

**Crece en
autoestima:
valorarse y
reconocerse
por lo que se es,
no por lo que
se tiene,
se sabe
o se puede.**

La farola quiere, a toda costa, hacer ver a los viejos de qué cosas tan maravillosas es capaz, de ofrecerles los regalos que le han hecho sus amigos antes de despedirse y acaba descubriendo que para ellos no importa lo que pueda darles sino el hecho de haber sido "su farola" durante mucho tiempo.

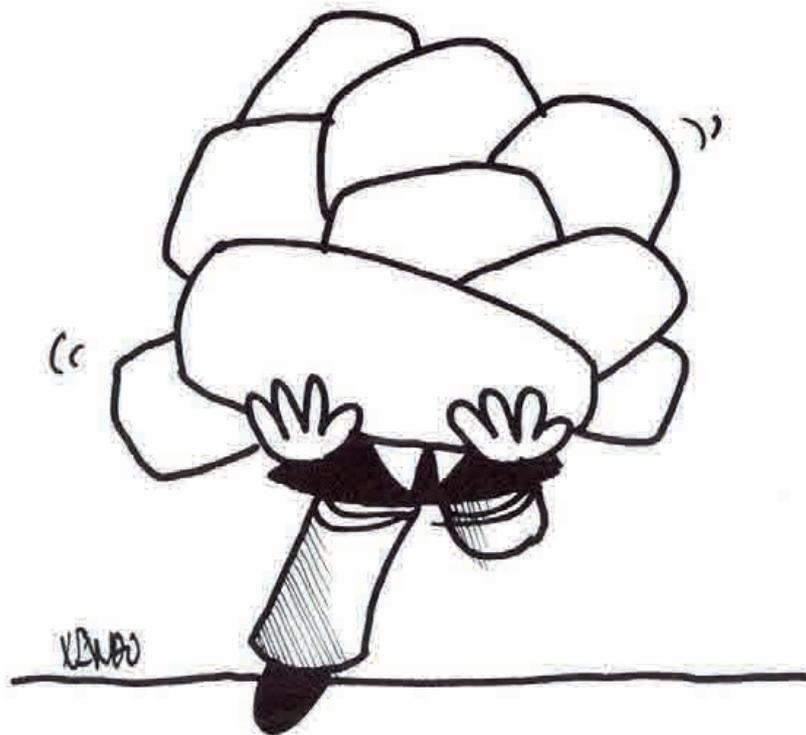
No es tan sencillo valorarse uno mismo por lo que es más que por lo que tiene. Una corriente general nos hace prestar más atención a las posesiones o habilidades que a la esencia de la persona. El "tanto tienes, tanto vales" está a la orden del día y hasta nuestra farola, con todos sus años y expe-

La farola vieja: ser uno mismo

Miguel Angel Conesa Ferrer

A una vieja farola y al señor que la cuida les llega el momento de jubilarse. No saben qué va a pasar con ellos. Los amigos de la farola le dan sus regalos: el viento, lucidez y hacer vivo su recuerdo; las nubes, una gota de agua "para que tengas el poder de oxidarte... para deshacerte y convertirte en polvo"; una estrella le regala lo que ella recuerde o vea con lucidez. Tres bonitos regalos que necesitan un trozo de vela para funcionar.

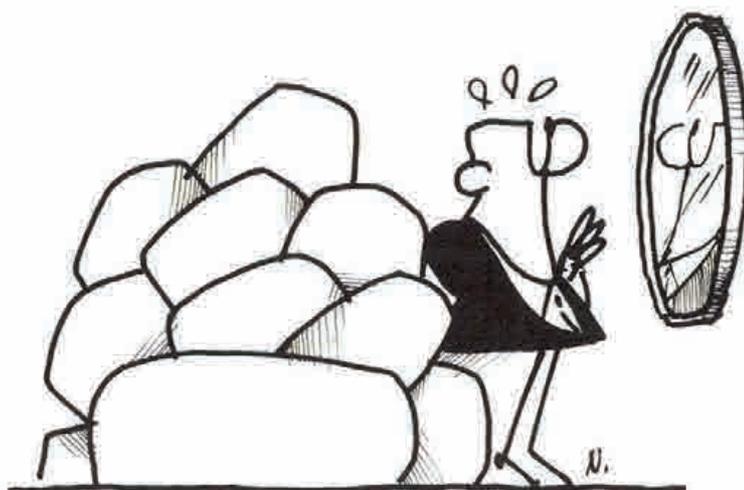
Los viejos se llevan la farola a su casa y la sientan en el sillón cerca de la chimenea. La miran. Pero ella sólo quiere hacerles conocer las maravillas que ella puede ver... pero le falta la vela y no tienen para comprarla... Se desespera. Hasta que, imaginando su futuro, se da cuenta de que "ellos me quieren por mí misma y me han limpiado y puesto aceite". Por eso, "de vez en cuando le venía una gran tranquilidad interior".



