

MÁS ALLÁ DE LAS APARIENCIAS

Muchas personas salimos a diario a las ocho de la tarde para aplaudir a un montón de personas que arriesgan su salud para darnos un servicio a la sociedad. Esas personas han llegado a ser héroes con nombre y apellido, después de muchos esfuerzos.

Puede sucedernos que, a veces, nuestra visión superficial de las cosas nos haga interpretarlas desde una perspectiva equivocada. Un análisis más detenido y profundo nos ofrece datos más certeros. Hay quien se deja obnubilar por el éxito de otras personas, queremos ser como ellas, pero desconocemos su trayectoria vital y su día a día; el enorme esfuerzo que las ha llevado donde están ahora.

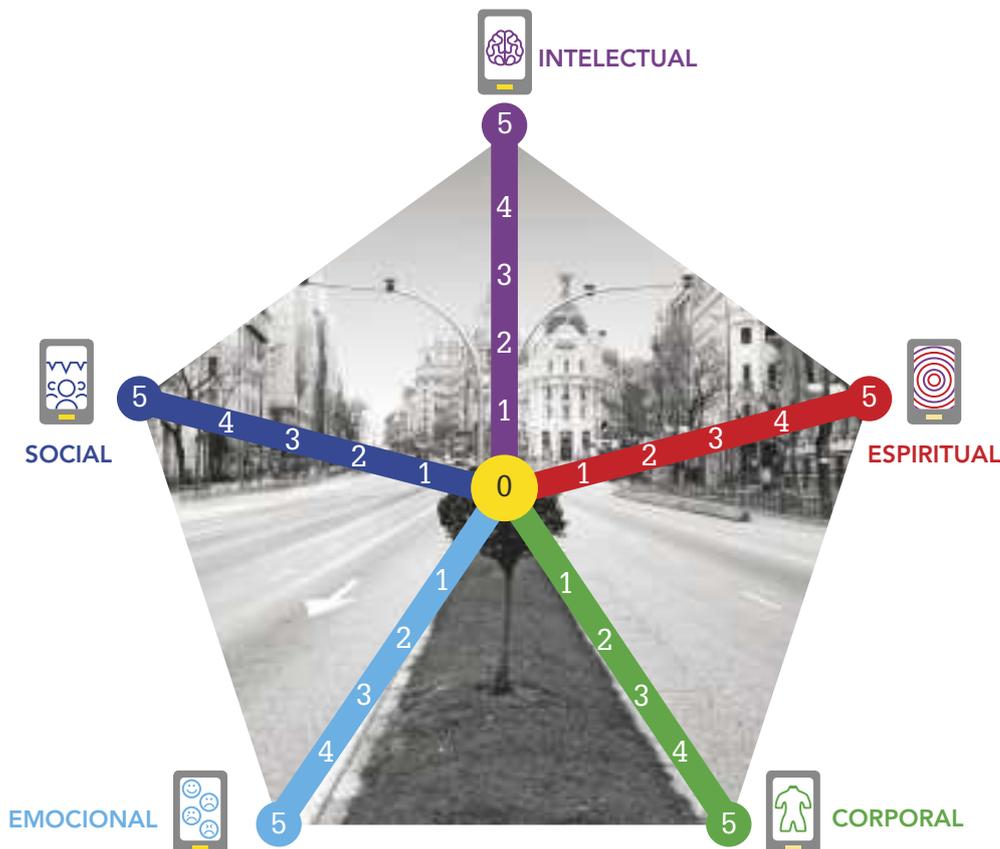
La victoria externa debe de estar precedida por una victoria interna, no siempre tan llamativa.

¿Cómo  me siento? _____

¿Cómo está tu pentágono aquí y ahora?

Te proponemos hacer un autoanálisis cuyo resultado será visual. Al ver el resultado en una imagen, somos más conscientes de cómo nos encontramos en este momento, aquí y ahora, y en cada una de las dimensiones.

Además, nos aporta datos orientativos para saber en qué campos tenemos que incidir para progresar en nuestra tarea de "aprender a ser."



En la ilustración tienes un pentágono con cada dimensión numerada del 0 (en el centro) al 5 (en el vértice). Imagina el pentágono ideal, completamente regular, sería tener 5 en cada una de las dimensiones.

