



Sin defectos

Los 10 defectos de personalidad más comunes y qué hacer con ellos

por Louis A. Tartaglia

RESUMEN EJECUTIVO

Contrario a lo que se cree, los defectos de personalidad si pueden ser superados, si se modifican las conductas que los provocan. Los defectos de personalidad son como huecos en nuestras almas, explica Tartaglia, y tratar de llenarlos es uno de los cometidos más importante que tiene todo ser humano.

Si usted es una persona que muere por tener siempre la razón, vive culpando a todos a su alrededor, se enfurece de nada, etc., usted sufre y hace sufrir a los demás a causa de un grave defecto de personalidad que debe y puede corregir.

Aquí se identifican los 10 defectos de personalidad más comunes en las personas, tomando en cuenta que se pueden tener combinaciones de ellos. Conocerlos, aprender a identificarlos y saber cómo cambiarlos le será mucho más fácil luego de leer este libro.

Defectos de personalidad: todo el mundo los tiene

Seguramente usted conoce a alguien que 1) siempre que discute, no para hasta que usted le de la razón, 2) tiene un amigo que se enfurece por las cosas más tontas, 3) lo culpa a usted por sus problemas, o 4) siempre se queja.

Todos ellos tienen defectos de personalidad, y ¿quién no? La gente cree que las personas buenas tienen menos defectos, y esto no es cierto. No se trata de tener muchos o pocos, sino de la intención de superarlos; lo que desarrolla una fuerte personalidad.

En el pasado, la reputación de una persona estaba basada en vivir honestamente, haciendo el bien. Hoy en día, se basa en las exageraciones sobre características personales, no en la moralidad. La sociedad de ahora está basada en la promoción, por eso la publicidad y no la personalidad, es lo que determina nuestros héroes.

Tener defectos de personalidad es muy humano, pero no hacer nada por cambiarlos es una tragedia. Los defectos de personalidad afectan las relaciones con los demás, ocasionan problemas, caos y hasta dolor.

Superar un defecto de personalidad es más fácil de lo que se piensa. Cuando se logra, o se aprende a tolerar a los demás, es cuando se llega a una verdadera y duradera relación.

Las razones para cambiar defectos de personalidad son:

- 1.- Luchar para ser cada vez mejor.
- 2.- Afectan terriblemente su vida emocional.
- 3.- Son automáticos – florecen sin su permiso, en los momentos menos esperados.
- 4.- Mientras más se intensifica el defecto, más le costará reconocer que lo tiene.

Defecto 1: El adicto a tener siempre la razón

- ¿Prefiere usted tener la razón antes de ser feliz?
- ¿Se siente descompuesto a menos que alguien esté de acuerdo con usted?
- ¿Aunque se demuestre que esta equivocado, sigue usted buscando formas de imponer su punto de vista?
- ¿Tiene usted siempre la última palabra?

Si sus respuestas fueron mayormente afirmativas, usted es adicto a tener la razón.

Esto no significa que usted no pueda tener un punto de vista y apegarse a él. Pero se convierte en defecto si tiene una necesidad infinita de que la gente siempre le de la razón o de lo contrario, se sentirá mal.

Quienes padecen este defecto, generalmente:

- Les cuesta asumirlo. No sienten que desean tener la razón - creen que sus ideas son siempre mejores que las de los demás, y que por eso tienen que admitirlo.
- Llegan a creerse tan sabios en todo lo que dicen, que comienzan a parecer estúpidos frente a los demás.
- Se trancan en las discusiones y no se abren a nuevas ideas o alternativas.
- Tienen problemas de comunicación. Son malos oyentes, confunden “escuchar” con “esperar su turno para hablar”.
- Se sienten con gran autoridad sobre los demás, tratan de ajustar el mundo a sus creencias, necesidades e ideas. Sólo así pueden sentirse bien.

La buena noticia es que se puede cambiar, si se mantiene una posición abierta ante lo que tienen que decir los demás, para luego decidir si uno tenía la razón o no. Si la persona admite que estaba equivocada, la otra persona baja la guardia y comienza a reflexionar si tenía o no la razón.

Cuando usted sienta que tiene toda la razón y que está atascado:

- Reconozca que lo está haciendo de nuevo.
- Pare y observe cuál ha sido su conducta.
- Perdónese y ríase de su defecto.
- Admita que no tenía la razón y siga adelante.

