***18º***

***Digno de Usted***

*Experimentar el placer del deber cumplido*

*es privilegio de gente con orgullo de si.*

- ALEJANDRO ARIZA Z.

El diccionario define la palabra *digno* como aquello proporcionado al mérito y condición de una persona u cosa, significa que merece. Esto me ha llevado a pensar en la reconfortante expe­riencia que todo ser, humano vive cuando sabe que ha realizado algo bien, muy bien, y entonces experimenta placer por lo que hizo. Sin embargo, lo que se debe subrayar es que para saber que hi­cimos algo bien, para autovalorarse, para ejercer una auténtica autocrítica, se requiere un profundo deseo de ser mejor, y ese deseo proviene de nuestra propia autoestima.

El famoso filósofo griego Aristóteles afirmó en alguna ocasión: "Nosotros somos lo que hace­mos", y pienso que esa aseveración es verdadera, porque efectivamente todo lo que hacemos en la vida resulta ser un fiel reflejo de lo que somos. Si usted se valora y estima realmente, todo lo que haga debe ser "digno de usted"; y es entonces cuando, por ejemplo, al redactar una carta, se siente mal si tiene faltas de ortografía; o cuando se viste, se siente mal si su ropa está sucia o con alguna mancha; o bien, cuando se sube a su auto­móvil se siente mal si éste está sucio. Ese "sentir­se mal" proviene de su más auténtica autoestima, percibe que no lo merece.

Es más, si ha vivido momentos en los cuales definitivamente no se sube a su auto al estar sucio, si no se pone esa ro­pa sucia por nada del mundo, si no manda esa carta con faltas de ortografía, aun a pesar de que urja hacerlo, es porque un sentimiento de "ver­güenza" se lo impide. Esa vergüenza es una fuer­za muy poderosa y, estudiada desde esta perspectiva, muy sana. Es usted tanto, que se siente mal por aquello que hizo al "ahí se va". El resultado de sus actos no le satisfacen. Es cuando percibe que lo que hizo no corresponde a lo que usted es. Experimentar esta sensación es un no­ble indicio de una gran autoestima. Si esto le ha pasado, ¡lo felicito!.

Es verdaderamente impresionante (por lo me­nos para mí) que existan personas que hacen su trabajo mal, mediocremente; pero eso no es lo impactante, sino que al terminarlo ¡se sienten bien consigo mismas! (¿Ya vio qué es lo impac­tante?) Es el caso de la secretaria a la que se le pide un reporte y lo entrega a mano, no obstante que tiene una máquina de escribir junto a ella. Es el caso del asistente que entrega una lista de pen­dientes repleta de faltas de ortografía y en una hoja sucia y arrancada de un cuaderno. Es el caso del hijo que se viste de una forma "fachosa", y tiene su guardarropa repleto de buenas prendas, digamos de ropa digna (pero digna ¿de quién?). Es el caso del muchacho que visita a la novia yendo en su automóvil sucio y lleno de basura en su interior y ¡ni se da cuenta!, de hecho le extrañan las caras de "fuchi" que le hace su novia y no se explica el porqué.

En fin, los ejemplos pue­den ser interminables, lo único que tienen en co­mún es la pobre auto estima de quien ejecuta los actos. No hay autocrítica, y no la hay porque no existen valores de referencia para autocalificarse. Aquí lo invito a reflexionar más profundamente en el tema. Empecemos. La fábrica de nuestras vidas: Referencias

 *Todo hombre es como un cheque firmado en*

 *blanco por Dios. Nosotros mismos escribimos en*

*él la cifra de su valor con nuestro merecimiento.*

AMADO NERVO Poeta mexicano

Cada vez que emitimos un juicio de valor, lo rea­lizamos con base en una referencia. Para saber que algo es grande, deducimos que lo es pero con respecto a algo más pequeño. Por ejemplo, si us­ted coloca un cenicero junto a una cajetilla de ci­garros, ¿de qué tamaño "le parece" el cenicero? Es posible que responda que de un tamaño me­diano. Pero si el mismo cenicero lo coloca unto al refrigerador, ¿de qué tamaño "se le hace" el cenicero? ¿Pequeño, verdad? De igual forma, si ahora coloca el cenicero junto a un alfiler, ¿cómo se le figura el tamaño del cenicero? Grande, ¿no es así? Pues bien, la lección de este "Momento para crecer" es: "Todo en la vida *es* basándose en una referencia", Bien podríamos afirmar que "las referencias" son la fábrica de nuestras vidas. Por ello, cuando usted emite un juicio de valor, cuan­do dice que algo es grande, pequeño, caro, bara­to, delgado, grueso, feo, bonito, profundo, superficial, etcétera, lo hace basándose en una referencia.

Compruébelo en su vida cotidiana cuando dice por ejemplo que algo está caro. ¿Ca­ro para quién?, porque tenga la plena certeza de que eso que a usted le pareció caro, lo pudo con­siderar otra persona una verdadera ganga. La re­ferencia está en el poder adquisitivo de su bolsillo. O bien, otra referencia en este mismo ejemplo podría ser el grado de utilidad de la cosa por adquirir. Me acuerdo de una novia que tuve, a quien le encantaba gastar y gastar creo que por eso le dije "tuve".

