

LA MUJER CUBANA

ANTE EL RETO DE SU CRECIMIENTO HUMANO

Por: José Enrique Collazo Carmona

La mujer cubana en la segunda década de este siglo XXI tiene ante sí numerosos retos todos complejos. El rol de la mujer trabajadora-casada-madre-ama de casa es el más difícil de llevar dadas las condiciones de la economía nacional y familiar. Creo en la capacidad de las mujeres de esta nación caribeña bendecida por nuestra madre Nuestra Señora de la Caridad. En un número anterior trataba el tema... *Así sea la mujer, así será la sociedad*. Lo expresaba con el optimismo de quien valora las potencialidades innatas y las que pueden desarrollar las mujeres independientemente de sus ideales, religión o modos de pensar.

Hoy acostumbramos a decir: no estamos *pa'* eso, no hay tiempo *pa'* más nada. Las novelas para una buena mayoría y la pelota para otros son nuestros 'tiempos de desconectar'. Hay un reto que no tenemos muy en cuenta y es fundamental para todos el crecimiento integral. Hacer 'tiempo' para llevar un proyecto de vida es algo vital que permita *crecer en humanidad* al decir de Juan Pablo II en su homilía en Santa Clara. Este es el asunto a tratar en el artículo.

Ante todo conviene precisar "un proyecto de crecimiento integral" es tan importante como hacer una carrera universitaria y tener un buen empleo, diría, un *tantico* más importante. Presento dos criterios que pueden iluminar el proyecto personal.

"La búsqueda por parte del hombre del sentido de la vida constituye una fuerza primaria, no una racionalización secundaria de sus impulsos instintivos. Este sentido es 'único y específico' en cuanto es uno mismo y uno solo quien tiene que encontrarlo, únicamente así logra alcanzar el hombre un significado que satisfaga su propia voluntad de sentido".

Victor Frankl

"La apertura de cada persona a su experiencia con la ayuda de su pensamiento consciente puede ir haciéndolo gradualmente 'co-partícipe' de su proceso de auto-realización o auto-creación".

Carl Rogers

Subrayo dos ideas básicas: el sentido de la vida constituye la línea principal alrededor del cual se conforma el proyecto y la persona que se abre a su experiencia puede participar conscientemente en su auto-realización.

El sentido que se le dé a la vida personal debe ser el producto de un trabajo de adquisición de los conocimientos fundamentales para tomar las decisiones que orienten el pensamiento y la conducta. Las influencias de los ambientes, las tendencias de las novelas y películas, la incapacidad para establecer su proyecto 'afectan' y mucho a la vida de cualquier ser humano. Otro autor precisa... el hombre y la mujer son los sujetos de su propio destino.

El sujeto es quien actúa a favor de su ascensión como persona creada a imagen y semejanza de Dios *seleccionando* lo mejor para elevar su vida.

El fenómeno del crecimiento se traduce en una evolución del conocimiento de sí mismo y de la realidad exterior, conocimiento que se adquiere en base a su experiencia poco a poco. El individuo que así 'conoce su proceso' adquiere una confianza en sí mismo y una seguridad para afirmarse con sus riquezas y puede ampliar sus límites. Así logrará *ser lo que desea*.

Carl Jung ha aportado mucho en el conocimiento del ser humano y de su proceso de crecimiento. Veamos:

"Examina las fases personales y únicas de tu desarrollo adulto. Tu objetivo consiste en ser consciente de tu yo superior como una dimensión de tu ser que trasciende"



las limitaciones del mundo físico. Se puede aprender a vivir más armónicamente, sin tantos desvelos y tribulaciones inútiles, instrumentalizar la vida para fomentar belleza, amistad, amor y sabiduría. Se puede aprender a tomar la vida como un guía transformador que ayuda a desarrollar la consciencia y avanzar en el camino de la evolución interior”.

La capacidad de evolucionar, cambiar, superarse es ‘algo innato’. Si realmente entendemos que no hay cosas eternas y que ‘todos los hábitos y costumbres pueden modificarse, reimprimirse’ nos encontramos frente a una posibilidad de cambio total. La base para esta evolución es... si la mente no fuera desarrollable, mejorable, transformable, nunca habrían tenido razón de ser las técnicas de autorrealización y uno estaría condenado a sus propias deficiencias internas, carencias emocionales. La mente se puede cultivar y perfeccionar; es posible ejercitar la mente para transformarla.

