



FUERZA AÉREA DE
REPÚBLICA DOMINICANA

20
26

FORMACIÓN Y LIDERAZGO

Episodio 2

Formación y Liderazgo

Primer Módulo: Formando el Carácter

En el Primer Episodio aprendimos que la obediencia es el inicio de la formación del carácter. Obedecemos porque creemos en el orden, en la autoridad y en el proceso. Porque sabemos que antes de dirigir, debemos aprender a someternos.

Pero la obediencia, por sí sola, no es suficiente. Habrá momentos en que el proceso duela. Habrá etapas en que querer rendirse parezca la única opción razonable. Y es precisamente en esos momentos donde nace la segunda base en la formación del carácter:

La resiliencia

Porque ningún liderazgo puede sostenerse sin la capacidad de resistir, adaptarse y continuar.

Alas de Liderazgo

PIRÁMIDE CIA



¿Qué es la resiliencia?

La resiliencia es la capacidad de seguir avanzando a pesar del dolor, la ofensa, la dificultad o el fracaso. No es la ausencia de quiebre, es la capacidad de recomponerse y continuar con propósito.

Muchas personas confunden resiliencia con insensibilidad. Creen que ser resiliente significa no sentir, no sufrir o no caerse. Esa es una definición incompleta.

La resiliencia real se forja en el dolor, no en la comodidad.

El experto en liderazgo John C. Maxwell nos recuerda que nuestra respuesta ante lo que nos sucede define quiénes somos:

"La vida es un 10% lo que me sucede y 90% cómo reacciono a ello." — John C. Maxwell

Esto significa que no podemos controlar todo lo que nos sucede, pero sí podemos entrenar cómo respondemos ante ello. Y esa capacidad de respuesta se llama carácter resiliente.

Tú no eres lo que otros digan de ti

Uno de los ataques más frecuentes al carácter en formación no viene del exterior. Viene de la voz interna que acumula las palabras de otros y las convierte en identidad.

En palabras del mayor general piloto Floreal Suárez Martínez, FARD, comandante general de la Fuerza Aérea de República Dominicana::

“Tú no eres lo que otros digan de ti. Eres lo que has construido — o estás construyendo — con esfuerzo y dedicación.”

Eso es exactamente lo que significa formar el carácter: decidir quién eres tú, independientemente de las opiniones, las críticas o las ofensas. Nadie más tiene la última palabra sobre tu vida. Y si le has dado ese derecho a alguien en tu vida: ¡quítaselo ahora! solo Dios y tú definen lo que eres.

Leer Efesios 1,

El liderazgo que viene del carácter resiliente, no depende del aplauso, ni colapsa ante la crítica..

Las ofensas: distracciones y maestras

Las ofensas son inevitables. A lo largo de tu vida y tu carrera, enfrentarás personas que intentarán desestabilizarte. La pregunta no es si vendrán, sino cómo responderás cuando lleguen.

Lo que debes entender sobre las ofensas:

- Quien ofende lo hace desde un lugar de dolor propio. Su herida no tiene que convertirse en tu carga.
- Una ofensa es una invitación a abandonar tu misión. No aceptes la invitación.
- Tu lugar seguro no es la ausencia de conflicto. Es la claridad sobre quién eres y hacia dónde vas.
- Tu misión — tus proyectos, sueños y metas — merece toda tu energía, evita desgastarla con el ruido.

"Un líder que no puede ser ofendido, no puede ser controlado." — John C. Maxwell

Hay etapas en la vida en que no sabemos bien quiénes somos. Momentos de confusión, de vacío, de pérdida de identidad. Eso es parte del proceso.

Lo importante en esos momentos, es no quedarse ahí

Vuelve a lo fundamental: trabaja en ti mismo, prepárate, refuerza tus habilidades. El carácter se forma en el proceso, no esperando que las circunstancias mejoren.