 Uno de los argumentos que me daba cuando la criticaba por haber com­prado algo muy caro, carísimo (un reloj de gran lujo, por ejemplo), era: "Analicemos, ¿cuántos días vaya traer puesto el reloj si 10 uso diario y durante todo un año? Trescientos sesenta y cinco días, ¿no? Bueno, entonces, si dividimos el precio entre esa cantidad de días, ¡ya me salió baratísimo mi reloj por día!... '" Imagínese hada más. De todas formas, aunque en ese entonces no me hacía mucha gracia ese argumento, le confie­so que actualmente, de vez en cuando lo aplico.

Creo que cuando uno va a usar un bien material con frecuencia, si nos va a servir por bastante tiempo, toda inversión por grande que sea está justificada. Una computadora, por ejemplo, si us­ted piensa adquirir una de gran poder, con lo últi­mo de la tecnología en multimedia, el precio de esa máquina será carísimo en caso de que usted tan sólo la quiera para entretenerse con juegos de video, si por el contrario, la va a utilizar para re­dactar cartas diariamente, enviar y recibir su co­rreo electrónico de varias partes del mundo; si la necesita para realizar los mejores diseños y dibujos para sus presentaciones; si buscará diariamente información de vanguardia para su empresa en Internet; si la utilizará para llevar su contabilidad con la mayor exactitud posible, pues le aseguro que, cueste lo que cueste, se le hará muy accesi­ble su precio. Todo es una referencia.

 *Nada es barato ni caro, todo es igual en la vida...*

 *Las cosas valen tan sólo lo que cuesta conseguirlas.*

- FRANCISCO VILLAESPESA Escritor y poeta español

Pues bien, lo anterior muestra la importancia de una referencia para lograr calificar algo. Piense, ¿qué es una regla o una cinta métrica o las horas que marca un reloj? Respuesta: una referencia, aquello que nos sirve para valorar algo. Ahora bien, si "ese algo" es lo que usted hace, la refe­rencia trascendente resulta ser "usted mismo", Mientras la gente se aprecie más a sí misma, más se autoexigirá un trabajo de gran calidad. Es por ello que he llegado a afirmar que esa sensación de gran placer experimentada luego de haber cumplido con un deber, es una sensación exclusi­va de la persona que tiene una muy alta autoesti­ma, de alguien que se sabe digno.

A una persona no le podemos exigir que haga algo digno, noble y honorable, sin antes confirmar que "sea" digna, noble y honorable. Necesitamos esa poderosa referencia. Es entonces cuando la misión de este taller de autoestima me emociona enormemente: "Compartir opciones para mejorar su calidad de vida". Imagínese la satisfacción que experimentamos (lo digo con sincera humil­dad) todos aquellos que participamos en este taller, enseñando nuevos modelos de vida, compartiendo nuevos horizontes, aprendiendo juntos una NUEVA CONCIENCIA de calidad huma­na. Ésas son las valiosas referencias que necesita el ser humano para hacerlas suyas y que confor­men su identidad, para así, actuar en consecuen­cia con esa identidad.

Nosotros no podemos elegir lo que no conoce­mos, entonces resulta ser una gran lección de vi­da el dedicarse a enseñar a otros, a ser un auténtico maestro de vida. Le confieso que me embarga la emoción el poder compartir con usted estas reflexiones, mismas que surgen de mi más profundo deseo de superación personal y pasión por ayudar a otros. Esta pasión se la quiero con­tagiar hasta lo más profundo de su ser. Deténgase un momento a pensar si todo lo que le rodea en este momento, ahora mismo mientras lee, es dig­no de usted. Su arreglo personal ¿es digno de us­ted?, el orden y limpieza de su habitación ¿es digno de usted?, su cuerpo ¿es digno de su espíri­tu, lo merece su yo interior? Más aún, ha pensa­do si los amigos que ha elegido en su vida ¿son dignos de usted?

En fin, piense si todo lo que rea­liza es verdaderamente digno de usted. Pero, por favor no sólo responda sí o no a las preguntas an­teriores, no se trata de responder sí o no nada más. Se trata de generar un gran momento para crecer si logra "darse cuenta" de su parámetro de referencia, si logra confrontarse a sí mismo sa­biendo quién es y, por tanto, qué merece; le ase­guro que entonces, y sólo entonces, podrá responder adecuadamente "sí o no" a estas pre­guntas.

Tener la formidable oportunidad de demostrar­se a sí mismo lo que uno vale, incluso sin impor­tar demostrado a los demás, confrontándonos con nuestra más auténtica identidad y buscar la congruencia con nuestras acciones y elecciones, le garantizo que redunda en el lógico incremento de su placer por el deber cumplido. Es auto pre­miarse con el llamado "Orgullo de autoría". El placer que genera dicho orgullo, exclusivo para mentes triunfadoras, es otra razón para que man­tenga su... *¡Emoción por existir!*

Incremente su autoestima y, luego, haga algo verdaderamente digno de usted, logrando así sen­tirse bien consigo mismo, experimentando el or­gullo de saberse el autor de los hechos.