Sabemos que el ser humano tiene un desarrollo inconsciente dado por los genes que sus progenitores unieron en el nuevo genoma este proceso *lo lleva*; el proceso consciente es la propia persona quien *lo lleva* si bien puede hacerlo con orientadores y acompañantes, incluidas lecturas de libros adecuados. El proceso que usted *lleva* es su modo de ir creciendo en autoconocimiento, valores, cualidades, virtudes, habilidades en todas sus dimensiones.

Repasemos sobre el temperamento y el carácter. Se sabe que el temperamento lo tenemos que asumir, no podemos escoger el temperamento pero el carácter lo podemos construir. La persona o personalidad la podemos dividir en dos grandes vertientes, a una que la llamamos la del carácter y a otra la del temperamento. ¿Cómo distinguimos estas dos vertientes? Simplemente diciendo que el temperamento es la materia prima, la materia prima emocional, mental, biológica, es decir, de todo lo que heredamos, todo aquel potencial del que disponemos para crear nuestra vida. El carácter es lo que hacemos con la materia prima, la escultura. Realmente ¿qué hace un buen escultor?, le quita lo que le sobra a la piedra, descubre el diseño interior, la cualidad y le podemos llamar el alma; o sea, que el carácter es un instrumento del alma y a su vez sirve para descubrir y revelar el alma.

El valor de los sentimientos. El hecho de afirmar sentimientos positivos te traerá cambios beneficiosos. Nos indica el modo de ‘vernós y ver la vida’ en el sentido del ascenso o crecimiento mirando siempre hacia delante, sin retrocesos. Añado... Ojalá pudiéramos comprender que todos nuestros supuestos problemas son

sólo oportunidades para que crezcamos y cambiemos. Lo que necesitamos hacer es *cambiar* nuestra forma de pensar, y estar dispuestos a disolver el rencor y perdonar. Cuando uno perdona y libera, no sólo se quita de encima una enorme y pesada carga sino que además abre la puerta hacia el amor a sí mismo. Tengamos muy en cuenta el lugar de los sentimientos en la vida.

Conviene tomar un diario o una libreta para hacer el proyecto de vida. Varios autores reconocidos se basan en un dato importante: “el poder hacerlo está en ti”. Esta propuesta es apta para todas las edades: la niña en edad de primaria, en la adolescencia muy importante y en la juventud tiempo clave. Atención hacer en la vida un crecimiento ascendente no tiene límite de edad alguna. Corresponde a los padres ‘iniciar’ a sus hijos en este proyecto.

El proyecto personal de crecimiento es un elemento primario para desencadenar el proceso de crecimiento enriquecido por nuevos conocimientos. Según Rogers ‘el fondo del ser de la persona es positivo y bueno’. Le invito a conocerse tal y como es y como esté en este momento sin miedo a descubrir su imagen real. Haga su proyecto o re-encamínelo mirando siempre hacia delante. Su progresivo crecimiento en valores y virtudes le aumentará su ‘autoestima’. Una cita para meditar de Deepak Chopra:

“Dios es nuestro co-creador en el continuo proceso de autocreación que es la propia vida”. Subrayo «auto-creador significa constructor de mi personalidad».

Bibliografía

1. Víctor Frankl. El hombre en busca de su sentido. Rev Cuadernos. Mayo-junio, 2011
2. La persona y su crecimiento. Fundamentos antropológicos y psicológicos de la formación PRH. PRH- Internacional. Madrid, 1997
3. Carl Rogers. El proceso de convertirse en persona. PAIDOS PSIQUIATRIA. 7ª. Edición, Barcelona, 1992
4. Carl Jung. El hombre moderno en busca de un alma. Formato digital.
5. Wilfredo Guibert. Aprender, enseñar y vivir. Editorial Científico-Técnica, La Habana, 2006
6. Wayne Dyer. Construye tu destino. Traducido de la edición original de Harper Collins Publishers Inc. Nueva York, 1997 Digitalizat: tresdeus
7. Deepak Chopra. Las siete leyes espirituales del éxito. Formato digital. 1994
8. Louise L. Hay. El poder está en ti. Enero de 1991. Formato digital
9. José E. Collazo. Crecimiento Humano Integral. Primer curso. Programa de Infancia. Caritas Cuba, 2007
10. José E. Collazo El valor del crecimiento humano en el desarrollo social. Rev Bioética, sept-dic, 2010.