El dolor te rompe, pero también te impulsa

Nadie quiere el dolor, pero evitarlo a toda costa tiene un costo mayor: el estancamiento. El dolor, bien procesado, es uno de los motores más poderosos del crecimiento personal.

"No nos atrevemos a muchas cosas porque son difíciles, pero son difíciles porque no nos atrevemos a hacerlas." — Séneca

David Goggins, comandante retirado de los Navy SEAL, USA., construyó su vida sobre este principio. Criado en condiciones extremas, decidió no ser víctima de su historia.

De su experiencia nacieron tres pilares que definen la resiliencia real:

Pilar 1: Tolerancia al dolor

La resiliencia no se desarrolla en la comodidad. Se desarrolla en la incomodidad repetida. Trabajar aunque no tengas ganas. Continuar cuando ya quieres parar. Cumplir el compromiso que te hiciste, aunque nadie te vea.

Si siempre te mueves en lo cómodo, nunca desarrollas resistencia real.

La zona de crecimiento siempre está al borde del límite. Eso aplica tanto al entrenamiento físico como al mental, al profesional y al del carácter.

Pilar 2: Reprogramar la narrativa interna

Tu mente está diseñada para protegerte; por eso te miente. Cuando estás al límite, te dice cosas como: "No puedo", "Ya es suficiente", "Para qué esforzarse si no vale la pena."

La resiliencia es detectar esas excusas y actuar de todas formas. No ignorarlas — reconocerlas y seguir.

"No eres débil. Estás sin entrenar mentalmente." — David Goggins, comandante retirado de los Navy SEAL, USA.

Pilar 3: Micro-victorias acumuladas

La resiliencia no se construye solo en las grandes hazañas. Se construye en lo pequeño, todos los días: cumplir lo que dijiste que ibas a hacer hoy, no fallarte en las cosas pequeñas, construir una identidad de alguien que no se rinde.

Cada pequeña victoria le dice a tu mente: soy alguien que cumple. Con el tiempo, esa identidad se convierte en tu base más sólida.

El carácter se forma en lo pequeño. Un día a la vez.

Decide empezar hoy.

El conocimiento sin acción no transforma. La resiliencia no es un concepto que se entiende, es una capacidad que se entrena, día a día, con decisiones que muchas veces nadie ve.

Antes de aspirar a liderar equipos, organizaciones o misiones, debemos hacernos una pregunta sencilla:

¿Estoy formando mi carácter?

"El liderazgo se desarrolla a diario, no en un día." — John C. Maxwell

Liderar tu propia vida es el primer acto de liderazgo. Antes de guiar a otros, debes poder guiarte a ti mismo. Eso requiere disciplina, resiliencia y la disposición de hacerte preguntas incómodas.

EJERCICIOS

Preguntas para hacerte hoy:

- ¿Qué habilidad llevas tiempo queriendo desarrollar y no has empezado?
- ¿Qué situación difícil has estado evitando en lugar de atravesar?
- ¿En qué área de tu vida te has estado mintiendo con el "no puedo"?
- ¿Qué harías diferente si supieras que el fracaso no es permanente?

Reflexiona sobre estas tres preguntas:

- ¿En qué situación de tu vida necesitas aplicar más resiliencia hoy?
- ¿Qué excusa interna repites con más frecuencia cuando enfrentas un reto?
- ¿Qué pequeña acción puedes tomar esta semana para construir tu carácter?

MATERIAL COMPLEMENTARIO

Te recomendamos este material audiovisual complementario. (Haz clic en el enlace)

1

MENTE DE ACERO



2

ENTRENA TU MENTE



Reflexión final

El camino de la rendición conduce al estancamiento, pero el camino de la resiliencia forma el carácter. Y el carácter es el fundamento de todo liderazgo duradero.

Antes de aspirar a dirigir a otros, debemos hacernos una pregunta sencilla:
¿Estoy formando mi carácter?

Porque el liderazgo comienza cuando decides ser la persona que otros pueden seguir.

GRACIAS POR SER PARTE