Defecto 2: El enfurecido y rabioso crónico

- ¿Se siente rabioso cuando sería mejor estar bajo control?
- ¿Utiliza su rabia para controlar o intimidar a los demás?
- ¿Se enfurece usted en público, avergüenza a familia y amigos?
- ¿Cuándo la gente se refiere a usted dice: "es muy bueno, pero no lo hagas enfurecer"?

La furia es una rabia que surge por algo que la persona considera injusto o inadecuado. Es una reacción que todos podemos tener, pero de ser frecuente, pudiera estar fuera de control.

Todos tenemos un punto de ebullición, pero la persona que se enfurece por nada, logra llegar a ese punto mucho más rápido que los demás. Una vez que ha planeado explotar, no importa quién se atraviese en su camino (de hecho está deseando que alguien lo haga y más si es de confianza). Las explosiones lo hacen sentir poderoso y vivo.

Los enfurecidos crónicos:

- Buscan una excusa para molestarse y lograr sus propósitos.
- Cuando no pueden obtener lo que quieren o hacen algo malo, se enfurecen en lugar de afrontar sus emociones.
- Cuando se molestan, pueden llegar a ser peligrosos.
- No están dispuestos a cambiar nada. Por el contrario, están buscando algo para enfurecerse.
- Tratan de expresar con sus rabias que no se sienten bien consigo mismos, que necesitan más espacio, etc.
- Bombardean con sus palabras o actos a los demás, y no esperan que ellos se defiendan y actúen igual como respuesta – quieren que retrocedan y los dejen tranquilos.
- La rabia es la forma que conocen para lidiar con la vida.
- Saben que sus explosiones no son normales y tan pronto alguien le demuestra que están fuera de control, se irritan y descontrolan más aún.
- Las reacciones a un pequeño problema pueden escalar hasta llegar a la furia, si le tocan el botón equivocado.
- En el fondo se sienten débiles.
- Saben que actúan de forma horrible, y se siente así.
- Temen que otros puedan tener la razón y ser mejores que ellos.

En el caso de parejas, quien tiene el defecto trata de que su pareja parezca equivocada o la mala, para tener la excusa perfecta de reaccionar y pelear. La culpa de la violenta reacción es del otro.

Eventualmente este tipo de persona apacigua su rabia, pero no sin antes haber herido o haber arruinado su relación.

Si usted está involucrado con alguien que tiene este defecto:

- Cree una zona de seguridad –emocional o física.
- No trate de pelear contra su irracionalidad.
- Confronte la conducta firmemente, si es necesario.
- Descubra cuál es el secreto o temor de esta persona.
- Asegúrese de que sufra las consecuencias de sus explosiones.
- Aléjese y evite ser un blanco de ataques.

Si usted padece de este grave defecto, puede librarse de él:

- Respire hondo para calmarse cuando quiera actuar con furia.
- Salga de su posición y vea cómo está actuando desde afuera.
- Visualice su rabia como una cadena que lo esclaviza.
- Saque la basura - eche a un lado sus malos pensamientos y elimine los malos patrones de conducta.
- Enfóquese en aquello que ama realmente.

Si nada de esto funciona, busque ayuda profesional.

Defecto 3: El que culpa a otros y guarda rencor

- ¿Culpa a los demás para que no lo juzguen a usted?
- ¿Guarda usted rencores por años y años, aunque todos los demás ya los hayan olvidado?
- ¿Acepta usted a las personas, pero con condiciones?
- ¿Cuando hay un problema en una relación, busca primero el error en la otra persona?

Culpar a los demás pareciera algo normal y justo, porque toda persona debe hacerse responsable por sus actos. Sin embargo, es un defecto de personalidad cuando se usa para herir, evitar ser castigado, o para sentirse elevado y perfecto ante los demás.

Las personas que viven echándole la culpa a los demás:

- No quieren afrontar su responsabilidad cuando algo sale mal, pero buscan el reconocimiento cuando algo sale bien.
- Ruegan el perdón cuando hacen algo mal, pero critican y juzgan a los demás por la misma ofensa.
- No siempre son explícitas al echarle la culpa al otro. Pueden ser muy sofisticadas - al levantar una ceja y decir sarcásticamente "¿En serio?" están en realidad diciendo: "¡estás actuando como un estúpido y te equivocaste otra vez!".
- Acumulan rencores por meses o años. Luego pueden ilustrar todo lo malo que ocurrió a lo largo de ese tiempo.
- Siempre necesitan una víctima.
- Tratan de mover el foco de atención hacia los demás.
- Jamás buscan soluciones.

