

## Las cuatro decisiones más importantes

Publicado: Martes, 16 Junio 2015 03:09

Escrito por Enrique Rojas

---



*«La felicidad es un resultado. Es la consecuencia de lo que cada uno ha ido haciendo con su vida, de acuerdo con lo que proyectó. La mejor realización de uno mismo, pero siendo capaces de perdonarnos errores y desaciertos»*

La vida es arte y oficio. Vivir es prever. Gestionar bien los grandes temas es clave. Y equivocarse seriamente en ellos trae consecuencias que se alargarán en el tiempo. La palabra decisión procede del latín *decidere*, que significa formar un juicio definitivo sobre algo, determinarse, resolver, elegir, comprometerse después de analizar una serie de alternativas y todo ello tras una cierta deliberación.

Para mí las cuatro decisiones centrales de la vida son: *¿Qué quiero ser? ¿Con quién deseo pasar la vida? ¿Qué fundamentos y principios elijo para funcionar en la vida? ¿Qué tipo de amigos quiero seleccionar para tenerlos cerca?* Voy a tratar de ir respondiendo a estas cuestiones. Me abro paso entre masas de pensamientos y voy a ir seleccionando una gavilla de ideas para adentrarme en el formato de esta tetralogía interrogatoria.

**¿Qué quiero ser?** Se trata aquí de la vocación profesional. Uno se decanta en este sentido cuando está en plena adolescencia y necesita abrirse en abanico y ver el panorama de posibilidades que se presentan

delante de uno. Aquí entra de lleno el apasionante tema de *los modelos de identidad*, que no son otra cosa que personas que de un modo u otro conocemos y que nos invitan a seguir en esa dirección. El *modelo* es alguien atractivo, sugerente, que tira de uno en esa dirección con una acción magnética.

El problema que tenemos hoy es que en los medios de comunicación hay pocos modelos de identidad sanos, realmente positivos. No digo que no los haya, sino que no aparecen. Esos medios están dedicados muchas veces a contar la vida y milagros de personajes rotos (pensemos en la corrupción) o que aparecen en revistas y periódicos, hablando de sus giros sentimentales, o de sujetos millonarios que enseñan su modo de vida y que no pueden presentarse como referentes. Un mundo poblado de personajes sin mensaje, que aparecen sin cesar.

*Los primeros modelos de identidad son los padres.* Ellos, con su conducta, trayectoria y ejemplaridad, van a ser los primeros esquemas de referencia. La verdadera educación empieza en la familia. Educar es una tarea de orfebrería psicológica. Y serán los padres los primeros en interesarse por la vocación de sus hijos y ayudarles a dirigirse hacia aquello para lo que realmente se sienten inclinados y valen, sumando y restando las posibilidades que aparecen ante ellos, con realismo e ilusión. *Los triunfadores son los que disfrutan con su trabajo.* Esta va a ser la primera gran cuestión de la existencia.

**¿Con quién deseo pasar la vida?** Me refiero aquí a la *elección sentimental*. Y vuelvo a lo que decía antes: uno se enamora cuando es demasiado joven y no tiene información y cultura suficiente para valorar el alcance de ese paso. *Es la opción fundamental de la vida.* Cuando el amor llega puede ser ciego, pero cuando se va es muy lúcido. *Enamorarse es hacer una mitología privada de esa persona.* Y verla como alguien especial y necesaria. *El enamoramiento empieza por la admiración.* Enamorarse es necesitar. Pero cuando uno es muy joven se detiene demasiado en lo externo, en la belleza y en todo lo que eso significa, sin ser capaz de calibrar y sopesar otras vertientes: el tipo de personalidad, la forma de ser, la capacidad de compenetración, los valores humanos que no pasan de moda y un largo etcétera. Somos una máquina de preferir; pero hay que acertar en el botón que apretemos. Definir es limitar.

