

# COMO "HACERSE" SIN "DESHACERSE"

## FAMILIA Y EDUCACIÓN

### ○ LA PERSONA HA DE HACERSE A SÍ MISMA

Un principio que parece aceptable es éste: **el hombre "es", pero "no está hecho"**. Cuando nace es sólo una posibilidad de proyecto. Por supuesto, no puede hacerse solo, ni cualquier cosa que quiera, porque **hay factores condicionantes** de la trayectoria de toda persona humana.

Pero los condicionamientos no son tantos ni tan vigorosos que anulen la libertad. **Ser libre** significa tener la vida en las manos. Lo que resulte dependerá del uso que se haya hecho de la libertad. **Siempre estamos eligiendo**; incluso, cuando no elegimos, estamos eligiendo no elegir.

**Con la libertad nos "hacemos"**. Pero hay muchas personas que en el empeño de "hacerse a sí mismas" **se "deshacen"**. Por otra parte, hay también personas "muy deshechas" que, **con la ayuda de otros, se "rehacen"**. Durante nuestra vida hay momentos en que "nos hacemos" y otros en los que "nos deshacemos". El resultado depende de muchas cosas y circunstancias. Pero el resultado de nuestra actividad depende **del "proyecto"** que cada uno se haya hecho para su propia vida.

Siempre que actuamos lo hacemos por algo y para algo; nos proponemos un fin, una meta. Si no lo hiciéramos así, nuestro comportamiento no tendría sentido; en el fondo significaría que no tenemos proyecto alguno y probablemente nuestras acciones no podrían llamarse humanas: podrían ser meros actos reflejos, como los de los seres irracionales. **Para realizarse como persona, es menester tener un proyecto racional, pensado y reflexionado.**

### ○ PROPONERSE UN MODELO

Es ineludible elegir un modelo que motive la conducta, para realizar un proyecto personal. A veces uno está un poco atontado, aburrido, sin saber qué hacer. Ésta es una enfermedad que padecen muchos jóvenes de hoy. Uno puede encontrarse un sábado o un domingo sin saber qué hacer con la vida. Esta situación indica que no se tiene un modelo ni un proyecto. Cabría proponer a esos chicos un ejercicio: que se pregunten ante una mesa vacía, sin bibliografía, provistos sólo de papel en blanco y bolígrafo: ¿por qué cinco valores me jugaría la vida ahora mismo?

Si no emergen en la mente esos cinco valores, es que no hay proyecto, no **se ha encontrado el sentido de la vida.**

### ○ TRAGEDIAS DE SABADO

**Pongamos un ejemplo.** Alguien de ustedes, un chico o una chica (supongamos que es una chica), quiere estudiar y dice: "Me voy a tomar una buena dosis de cafeína y me pongo a estudiar". Se pone. Pero enseguida descubre que es muy importante tener a mano un rotulador amarillo, para subrayar y retener... Pero no lo tiene. Se levanta, lo busca, se pelea con su hermana porque se lo ha quitado y no sabe dónde está. Se enfada... Bueno, como ya son las cinco menos diez y a las cinco abren, voy a salir a la calle y compro un par de ellos porque, claro, esta tarde es definitiva. Vuelve a las cinco y cuarto Ya está llegando al portal de su casa cuando se encuentra a una amiga. Entonces la amiga le dice: "Te estaba buscando, mujer; nos tenemos que tomar un café, que quiero hablar contigo". Se

van a tomar un café. La amiga empieza a contarle el problema que ha tenido con una amigo que la ha dejado y entonces... la escucha, le da consejos, y cuando se da cuenta... ¡las seis y cuarto!. Vuelve a casa con los dos rotuladores. Bueno, a esta hora quizá lo conveniente sería cargar las pilas, tener más energía, o sea, merendar. Va a la nevera, olfatea... Elige algo a su gusto y se va a la sala de estar a tomárselo. Hace "clic" y se enciende el televisor. Hay película medio empezada. Enseguida anuncios. Después viene la segunda parte de la película y quizá se pueda coger el hilo del argumento... son las siete y media de la tarde: ya no compensa ponerse a estudiar hora y cuarto... Voy a cenar temprano y llamar a mi amiga porque dos personas se motivan más, formamos el "nosotros", nos autoestimulamos. Probablemente hasta las tres de la mañana, prepararemos muy bien el examen. Además queda todo el domingo, hay tiempo. Llama a su amiga. Llega a las once y media porque se ha retrasado el autobús. Al final se ponen a estudiar a las doce menos cuarto y aguantan hasta las tres.