Para cambiar este defecto:

- No le eche más candela al fuego.
- Practique la aceptación.
- Asuma su responsabilidad.
- Enfóquese en su conducta y en su carácter.
- Perdona a sus conocidos, como lo haría con un extraño.

Defecto 4: El preocupado y sufrido extremo

- ¿Siente que su vida está llena de desesperación?
- ¿Pasa mucho tiempo imaginando problemas que quizá no lleguen a ocurrir?
- ¿La preocupación es algo natural para usted y jamás se siente cansado de ella?
- ¿Vive usted más en un futuro desagradable que en el presente?

Toda persona expresa sus preocupaciones, temores y angustias. La diferencia es que para quienes padecen este defecto, la preocupación es un estado mental permanente. Siempre piensan en el peor escenario posible, y no están en paz hasta que se hayan preocupado lo suficiente acerca de todo lo imaginable.

Cada ser humano tiene algo por que preocuparse, y es imposible dejar de hacerlo para siempre; sin embargo, preocuparse y preocuparse sin buscar una solución y sin pensar en algo para cambiar las cosas, es un defecto. Estar cerca de una persona así no es nada agradable.

Se puede identificar a una persona con este defecto: cuando un familiar o amigo tenga un problema, dígame con firmeza que cree que todo va a salir bien. Si la persona se siente mejor y agradece su comentario, no padece de este defecto. Si se indigna por su comentario, porque usted no ve lo horrible de su situación, es adicta a las preocupaciones.

Para estas personas:

- Es más fácil estar temerosas que relajadas
- Es más fácil preocuparse que aprender a confiar.
- Cuando se sienten aburridas comienzan a imaginar los peores escenarios de cosas cotidianas, sin darse cuenta del daño que eso les causa.
- Cuando en verdad tienen un problema, en lugar de ver las posibles soluciones, comienzan a pensar de forma catastrófica.

Si usted tiene este defecto:

- Fíjese bien si el motivo de su angustia es el hambre, cansancio o si se siente soledad. El cerebro envía señales al cuerpo cuando se encuentra en esos estados, y a veces no son fáciles de identificar.
- Reemplace sus temores con valor. Preocúpese solo cuando usted tenga control y pueda hacer algo al respecto.
- Piense que preocuparse es pre-ocuparse. Ocuparse de algo antes de que ocurra... si es que ocurre.
- Échele un vistazo a la realidad. Piense en las cosas tal y como son, no le agregue nada más.
- Hable con usted mismo de forma positiva. Cambie sus angustias por motivación y acción.
- Aprenda a identificar cuando esté preocupándose por lo que ni usted mismo sabe si va a ocurrir y distráigase con algo más productivo.

Defecto 5: El intolerante

- ¿Tiene usted una actitud de desdén?
- ¿Le cuesta darle a la gente el beneficio de la duda?
- ¿Se ofende con facilidad?
- ¿Hay religiones, razas o nacionalidades que le irritan?
- ¿Para usted, algunas personas no aportan ningún beneficio a las relaciones?

Toda persona tiene sus preferencias hacia una u otra cosa o persona. Sin embargo ser intolerante es actuar como si uno lo supiera todo, con superioridad y desprecio por los demás.

Algunos lo expresan abiertamente, mediante prejuicios raciales o nacionalismos. Otros lo hacen sutilmente, demostrando lástima por aquellos infortunados que no son tan inteligentes y capaces como ellos.

Las personas que son intolerantes, en lo profundo:

- Tienen un trauma interno y deseos de protegerse.
- Tienen una idea errada de los motivos que puedan tener otras personas.
- Creen que pertenecen a una elite especial.
- Son incapaces de ver las cosas desde el punto de vista de los demás.
- Cambian dependiendo de quién tengan en frente, y serán más o menos tolerantes en base a ello.

La tolerancia por el contrario, es más que una virtud. Es un requisito para subsistir y lidiar con la realidad. Refleja amor.