riencia, acaba creyendo que es más importante lo que pueda dar que lo que es. De ahí su sorpresa cuando descubre que la quieren tal como es y precisamente por ello, sin necesidad de sacar a relucir todo aquello que pudiera satisfacer a los demás.

Una fuerte tendencia nos hace presentarnos ante los demás cubiertos por nuestras "posesiones", por nuestras habilidades y hasta cuando sacamos a relucir algo nuestro, nos encargamos de hacerle una "propaganda" que asegure que los otros se dan cuenta de su valor. Desde el coche, a un libro o un electrodoméstico... Si nos hemos (o nos han) acostumbrado a definirnos por lo que poseemos, acabamos refiriéndonos a ellos como algo esencial para nosotros. Quizá nosotros tampoco, como la farola, entendamos que alguien nos quiera y valore por lo que somos. Y, cuando sentimos que alguien se acerca a nosotros de otra forma (no en actitud de "hacer inventario" de nuestras posesiones o cualidades) nos extrañamos como ella y, al principio, no lo entendemos. Pero, con el tiempo, la sensación de "tranquilidad interior" es la misma que en ella.

Nos cuesta presentarnos ante los demás sin nuestras posesiones, porque sabemos que ellos las valoran. En algunas ocasiones, "saturamos" a los demás con nuestras cosas, sin respetar ni sus ritmos ni sus necesidades, sino casi imponiéndolas. Esto sólo lleva a que el otro se sienta invadido. Querer imponer a toda costa lo nuestro es un signo de falta de respeto. Actuamos como una caricatura de vendedor empeñado en que compremos lo que no nos hace falta. Quizá sea mejor (o, al menos, más práctico y menos



invasivo) tener presentes las necesidades del otro.

El sentimiento de valía personal, lo que nosotros creemos que valemos o dejamos de valer se construye sobre dos bases:

1.— Lo que nosotros pensamos sobre nosotros mismos: lo que creemos sobre nosotros; nuestro pensamiento personal sobre nuestras cualidades, defectos y características personales.

2.— Lo que los demás piensan y nos dicen. Y nos sentiremos más cerca de aceptarnos si vemos que los demás nos aceptan y valoran. Es posible luchar contra la tendencia que valora las cualidades por encima de la persona. Quizá es tan

sencillo como preguntarle al hijo/a cuando llega a casa cómo lo ha pasado en vez de inquirir qué es lo que ha hecho... no queremos hacer "inventario", sino que le transmitimos interés por lo que ha vivido. O, en clase, no valorar tanto la cantidad de cosas que se han podido hacer un fin de semana, cuanto el sentimiento personal de lo vivido.

¿Cómo enseñarlo?

Si nos dejamos guiar por la farola, nos damos cuenta de que sólo cuando somos capaces de despojarnos de todo lo que tenemos o creemos tener, nos podemos dar cuenta de lo que valemos aparte de ello. Y podemos enseñar a los nuestros que, por ejemplo, en un cumpleaños no es importante el regalo, sino la amistad y el pasar un tiempo juntos... pequeños detalles de la vida coti-

diana nos pueden ayudar a hacer vivir la ilusión de ser uno mismo y valorarse como tal. Pero también la farola nos da una pista clave: en la imagen que de nosotros nos llega a través de los demás

aprendemos a vernos de otra forma. Descubrimos, entonces, que podemos ayudar a los otros a verse de forma distinta si nosotros les vemos así y somos capaces de perforar la capa de posesiones que se han adjudicado. A la farola le cuesta aprender que no la quieren por lo que es o deja de hacer, sino por lo que ella es o significa para el otro. A nosotros, su

«Querer imponer a toda costa lo nuestro es un signo de falta de respeto»