**El proyecto que ha hecho esa persona joven está minado de errores.** Habría que decirle; si tú a las cuatro de la tarde pretendes ponerte a estudiar, no discutes con tu hermana, no hay "chute" de cafeína, no hay búsqueda de rotuladores absolutamente irrenunciables. No, no lo son. Si tu fin es estudiar de cuatro a ocho, lo que hay que hacer es sentarse a las cuatro y no levantarse hasta las ocho, como sea. Y además hay que sentarse estoicamente ante el libro. ¿Qué se hace cuando tienes hambre y te encuentras con el mejor bocadillo que tienes delante y te gusta?. Te lo meriendas. Pues si te has propuesto estudiar, debes ponerte delante del libro y merendártelo, de cuatro a ocho, hasta que acabes. Si no eres capaz de tomar el libro que tienes que estudiar con la misma energía, con la misma disposición, con las mismas aptitudes con que coges el bocadillo de tu vida, que te encanta, que después de dos días sin comer eres capaz de zampártelo en un santiamén, entonces tú no estás motivado para trabajar y tu proyecto no funciona.

Cuando un hombre o una mujer tiene un proyecto de vida, cuando concibe **un proyecto acerca de su ser personal**, él mismo, ella misma, se proyecta, se lanza con armas y bagaje a la realización de ese proyecto porque se ha comprometido con él. Entonces ese proyecto pasa a ser vida vivida, fin de la existencia, compromiso radical y profundo. Y con un talante decidido se impide que haya la más mínima fisura que lo debilite o tuerza. Sin proyecto, damos bandazos y acabamos en frustración.

## ○ **ELEGIR Y RENUNCIAR**

**Elegir un proyecto, proponerse una meta, implica excluir cosas que no encajan en él**, que no son de nuestro estilo, que no caben en nuestro programa. **Elegir implica renunciar**. Cuando hay una conducta motivada por un proyecto, uno se alegra de las renunciaciones que conlleva, porque está comprometido con la opción que ha hecho.

**Esta es la manera de enriquecer la personalidad.** De lo contrario vamos dando vuelta a las cosas a las que hemos renunciado, o esquivando el bulto al compromiso asumido, y así la elección –el ejercicio de la libertad– no tiene mucho sentido. **Así las circunstancias nos llevan por donde no queremos ir.** Pero no porque sean más fuertes que nosotros, sino porque nos rendimos, porque nuestro proyecto no tenía fuerza, carecía de valores con garra. **Así, puede suceder que uno lleve arrastrándose por este mundo durante cincuenta años y no sabe qué está haciendo en él: no ha sabido qué hacer consigo mismo.**

## ○ **CÓMO SABER QUÉ HACER**

Para saber qué hacer consigo mismo, y hacerse un proyecto coherente y satisfactorio, **es preciso conocerse a sí mismo**; tarea no fácil. Se cometen muchos

errores, en este sentido. Hay muchos chicos que descubren a los cuarenta años la gran capacidad que tienen para aprender, por ejemplo, ruso. Pero llegan tarde. Si lo hubieran descubierto a los dieciocho años, a los treinta serían los europeos que mejor hablarían el ruso. Pero nadie les ayudó a descubrir que tenían esa capacidad de modo innato. **Se comenten muchos errores en el conocimiento propio por estimarse a la baja, es decir, por infraestimación.**

En este aspecto, la pedagogía de padres y profesores se ha equivocado con frecuencia. No hemos descubierto los valores positivos que tenían nuestros hijos o alumnos. No hemos puesto el rodrión para que crecieran en sus valores innatos. "¡Lucha contra tus defectos!", hemos dicho, cuando por cada defecto arraigado en ese joven **hay cinco, seis, diez, veinte, cien valores dominantes, que son los que hay que desarrollar.** Esa persona, quizá lo ha pasado mal tratando de erradicar un defecto, por ejemplo, el desorden: está todo el día peleándose con el armario, no sabe dónde poner los zapatos, los calcetines, etc.; y, sin embargo, le hubiera costado poco desarrollar **otros valores que tenía en estado potencial o ya muy crecidos como, por ejemplo, la magnanimidad, la puntualidad, la simpatía, la constancia, la generosidad...**

Con muy poquito esfuerzo hubiera crecido en un montón de virtudes y hubiera hecho felices a muchas personas. Pero **como nadie se los mostró, no ha crecido.** Y tiene un concepto negativo, pésimo, de sí mismo, porque sabe que es un desordenado, y cree que es un desastre, que siempre tiene los libros arrugados... **Tiene una pésima imagen de sí mismo, pero es que nadie le ha descubierto el lado positivo que tenía y en el que podía crecer.**

**Luchando de una manera negativa casi nunca se consiguen virtudes. Desarrollando los valores positivos que cada persona tiene y libremente quiere desarrollar, con ayuda de los demás, es como se logran las virtudes, que es lo que hace valiosas a las personas.** Hay que acabar con la pedagogía basada en lo negativo, porque sólo es compatible con el más radical pesimismo antropológico. Lo cierto es que la persona, hombre o mujer, es una maravilla; cada persona es única, irrepetible e insustituible.