Las personas intolerantes, para cambiar, deben aprender que:

- Cada persona tiene mucho que aportar, aunque tenga defectos.
- Todo error trae consigo un aprendizaje. Cada quien aprende a su propio ritmo.
- La paciencia es la única virtud que jamás se debe perder. Ser fuerte no significa demostrar a los demás lo equivocado, insoportable o tonto que son.
- La vida es maravillosa: y es por que existe todo tipo de ideas, personas, cosas, creencias, etc.

Defecto 6: El mártir – “pobre de mí”

- ¿Cree que la gente le debe un trato especial porque usted es una víctima?
- ¿Tiene fama de hacer que la gente a su alrededor participe en su pesar?
- ¿Cree usted que ser un mártir le da el derecho a culpar a los demás por sus problemas?
- ¿Pide ayuda a expertos pero luego no sigue sus consejos?

Usted se preguntará por qué hay gente que pasa su vida inmersa en relaciones abusivas, o que viven quejándose de su pareja, su familia, etc. y no hacen nada por cambiar. Estas personas no son tontas ni poco inteligentes; tienen el defecto del mártir.

Es un defecto horrible, que contamina la vida de la persona y de los que le rodean. Quienes lo padecen usan su sufrimiento para tener poder y control sobre los demás.

Las características de estas personas son:

- No les gusta estar con otros por su compañía, sino para obtener su reconocimiento por el infinito sufrimiento que ha tenido en sus relaciones personales.
- Se enorgullecen de ser víctimas. Esto los hace sentir libres, y hace que los demás reconozcan que no han sufrido tanto como ellos lo han hecho.
- Les encanta ver a los demás sufrir. Tienen una necesidad incansable de hacer víctimas a las personas que lo rodean, para así crear miseria.
- Creen que aparentar “pobre de mí” inspira dignidad y respeto en los demás.
- Como el enfurecido crónico, usan su rabia contra los demás – sólo que en forma diferente.
- Quieren que los demás sufran y se sientan culpables por hacerlos tan infelices.

Para que una persona mártir cambie, necesita:

- La ayuda de un agente externo (consejero, psicólogo, etc.) que le ayude a darse cuenta de que está causándose a sí misma su sufrimiento.
- Aprender a separar el pasado tormentoso del presente. A menudo se refieren a ambos como a uno solo. Manténgase conectado en el presente.
- Dejar de quejarse. Es lo más difícil, pero lo más importante. Puede comenzar con intentar no quejarse 24 horas, etc. Sus amigos y familiares no le reconocerán la voz.

Defecto 7: El egocéntrico

- ¿Cree usted que “el fin justifica los medios”?
- ¿Piensa que todos deberían quererle y admirarle?
- ¿Le gusta describirle – no mostrarle - a la gente lo bueno que es usted en algo?
- ¿Sus emociones son más importantes que las de los demás?

El egocentrismo es un defecto que crece solo, sin la ayuda de nadie. La personas “yoístas” (comienzan todas sus oraciones con “yo”) quieren mostrarle desesperadamente al mundo quién son. Siempre tratan de impresionar. Están tan ensimismadas que piensan que el mundo gira a su alrededor.

Todo el mundo tiene su propio ego, necesario para integrarse en la sociedad. Sin embargo, el egocéntrico, se cree único, especial, fabuloso, increíble, perfecto, incomparable, sabio, etc. No es narcisismo, aunque es uno de sus componentes.

El egocéntrico:

- Por querer ser grandioso, puede incurrir en actos deshonestos, ser envidioso, celoso, resentido e intolerante.

- Carece de amor propio, tiene una baja autoestima y por eso hace alarde de cualidades, que no tiene.

- Se auto-promueve todo el tiempo y así cubre su inadaptación a su entorno.

- Su objetivo es buscar la admiración para alimentar su ego, no para ayudar a los demás, como aparenta.

- Camina por encima de las personas y no se disculpa, las convence de lo beneficioso que eso fue para ellas.

- Se muere de celos y envidia, sonriendo al mismo tiempo.

- Trata de convencer a los demás que ser así no es un problema, sino un signo de superioridad y autoestima.

El egocentrismo es un mal de esta época, impulsado por una sociedad enfocada en personalidades y celebridades. Cuidar de sí mismo parece ser lo más importante, desconociendo que para alcanzar la madurez es necesario aprender a cuidar de los demás. La estrechez de visión de la sociedad refleja un crecimiento espiritual estancado.