En la etapa juvenil falta visión larga de la jugada. Deberíamos tener un *manual de instrucciones para el amor*, como un libro de texto básico, como sucede cuando uno se va a examinar del carné de conducir, pero con más enjundia. Porque no olvidemos lo fácil que es enamorarse y lo complejo que es mantenerse enamorado. Aquí entra de lleno lo que **Goleman** llamó la *inteligencia emocional*: saber mezclar con arte los instrumentos de la razón y el catálogo de los sentimientos. *El amor es*

*la poesía de los sentidos; la inteligencia, la nitidez de la razón.*

**¿Qué fundamentos elijo para funcionar en la vida?** Se llaman *fundamentos*, a la razón de ser de nuestra vida, a los *principios* esenciales que la rigen, a la base sólida sobre la que se apoya todo el edificio personal. **Ortega** hablaba de la *razón vital*. **Julián Marías** del *fondo insobornable*. O aquel imperativo de *llega a ser el que eres*, de **Píndaro**. Todos ellos designan nuestra última realidad, nuestras verdades más íntimas y decisivas, el subsuelo de nuestra persona.

Es necesario descubrir el sentido de la vida. Dar respuesta a los grandes interrogantes: ¿de dónde venimos, a dónde vamos, qué significa el dolor y el sufrimiento y tantos asuntos que se deslizan desde aquí como una rampa deslizante. Eso es la educación y la cultura. *Educar es enseñar a pensar. Cultura es enseñar a vivir.* La vida humana tiene dos notas que se hospedan en su interior. La vida es abierta y argumental. Lo primero significa que la vida es incompleta, provisional, interminable, siempre por hacer... por eso la vida es dramática. Lo segundo, que ella necesita de un guión fuerte, sólido, coherente, atractivo, que merezca la pena y nos explique el porqué de tantas cosas. Aquí se mezclan lo natural y lo sobrenatural, lo físico y lo metafísico, la visión plana y la vertical. Sabiendo que toda filosofía nace a orillas de la muerte. La espiritualidad bien entendida es una carta escondida en la bocamanga que nos ayuda a interpretar la vida en su conjunto. Se desdibujan las fronteras y se vive con los pies en la tierra y la mirada en lo alto. En una palabra: saber a qué atenerse. No quiero ser más explícito.

**¿Qué amigos quiero seleccionar para estar con ellos?** La familia viene impuesta por la genética. A los amigos los elegimos, son la familia espiritual. Uno se retrata en el tipo de gente que le va a rodear. La amistad es un sentimiento positivo que nos abre una dimensión central. Significa tres cosas: *afinidad, donación y confianza*. El que está muy pagado de sí mismo no necesita a nadie. Las personas psicológicamente sanas, buscamos la compañía de otras para llevar mejor la existencia.

El que tiene un amigo verdadero tiene un tesoro. Y eso siempre es un riesgo, porque dejamos que alguien se cuele en nuestra ciudadela interior y dejemos que vea lo que hay dentro, con todo lo que eso significa. Se introduce recíprocamente un sistema de señales atractivas, que se polinizan entre sí y dan lugar a un rico intercambio afectivo repleto matices y sabores. Termino. Insisto en este tríptico con vocación de tetralogía y por este orden: *la felicidad consiste en una tarea de artesanía que se lleva a cabo sobre el amor, el trabajo y los principios que rigen la vida.* Los tres forman un mosaico compacto: son el itinerario hacia la felicidad. Yo

## Las cuatro decisiones más importantes

Publicado: Martes, 16 Junio 2015 03:09

Escrito por Enrique Rojas

---

añado este estrambote: *la amistad* como bálsamo que suaviza los sufrimientos del vivir.

De estas cuatro decisiones, las dos más importantes son las primeras: *trabajar y amar conjugan el verbo ser feliz*. Esas marcan la diferencia. Su huella se prolonga en la biografía, dejando un poso sustancial. La *cultura* es la contraseña del conocimiento, la iconografía que se sumerge en el arte, la música, la literatura, la historia, la ciencia... la espiritualidad. La *amistad* es una forma de amor sin sexualidad; trabajo psicológico que exige correspondencia, no puede ser unilateral: uno asiste a la vida y a la existencia del otro y viceversa. Por eso la felicidad es un resultado. Es la consecuencia de lo que cada uno ha ido haciendo con su vida, de acuerdo con lo que proyectó. La mejor realización de uno mismo, pero siendo capaces de perdonarnos errores, desaciertos, salidas de la pista y tantas cosas más.

Si el orden es el mejor amigo de la inteligencia, acertar en las grandes decisiones es propio de una cabeza clara y bien dibujada.

**Enrique Rojas, Catedrático de Psiquiatría, en [abc.es](http://abc.es).**