Mi impedimento me empujó a convertirme en oradora profesional. Hablar era difícil para mí y yo estaba decidida a superar la dificultad.

No somos exitosos a pesar de nuestros líos, sino a causa de ellos.

Mi primera indicación del poder de transformación de vida de The Message of You fue cuando di mi discurso "Sacando el Estrés Riendo" a soldados recién heridos en el hospital de veteranos en Long Beach, California. Llegué y vi que habían decorado un gran salón multiusos. Después de enterarme que iba a hablar en la unidad de lesiones de la médula espinal, me di cuenta en el lío en que me había metido. Apenas podía decir: "¡Oigan, simplemente ríanse de ello!" ¿Qué podía decirle a una persona de 22 años que acababa de enterarse que

artefacto explosivo improvisado (AEI) explotó en Afganistán. Él susurró "Hola", a medida que las máquinas empujaban el aire dentro y fuera de sus pulmones. Su padre, que se mudó al hospital para estar cerca de su hijo, me llevó aparte y me dijo: "Me alegro que usted esté aquí porque Nick ha dejado de hacer su terapia física. Está cayendo en una depresión. Las enfermeras me dicen que si él no hace la terapia, podría morir. Espero que tenga un gran mensaje para él".

¡Oh! Tenía que tener un acercamiento: un gran chiste, una historia, cualquier cosa apropiada para hacerles sentir que yo era sensible a su situación. Yo estaba fuera de mi alcance. ¿Cómo podría yo entender su dolor? ¿Qué podría



Judy Carter habla a soldados heridos en un hospital de veteranos en Long Beach, California, en 2011. Para conectar con su audiencia, ella comparte una historia personal antes de continuar con su material de comedia preparado. En la foto de la izquierda está Nick Mendes (en primer plano), quien quedó paralizado mientras servía en el ejército en Afganistán.

juntos. Yo había compartido el "momento eureka" de mi hermana. Me di cuenta de que, a pesar de su limitada capacidad, dio más a los demás de lo que muchos de nosotros que estamos totalmente funcionales. Su vida simbolizó el mensaje de cuidar y ayudar a otros para ser mejores personas. El mensaje de Marsha la hizo importante para muchos.

Ese mensaje de mi pasado se había perdido durante mucho tiempo. Pero salió cuando debería haberlo hecho. Todos en la habitación lo necesitaban. Me acerqué a la cama de Nick. Sostuve su mano, puse mi cara muy cerca de él, y le dije: "Todas nuestras vidas tienen un propósito. No pudiéramos saber cuál es, pero debes creer que lo encontrarás. Puedes inspirar y ayudar a otros. Y cuando lo hagas, te ayudarás a ti mismo. Es por eso que debes mejorar. Tu vida tiene sentido".

Le dije esas palabras a Nick, pero también las escuché. Todos hablamos de lo que necesitamos aprender. Me di cuenta de que yo era el vehículo, un transmisor del mensaje, y el mensaje era más grande que yo. Una vez que me sentí a gusto con los soldados, entregué mi material de comedia. La gente se rio. En realidad, la risa explotó fuera de ellos, como lo hace cuando la gente tiene tiempo sin reír. Era algo más que entretenimiento; era sanación.

### Tu Mensaje Importa

Un año más tarde, visité a Nick para ver cómo estaba. Él había sido dado de alta y vivía en una base militar en el sur de California con su padre y un cuidador. Él estaba sentado con la espalda recta y respirando por su cuenta.

Mientras manejaba la silla eléctrica -que opera con un mecanismo bucal, mostraba una gran actitud. Mientras trabajaba con su terapeuta para recuperar el movimiento en sus brazos, me dijo que quería escribir un libro. Le pregunté cuál sería su mensaje y me dijo: "Realmente nunca apreció el poder de la familia. Sin mi familia, yo estaría perdido".

La risa explotó fuera de ellos, como lo hace cuando la gente tiene tiempo sin reír. Era algo más que entretenimiento; era sanación.

Entonces este joven miró directamente a los ojos y dijo con la sabiduría de un sabio, "Mira, Judy, tú y tu cuerpo puede hacer más de lo que crees, más de lo que puedas imaginar. He aprendido a no darme por vencido. Nunca te rindas. Ese es mi mensaje. Cuando quedé herido, un doctor me dijo que nunca volvería a caminar, que nunca me movería, que nunca sería capaz de hacer *nada*. Y ahora mírame, Judy..."

Nick levantó lentamente su mano y levantó el dedo medio [para formar un gesto obsceno]. "¡Casi puedo hacerle esa seña al doctor!"

Una meta noble. Un mensaje sucinto.

Haber desempeñado un papel en el viaje de Nick fue un honor. Fue humilde y gratificante. Y lo que se necesitó fue recordar mi pasado y estar dispuesto a revelarlo.

Espero de antemano también ser parte de tu viaje.

El Mensaje Mío está ayudando a encontrar el Mensaje Tuyo. Juntos, podemos crear un efecto dominó de inspiración. **T**

**JUDY CARTER** es autora de The Comedy Bible y The Message of you. Ella es Decano de la Universidad en línea The Message of You. Ve a [judycarter.com/Toastmasters](http://judycarter.com/Toastmasters) para más consejos.

Traducido del artículo, "SPEECH IDEAS/ The Message of You", Págs. 22 – 25. Revista TOASTMASTER, DECEMBER 2015.

Traducido por: Javier Córdova González, DTM. Miembro del Club Maz Líder, Mazatlán, Sin. [jacogo@hotmail.com](mailto:jacogo@hotmail.com)



A la izquierda: Judy, Nick y David el padre de Nick. A la derecha: Judy firma un ejemplar de su libro, *The Message of You*, para Glenda Laurent Dickin-son en la Convención Internacional de 2015 en Las Vegas.

### 7 PASOS PARA ENCONTRAR SU MENSAJE

**1** Pon la alarma por 30 minutos y anota los grandes momentos personales en tu vida. Escribe muy rápido; no pases horas en él.

**2** Después de 30 minutos, señala los momentos que fueron éxitos. Por ejemplo, tu matrimonio de 10 años, ser dueño de una casa, la organización de vigilancia de la vecindad, la sobremesa cuando tus hijos realmente disfrutaban hablando contigo.

**3** Al lado de cada éxito, escribe tu puntuación más baja de fracaso o derrota -"desastre". Ejemplo, uno de mis mayores éxitos fue hablar con el ex presidente de EE.UU., Bill Clinton. Mi "desastre" a los 7 años fue ser llamada "retrasada" por otros niños debido a mi impedimento del habla.

**4** Examina tu lista. Traza un mapa de cómo pasaste de uno de tus desastres a uno de tus éxitos.

**5** Pregúntate: *¿Estos momentos reflejan un viaje más grande?* En otras palabras, ¿tienen todos estos momentos algo en común? ¿Te han estado dirigiendo a una dirección específica? ¿Han sido parte de una lucha de toda la vida?

**6** Escribe con detalle sobre el momento "eureka" cuando tocaste fondo y cómo cambió tu vida. Transpórtate a ese momento y siente el evento desarrollándose mientras te enfocas en tus sentimientos y pensamientos durante ese tiempo.

**7** Ahora, escribe la lección que aprendiste de tu viaje. Esto es lo que va a enseñar a otros. Es El Mensaje Tuyo.