Quitarse este defecto requiere:

- Mucho esfuerzo para reconocer que es egocéntrico.
- Empezar a ver a los demás como iguales.
- Cambiar el egoísmo por el servicio a los demás.
- Practicar humildad y valores positivos.
- Intentar pasar desapercibido hasta perder las ganas de ser siempre el centro de la atención.
- Ser sincero consigo mismo, aprender a reconocer y alabar a los demás y no promoverse a sí mismo todo el tiempo.

Defecto 8: Una excusa para todo

- ¿Se rinde usted antes de haber intentado de corazón?
- ¿Busca excusas cuando no puede resolver algún problema?
- ¿Cree que sus excusas e incompetencia le liberan de sus responsabilidades?
- ¿Cuándo otros pierden, se siente aliviado y piensa entonces que usted sí es normal?

Cada persona crea y usa sus propias razones para explicar su realidad. Este defecto aparece cuando la persona crea y crea razones para explicar siempre por qué no funcionaron las cosas. Defienden sus excusas por encima de todo; si encuentran una que haya funcionado en el pasado, la seguirán usando siempre.

Estas personas se excusan cada vez que no pueden mantener su palabra, realizar su trabajo, cumplir con las expectativas de un jefe, amigo, familiares, etc. Inventan una excusa para todo, demostrando que en el fondo se sienten incompetentes. Tratan de evitar ser puestas a prueba ante otros.

Las personas que tienen este defecto por dentro están pensando:

- No tengo las habilidades para hacerlo y son muy difíciles de desarrollar.
- No soy responsable por lo que pasa.

- Estoy siempre en el lugar equivocado.
- Me siento mal porque se que voy a perder. Quiero que tú te sientas mal conmigo. Si tú pierdes, no me sentiré tan mal.
- Mejor vamos a bajar los estándares, vamos a cambiar el nombre de “perder” por “ganar” y así ¡ganamos todos!

Para cambiar de verdad, sólo tienen que dejar salir su verdadero potencial, su talento, dejar de inventar excusas y hacer lo que pueda con lo que tiene, cambiar las creencias de incapacidad, por otras más positivas:

- Admita que tiene un mal hábito – inventar excusas para todo.
- Deje de lado el mal hábito y reemplácelo por uno nuevo – “sí puedo”.
- Crea realmente en esto, y sienta que sí es posible. Póngalo en práctica y no lo olvide.

Defecto 9: El crítico extremo

- ¿Le gusta hacer una lista de los defectos que tiene la gente?
- ¿Cree usted que ser cínico es parte de la vida diaria?
- ¿Cree usted que el sarcasmo es una gracia social?
- ¿Es usted mejor criticando que buscando soluciones?

Las críticas son constructivas cuando le aportan algún beneficio a la persona que las recibe. El mayor reto para todos es aprender a criticarse a sí mismo y no a los demás.

La lengua de los criticones es algo muy peligroso - puede meter en líos a cualquiera, contaminando la información que transmite. Es más temible que un arma de destrucción masiva.

Las personas criticonas:

- No aportan ningún beneficio al criticar
- Demuestran su incompetencia y rechazo hacia sí mismos.
- Cuando se enteran de los planes de los demás, no hacen sino criticarlos hasta destruirlos
- Critican a todos a su alrededor.
- Están emocional y moralmente vacías; utilizan su lengua como un arma destructora.
- Ven reflejado en los demás lo que ellas tienen en su interior, aunque no quieren reconocerlo. Reflejan su envidia y rabia mediante sus críticas compulsivas.

Para curarse de este mal es necesario:

- Reconocer y aceptar sus propios defectos (corporales, intelectuales, emocionales). Debe ser capaz de explorarse para encontrar el origen de su problema.
- Enfocarse en dar aprobación, afirmación y apoyo emocional a quienes lo necesitan.
- Aceptar las virtudes de los demás.
- Practicar la benevolencia y la generosidad.

Recuerde, cuando la vida le presenta un problema, no es para que usted se vuelva un cínico, sino para que descubra sus

talentos ocultos. La vida le pone a prueba para que pueda demostrar su verdadera naturaleza. Haga siempre las cosas lo mejor que pueda, sin caer en críticas y deje lo que no pueda hacer en manos de Dios.

