

La valentía, ¿es el único camino para encontrarme?

“Donde impera el peligro, crece también lo que nos salva”. Hölderlin

El ser humano nace perdido. No sabemos quiénes somos, dónde estamos, qué deseamos y la única certeza que poseemos es que a cada respiración, perdemos aquello que acabamos de encontrar. Con la vida disfrutamos y/o sufrimos, es nuestra elección. Otra decisión es interpretar nuestra experiencia vital, los seres humanos creamos sentidos y significados a la realidad para sobrevivir.

Sin embargo, no todas las personas deciden vivir de igual forma. El matiz se encuentra en la valentía. La valentía es actuar de forma consciente y responsable, conociendo los riesgos y asumir los resultados, tanto positivos como negativos, de dicha acción. Cuanto mayor son los miedos que debemos combatir, mayor es la valentía, ya que los riesgos nos recuerdan lo que podemos perder, aunque al mismo tiempo, la esperanza de conseguir unos logros que mejorarán nuestra vida y la de los demás es lo que nos invita a actuar con valentía. ¿Puede recordar momentos en su vida donde haya actuado con valentía?, ¿cómo se sintió?, ¿qué pensó antes de poner en marcha la valentía?, ¿quién o quiénes se beneficiaron de dicha valentía?

Si en la pérdida vital iniciamos nuestra existencia, con la búsqueda significativa encontramos nuestra esencia. Aquello que nos configura como humanos muestra con claridad la capacidad de decisión. Las decisiones son la mayor oportunidad de ejercer nuestra libertad y valentía. Ambas van unidas, no podemos ser libres sin valentía, ni valientes sin libertad.

La decisión es un proceso con dos ejes entrelazados, por un lado, está la forma –cómo elegimos: con valentía o cobardía- y el segundo, trata del contenido –qué elementos debemos elegir-.

La valentía nos ofrece la máxima coherencia entre quien somos, quien deseamos ser y el mundo en el que queremos vivir. A continuación mostraré las distintas coherencias valerosas:

- A) Coherencia entre quienes somos implica respetar nuestro pensamiento (valores, principios, creencias, ideas,...) con nuestro discurso (cómo nos narramos hacia el interior y el exterior) y nuestras acciones.
- B) Coherencia con quien deseamos ser implica que proyectamos nuestros sueños en el mejor yo posible.
- C) Coherencia con el mundo en el que queremos vivir significa que nuestros principios sería deseable que se aplicaran universalmente.

Para ser valientes necesitamos saber quiénes somos y cuáles son aquellos principios que articulan nuestra vida. ¿Se ha parado a pensar sobre ello alguna vez? ¿Podría escribir alguno de esos principios ahora? ¿Basta con tener principios? La clave está en identificarlos y practicarlos, en lo segundo es donde se nos va la vida, no olviden que un principio es lo que se lleva hasta al final, a saber, hasta las últimas consecuencias.

Con la valentía nos encontramos, nos conectamos con la auténtica pasión y nos sentimos vivas de verdad. Una verdad que nos ayuda a tener una conciencia espejo, es decir, cuando contemplamos actos de valentía evaluamos nuestras acciones y tomamos conciencia sobre nuestras decisiones y deseamos ser valientes, si recordamos es una de las tres respuestas de un ser vivo a un peligro inminente, las otras dos son la huida y hacerse “el muerto”. Aunque no siempre somos valientes, considero que como la bondad, existen grados, no podemos olvidar que en todo ser humano albergamos elementos contradictorios y extremos. Podemos actuar de forma valiente una vez en la vida y, por tanto, ¿somos valientes? También podemos hacerlo con cobardía en una ocasión y concluimos: ¿soy cobarde? A lo largo de nuestro periplo vital tenemos múltiples oportunidades para actuar de forma valiente o cobarde, cuando decidimos optar por una u otra es donde demostramos quién somos. Cuantas más veces practicamos una forma más nos acercamos a la persona auténtica con la que deseamos pasar el resto de nuestras vidas. Un único acto no nos define, pero las consecuencias de dicha elección nos acompañarán el resto de nuestras respiraciones, por ello, es necesario pensar muy bien qué vamos a hacer y cómo afectará a terceras personas. La suma de los actos nos muestra qué clase de persona somos y es lo que nos permite conocernos y que confíen en nosotras.

Sin embargo, la cobardía surge en numerosas ocasiones, ¿cuáles son las causas? Los miedos y la ignorancia. Los primeros son los discursos internos que nos paralizan, que nos empujan a decisiones no coherentes con nuestra autenticidad, que contaminan nuestra imagen, haciéndonos creer que no podemos conseguir determinados objetivos que nos permiten mantener o alcanzar un bienestar. Dichos miedos nos muestran más los resultados negativos que las consecuencias positivas de nuestras decisiones y acciones, en ese sentido, es necesario mejorar nuestra capacidad de análisis para tener en cuenta todos los matices, que ofrece la realidad y no discriminar únicamente desde la visión pesimista de la misma. Respecto a la ignorancia, resaltar que en toda decisión es pertinente conocer toda la información de forma completa y rigurosa. Sólo sabiendo los datos necesarios podremos evaluar la decisión y obrar con consciencia responsable. Por tanto, se combaten a los miedos con esperanza y a la ignorancia con sabiduría. Son elementos necesarios para ejercer la valentía, pero, ¿son suficientes la esperanza y la sabiduría? No, anteriormente comentaba que la libertad es compañera de la valentía. Con la libertad el ser humano se conoce y conoce el mundo, pero no sólo es una estrategia de aprendizaje, además es la estrategia que nos permite elegir quién soy, cómo quiero vivir y en qué universo desarrollo mi experiencia vital. ¿Echa de menos otras condiciones para ejercer la valentía? ¿Podemos ejercer la libertad sin valentía? ¿Y viceversa? De cualquier manera, las decisiones nos permiten probarnos constantemente y sólo es nuestra elección ser o no ser valientes.

Hoy puede ser el día perfecto para practicar la valentía: ¿se atreve a intentarlo?

Carmen Bengoechea Bernal