Ahora te toca a ti

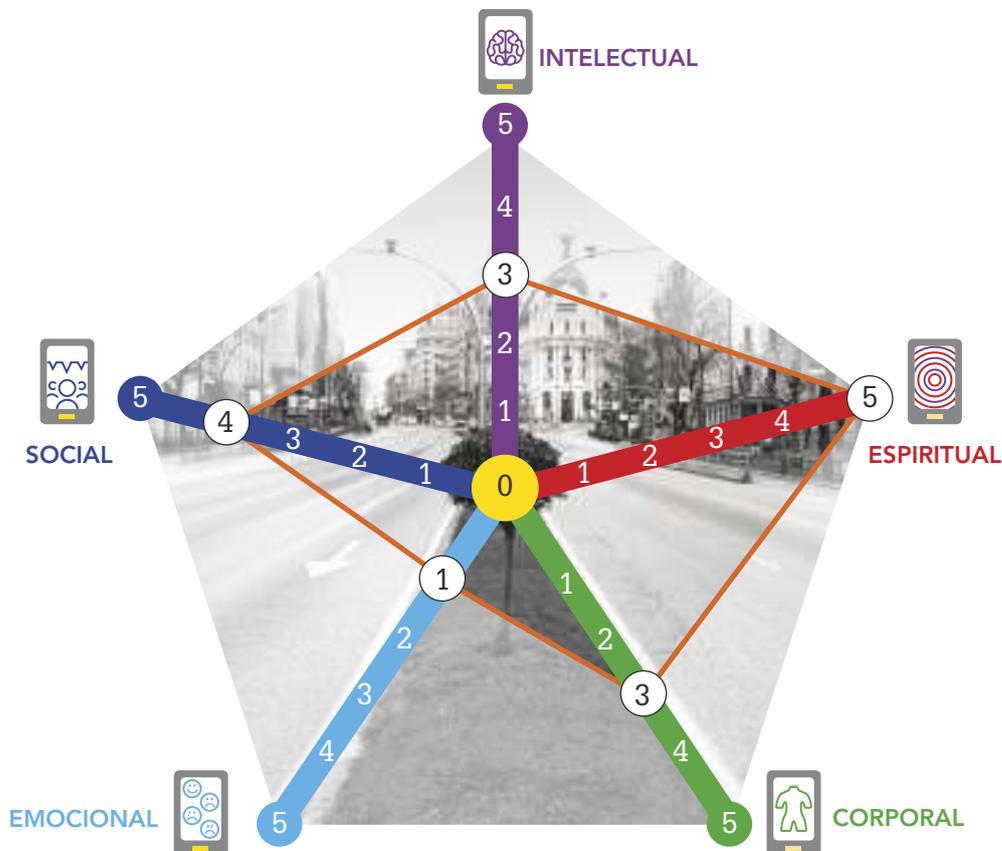
Contesta a la pregunta: ¿Cómo me encuentro yo en esta dimensión?

Después rodea en cada dimensión del pentágono el número con el que te identificas.

Cuando hayas terminado todas las valoraciones une todos los números con una línea de color. La imagen que resulta será **tu pentágono en este momento**. ¿Hay mucha irregularidad?

Compáralo con el pentágono "ideal" para orientarte sobre las dimensiones en las que estás un poco más flojo y que puedes proponerte mejorar.

Te proponemos un ejemplo.



La tarea

Fíjate objetivos concretos de trabajo a nivel personal, para continuar en tu tarea de autosuperación.
¡A por ello!

OBJETIVOS:

¿Qué puedes aprender?

La perspectiva que tomamos ante las cosas, nuestro punto de vista, determina la interpretación que hagamos de lo que sucede. Nuestra posición, desde dónde miramos, afecta a nuestros pensamientos y a nuestra conducta. En ocasiones, ante un determinado suceso te sientes al principio desconcertado, incluso dolido y engañado. Sin embargo, posteriormente te puedes dar cuenta de que no estabas mirando desde la posición adecuada..

El tapiz maravilloso

Un buen hombre recibió una carta de un amigo. Le comunicaba que le iba a regalar un hermoso tapiz. Era precioso, le decía, y hacía los mayores elogios del tapiz que iba a recibir todo él bordado en oro.

Representaba primorosamente unas escenas bellísimas de cacería, los colores estaban perfectamente conseguidos. Su valor, en una palabra, era incalculable.

A los pocos días llamaron a su puerta para entregarle el tapiz.

Lo desembaló a toda prisa, y al verlo, no pudo menos que sentirse defraudado.

Aquello no era sino un montón de hilos mal distribuidos sin formar dibujo alguno inteligible. Aquí y allá se veían nudos empalmados de cualquier manera.

Por ningún sitio veía aquellas maravillosas escenas de cacería de que le había hablado. “¿No será fruto de la imaginación de mi amigo?”,

llegó a pensar. “¡Tantos elogios para tan poca cosa!”

De repente, y casi sin advertirlo, dio la vuelta al regalo y respiró aliviado.

Desgraciadamente lo había estado mirando del revés. Ahora sí pudo admirar los riquísimos matices de los colores, las bellas escenas representadas.

En fin, le pareció que su amigo se había quedado corto en las alabanzas.

Manuel Sánchez Monge. “Parábolas como dardos”. Ed. Sígueme



Aplicáte el cuento

Reflexiona con calma sobre las respuestas a las siguientes preguntas. Puedes comentarlas con otras personas o escribir algunos de tus pensamientos en un papel.