Defecto 10: El deshonesto

- ¿Miente usted cuando sería más fácil decir la verdad?
- ¿Le dice a la gente que no le importa algo, cuando en realidad sí le importa?
- ¿Pregona moralidad ante los demás, pero se porta inmoralmente cuando no lo ven?
- ¿Piensa una cosa, pero hace otra?

La deshonestidad conlleva a la gente a pensar que el mundo podría ser mejor, incluso más seguro, diciendo mentiras. Toda persona ha mentido para evitarse un problema, para garantizar que algo se resuelva, etc. Pero en situaciones en las que es más fácil decir la verdad y sin embargo la persona miente, es cuando tiene este defecto de personalidad. Con el tiempo, la deshonestidad se vuelve un hábito.

La mentira crónica requiere más esfuerzo de lo que vale la pena. Nadie confía en un mentiroso crónico, ya que promete más de lo que cumple. La deshonestidad es percibida como una falta de voluntad para aceptar la verdad y la realidad, que se traduce en conductas y palabras por parte del deshonesto.

Este problema tiene muchas razones de ser, pero en el fondo ocurre porque la persona no cree que la verdad sea un requisito necesario para interactuar con otros seres humanos. Sienten que al ser deshonestos, se están protegiendo de los demás. Por ser así, tampoco pueden confiar en nadie más.

Se puede reconocer a alguien deshonesto porque normalmente:

- Nunca hace lo que dice que va a hacer.
- Constantemente mueve sus ojos a los lados cuando trata de recordar lo que supuestamente dijo.
- Piensa que los honestos son ingenuos o estúpidos.
- Utiliza frases como: “No fue mi culpa...”, “Esta vez sí te digo la verdad...”, “No entendiste lo que te quise decir...”, “Eso no fue lo que yo dije...”

Enseñar honestidad es una tarea fundamental de todos los padres y se enseña con el ejemplo. Hay que demostrar que las consecuencias de mentir son mucho peores que las de cometer un error. Una persona tiene una personalidad fuerte y sana cuando sus acciones son congruentes con sus palabras. La honestidad hace del mundo un mejor lugar para vivir, y es la base de la sociedad. De hecho, hace la vida mucho más fácil.

Cuando tenga que tratar con personas deshonestas:

- Escriba contratos. Cuando diga que jamás prometió o dijo algo, usted tendrá cómo demostrar que no es cierto.
- Sea específico sobre qué, cómo y cuándo esa persona debe cumplir su parte de un acuerdo.

- Recuerde que a veces no pueden ni reconocer cuándo están diciendo mentiras.
- No enfurezca. Ponga carácter y firmeza en la relación.
- No cubra las mentiras de nadie.
- Si la persona no comienza a poner de su parte, aléjese.

Si usted tiene este defecto de personalidad:

- Comience tratando de ser honesto un día a la vez.
- Practique la honestidad con los detalles más pequeños y luego vaya aplicándola a todas las demás áreas de su vida.
- Si miente, admítalo rápidamente.
- Comprométase a ser realmente honesto con las personas a quienes ha engañado en el pasado.
- Confíe en que todo va a salir mejor siendo una persona honesta.
- Identifique el motivo que lo lleva a mentir constantemente – inseguridad, temor a ser rechazado, miedo a castigo, querer ser

más que los demás, etc.

Cambie su carácter, cambie su destino

Usted puede cambiar su destino con sólo cambiar su personalidad y eliminar sus defectos. Su verdadero ser es perfecto, usted está lleno de virtudes inimaginables, cualidades que están esperando ser descubiertas para demostrar todo su potencial.

Aprender a confiar es una decisión que usted puede tomar hoy, y que le puede ayudar de muchas formas. Usted tiene la capacidad de librarse de sus defectos graves de personalidad, cualquiera que sean, para experimentar una vida llena de paz y armonía. Esta debería ser su meta.

Es cierto que la vida implica problemas o situaciones complicadas, pero puede tener paz y armonía a la vez que intenta superar los obstáculos que se presenten en su camino.

Este Resumido ha sido parcialmente patrocinado por:



Directorio y Buscador de Negocios en Hispanoamérica



Lo mejor de las revistas de gerencia



Estadísticas e Investigación de Mercado Digital en Latinoamérica

¿Le gustó el Resumido? Compre el libro en: <http://www.resumido.com/es/libro.php?cod=212>