#### ○ HACER RENDIR LOS VALORES

Por lo tanto, hay que ahondar: ¿quién soy yo? ¿qué valores tengo? ¿qué valores puedo alcanzar? **¿Cómo puedo sacar partido de los valores que tengo?**

**Hay que proponérselo, proyectarse activamente,** lanzarse hacia unos valores concretos y desarrollar las virtudes correspondientes. ¿Cómo? Ejercitando la virtud, no hay otro modo. ¿Usted quiere ser más simpático? Pues empiece a sonreír más, estírese los músculos faciales. Primero le saldrá una sonrisilla de conejo, pero no importa; llegará un momento en que los músculos fácilmente se estirarán. **La simpatía no se consigue haciendo un master, sino ejercitándola, con estimaciones, que no sean a la baja.**

Si usted, al llegar a este mundo tenía en sinceridad –por las cualidades innatas que le habían regalado junto a su vida-, 8, usted tendrá que morir con valor de sinceridad 800, alcanzado con su esfuerzo. Ésa será su biografía, no hay otra. A eso le llama un economista *plusvalía*. **En la vida, o crecemos o menguamos.** ¿Y si una persona nace con un alto valor de alegría, porque sin hacer ningún esfuerzo ya en la cuna sonríe de forma maravillosa, y puntúa 1000, y cuando se muere tiene sólo 200? ¡La inflación se lo ha comido!

Nos reímos, pero esto es sumamente importante. Si nacemos con 800 de alegría y llegamos a los setenta y cinco con sólo 200 de alegría, todo el mundo dirá: "¿cuidado!, es

un viejo gruñón; no te acerques, porque te puede morder". Si, en cambio, hemos nacido con 800 y elevamos este valor a 8000, dirán: "Cuida a este viejo: es encantador, ya verás qué simpático, qué bien te lo pasas con él..."

**Creciendo en la virtud de la alegría se hace felices a mucha gente.** Al menguar en la virtud de la alegría nos quedamos solos y nos sentimos aislados, y además refunfuñamos, espantamos y hacemos desgraciados a la gente que nos tiene que cuidar. **Hemos perdido los papeles porque no nos hemos conocido, nos hemos infravalorado, no hemos sabido desarrollar los valores que ya teníamos, y nos hubiera costado poco aumentarlos.**

#### ○ **ETICA DE VIRTUDES**

He hablado de virtudes. Me gusta más hablar de virtudes que de valores. No es una mera cuestión de palabras, sino de fondo. Las virtudes sólo se pueden enseñar de manera indirecta. Sólo se pueden aprender directamente viviéndolas.

Hay que respetar el deber por el deber, pero **sin olvidar la ética de la felicidad**, que es la que hay que resucitar, sin perder el punto de referencia de la ley. **Cuando yo me porto bien, lo hago porque me da la gana, y me da la gana porque así soy feliz.** El listillo que hace el mal no es feliz, es un desgraciado. Se puede demostrar fácilmente que es un desgraciado. Ejemplo: una chica aguanta a su madre cuyo único defecto consiste en tener muy mal genio. Grita y grita, y esto es como plomo derretido que cae por la espalda. Aún así la soporta y la aguanta. Y gracias a que hace ese bien de soportar a su madre, se hace buena. Puede decir que es tonta, pero no lo es: es feliz. "A su manera", dirán. Pero no, es feliz. Su madre se expansiona gritándola, y por eso no tiene que ir al psiquiatra. Si su hija le plantara resistencia, tendría que ir al psiquiatra y habría un conflicto. Se tendría que ir de casa. Pero, gracias al vigoroso temple de la chica no ocurre nada de esto.

Por cierto, que **no es verdad que las personas somos buenas y por eso hacemos el bien.** Sólo cuando alguien se esfuerza por hacer el bien, después de mucho tiempo de esforzarse en la mismo, acaba siendo bueno. **Sólo empeñándonos seriamente, desarrollamos la bondad que nos ha sido regalada con la vida. Sólo así nos hacemos sin deshacernos.**

#### **Apuntes de Jorge Balvey**

De una conferencia del Prof. A. Polaino  
ARVO Enero 1.997

#### **CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO**

Dr. Manuel Álvarez Romero  
Asunción, 59, 1º-Dcha 41011- Sevilla  
Tif : 954270780  
malvarez@psicosomatica.net  
[www.psicomatica.net](http://www.psicomatica.net)