- El tapiz de nuestra vida está confeccionado por muchos hilos y de diversos colores. Tejiéndolos juntos y en equilibrio podemos crear escenas maravillosas.
 - El **azul** es el color del cielo y del mar. Se asocia a estabilidad y profundidad. Transmite calma, serenidad y tranquilidad. ¿Sueles tejer con este color el tapiz de tu vida? ¿Procuras buscar momentos de calma y serenidad?
 - El **verde** es el color de la naturaleza y de la salud. Simboliza esperanza y se relaciona con la capacidad de alimentar, cuidar y proteger. ¿Te tomas en serio el cuidado de la naturaleza? ¿Tienes gestos de respeto y protección hacia ella?
 - El color **amarillo** simboliza felicidad, alegría, optimismo. También se relaciona con la diversión, la inteligencia, la belleza, y la creatividad. ¿Cuidas tu hilo intelectual buscando la belleza y la verdad? ¿Intentas ser una persona optimista y alegre?
 - El color **rojo** simboliza poder, vitalidad, pasión. Representa también confianza en uno mismo, coraje, valentía. ¿Eres una persona valiente? ¿Vives las cosas con pasión?
 - El color **blanco** simboliza la perfección, la fe, la inocencia, la suavidad, la limpieza. En el tapiz de tu vida, ¿cuidas los gestos de cariño, de amabilidad? ¿Cuidas tu cuerpo?
 - El color **negro**, en la cultura occidental se le considera un color negativo que simboliza las tinieblas, la muerte, el dolor o el mal. Pero también tiene otro significado, elegancia. ¿Tienes la elegancia de transformar las cosas negativa en aprendizajes para tu vida?
- En el tapiz, como en nuestra vida, hay una cara vista y otra cara oculta. También las monedas tienen su cara y su cruz. Muchos elementos de la naturaleza –y de la vida– tienen su derecho y su revés. Por eso no podemos fiarnos de las apariencias. Toda persona tiene una cara más profunda. ¿Qué sueles cuidar más: la apariencia o tu interior? ¿A qué sueles dedicar más tiempo?
- Vamos tejiendo nuestro tapiz, poco a poco, con delicadeza y atención. La labor es muy lenta. ¿Eres una persona impaciente? ¿Te desesperas con facilidad cuando no consigues en seguida lo que quieres?
- En la tarea, a veces, corremos el peligro de hacernos daño. ¿Lo aceptas como parte del proceso de crecimiento? ¿Te rebelas y te frustras? ¿Abandonas con facilidad?
- Para la elaboración del tapiz, previamente se necesita un patrón, una guía que realiza el artista y sobre el que irá tejiendo el tapicero. En tu vida, tú eres artista y tapicero. ¿Tienes elaborado ese patrón, ese proyecto en tu propia vida para orientarte a la hora de ir tejiendo?

Principios para la vida

Estos puntos resumen algunos aprendizajes que hemos compartido. Copia en un cuaderno o una hoja los que más te identifiquen y añade tus propias reflexiones.

- No me dejaré llevar por las apariencias. Todo tiene su lado profundo.
- Según la perspectiva que tome al analizar las cosas los resultados serán distintos.
- Soy el artista y el tapicero de mi propia vida. Tejeré un tapiz maravilloso.

“Pocos ven lo que somos, pero todos ven lo que aparentamos”.

N. Maquiavelo

“Estamos tan acostumbrados a disfrazarnos para los demás, que al final nos disfrazamos para nosotros mismos”.

F. de La Rochefoucauldi

¿Qué puedes hacer?

Día a día, los pequeños gestos son los que consolidan una vida en profundidad. Esta riqueza de vida no siempre es visible desde el exterior.

El cultivo de nuestro interior es lo que nos hace florecer al exterior.

Las semillas de las flores, mientras están bajo tierra, no se ven y parece que no tienen vida. Pasado el tiempo nos damos cuenta de que había mucha vitalidad, fuerza y belleza, reflejada en sus hermosas flores. También en nuestro interior hay semillas que es imprescindible cultivar si queremos que salgan fuertes al exterior.

Una de estas semillas es la generosidad.

Plan "GG" (Gestos de Generosidad).

La propuesta consiste en repartir, a lo largo de la semana, gestos de generosidad hacia los que están en casa, los amigos y otras personas con las que entramos "en contacto" (presencial o virtual) durante estos días.

Para llevar a cabo la tarea, hacemos una planificación en la que ponemos los días de la semana y dejamos un espacio para describir, dibujar, fotografiar o representar en qué consistirán esos gestos. Estos "detalles de cariño" tienen un enorme valor sin que haya un reconocimiento por parte de otros.

LUNES

20

GG

Dedicaré palabras agradables a cada una de las personas que están en casa.

MARTES

21

GG

Felicitaré a alguno de mis amigos por algún motivo.



MIÉRCOLES

22

GG

Cuando llame a los abuelos les diré palabras amables (que los quiero mucho, que son un ejemplo para mí o que tengo muchas ganas de verlos).

JUEVES

23

GG

Cederé en alguna discusión familiar con generosidad y cariño.

VIERNES

24

GG

Estaré pendiente de algún compañero o compañera que sé que necesita mi ayuda.

SÁBADO

25



GG

Si hay discusiones en casa por quién debe realizar una tarea determinada, me ofreceré para hacerlo yo.

DOMINGO

26

GG

Me tomaré lo que haya de comer, aunque no me guste, agradecido hacia quien lo ha preparado.