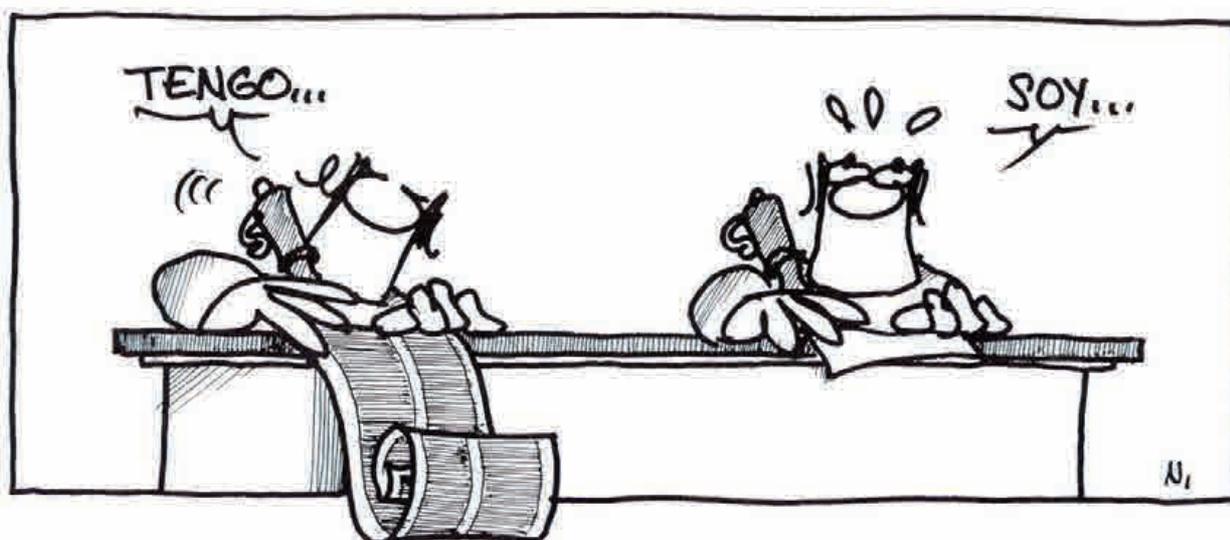
ejemplo nos ayuda a descubrirlo y los faroleros nos enseñan que es posible querer al otro por ser tal como es, a querer sin condiciones. Así podemos hacer llegar a los demás nuestra incondicionalidad como un regalo.

La vieja farola con miedo a lo nuevo nos hace pensar si, a veces, no nos apegamos a lo que poseemos

cuanto más inseguros nos encontramos. Como el niño que se agarra más fuerte a su juguete cuando llega a un parque nuevo. Podemos conocer esta forma de reaccionar y no dejarnos vencer por ella.

A la farola lo que le interesa es que los demás sepan y reconozcan lo mucho que vale. Está empeñada

en hacer felices, a su manera, a los viejos. Pero quiere imponer su forma de hacerlo sin tener en cuenta que, para ellos, el tenerla en casa es lo que les da la felicidad. A veces, nosotros, actuamos como "farolas" cuando creemos que lo que nosotros tenemos es lo único que puede hacer felices a los demás. ■



Sugerencia de reflexión

Maestros

1.- "Inventario general".— Hacer una lista de "posiciones", de aquello que consideramos nuestro y creemos que nos define. Es algo parecido a hacer un elenco de cualidades y ponerlas a la venta.

2.- A la caza del "exhibicionista".— Si definimos como tal a quien expone continuamente a la consideración de todos sus pertenencias, no será difícil ir a su "caza". De entre las personas con quienes se trata a menudo, descubrir quiénes, en este sentido, se exhiben. (P; ej... el médico que llena su consulta de títulos; ...).

3.- Discutir en grupo este refrán.— "Tanto tienes, tanto vales". Se pueden hacer dos grupos; "tener" y "ser" para defender posiciones.

Padres

1. Hacer dos listas sobre un hijo o hija, una encabezada "ES" y otra "TIENE". Ver cuál es más sencilla y menos comprometida de completar y comentarlo con alguien.

2. Los "condicionantes" de nuestro querer. ¿Cuántas veces ponemos condiciones al cariño? Si haces esto, si eres de tal forma, si no vuelves a... Estamos limitando y a nuestros hijos no les llega la sensación de que se les acepta, valora y quiere por lo que son.

Ejercicio para ambos

La gota de agua que ofrecen las nubes a la farola encierra la autodestrucción. La farola la rechaza conscientemente. Nosotros, padres y maestros, podemos establecer un debate con nuestros hijos y/o alumnos sobre el suicidio, una realidad social presente y siempre cuestionante.