



# Aprender a Ser

Isabel Díaz Roca

# Aprender a Ser

Isabel Díaz Roca

*Libro Libre*

Editado por [EidonLink](#)

Enero 2013



# Prólogo

*Por Alberto Montiel*

Mi amiga Isabel me pasó este texto para ver si le podía ayudar a mejorar su edición. Lo cierto es que había poco que arreglar. Es un texto que se lee con facilidad, siempre y cuando uno no esté demasiado agobiado y *estresado* por el día a día. Por ello recomendaría buscar un momento de tranquilidad (sé que es difícil) y dejar que la lectura fluya.

La buena lectura es algo parecido a la meditación: cuesta empezar, pero una vez hecho el pequeño esfuerzo de concentrarse en las primeras líneas, con un poco de suerte entras en un estado especial de relajación, en el que las ideas parecen volar desde el texto hasta la mente, como una especie de magia en la que la mente es la pantalla y el libro (o el autor) es el proyector. ¿puede haber algo más mágico? (bueno, en realidad sí).

Éste es un libro breve pero intenso, justo de los que me gustan. Creo que lo leerás fácilmente y lo guardarás para releerlo, porque no es uno de esos libros que te deja indiferente; todo lo contrario: es muy posible que te ayude a ver las cosas de otra forma., porque te hablará de las posibilidades vitales, de la voluntad, el destino..., casi nada. Pero no te asustes; no es un texto abstracto, sino que apela a la emoción y está amenizado con algunas curiosas referencias científicas, algo muy característico de Isabel, lectora incansable de todo tipo de géneros.

De las muy bien escogidas citas que abren cada capítulo, hay una muy destacable, que diría que resume el espíritu del libro entero. Justo una de Albert Einstein que dice: *“Hay dos formas de ver la vida: una es creer que no existen milagros, la otra es creer que todo es un milagro”*.

Quizá sea difícil ver repentinamente que todo es un milagro, pero sí es posible que empieces a ver pequeñas señales de la magia de la vida si prestas atención.

Busca un rincón tranquilo, ponte música relajante de fondo, y disfruta de este regalo.

***TUDO ES POSIBLE,  
¿QUIÉN QUIERES SER?***

*“Como no sabían que era imposible, lo hicieron”*  
**Anónimo**

*“Haríamos muchas más cosas si creyéramos  
que son muchas menos las imposibles”*  
**Guillaume de Lamoignon de Malesherbes**

Empezó como suelen hacerlo estas conversaciones: una tarde de domingo, yo hacía crucigramas en el sofá y mi hijo pequeño se acercó con brillo en los ojos, “Mamá, ¿qué puedo ser de mayor?”.

Iba a contestarle rápidamente, a seguir enfrascada en mi crucigrama, y de repente “le vi”: era mi hijo, sí, el ser que había nacido a través de mí, pero era muchísimo más, una potencialidad de vida única, distinta a las infinitas variaciones posibles, millones de años de evolución condensados en su pequeña figura.... y atisbé en un instante cuántas posibilidades se abrirían ante él y cómo podría elegir las mejores.

No sólo aquéllas que le reportaran fama o dinero, sino los caminos por los que alcanzaría el pleno desarrollo de sus capacidades, los que algún día lejano, al echar la vista atrás le harían pensar “Sí, mi

*Aprender a Ser*

vida fue sólo un instante, pero valió la pena”.

Y me pregunté qué es ser humano.

-Serás lo que tú decidas, lo que tú quieras ser.

-Bueno, también lo que pueda.

-Déjame mostrarte que es tu voluntad la que modelará tu vida, es infinitamente más complicado ser lo que quieras que lo que puedas, porque ello implica imaginarte, conocerte, decidirte, y emplear sabiamente tu libertad para, finalmente, elegir en cada circunstancia.

Decía **Ramón y Cajal** que “cada persona puede ser, si se lo propone, constructor de su propio cerebro”. Si una persona puede construir su propio cerebro, también puede construir su propia vida. Lo que te propongas dependerá de tu voluntad.

Pero si dices “lo que pueda” tu mente ya está cediendo voluntariamente el poder sobre tu vida y sobre ti mismo a factores ajenos a ti, y te aseguro que éstos pueden llegar a ser muchos y muy descontrolados. Más cómodo, sin duda, pero cuánta potencialidad única desaprovechada.

-Puestos a imaginar, puedo imaginar cualquier cosa, éso es fácil.

-Has mencionado tu primera capacidad esencial para lograr todo aquéllo que te propongas: la imaginación. No sabemos si los animales o las plantas tienen ese poder, pero una persona que no imagina no tiene sueños, es un autómeta. Como tal, sólo responde a las órdenes de otras, ejecuta, pero ni crea ni cree en nada y es totalmente manipulable.

¿Te has fijado cuántas personas actúan sin fe en lo



## *Aprender a Ser*

que hacen? Seres humanos que han olvidado que tienen el poder de imaginar, de soñar, que algún día tuvieron de niños, pero que desecharon por poco práctico al convertirse en adultos. Poco a poco se fue anquilosando en ellos una rutina suicida, la certeza de que imaginar es de niños, o de locos.

Quizás porque para soñar tu propio sueño has de dedicarte un poco de tiempo, estar sólo, sin televisión ni estímulos externos. Tu sueño sólo vive en ti, nadie más puede imaginarlo.

Y sin embargo, lo peor es que al hacernos adultos sí que utilizamos la imaginación, y mucho, pero de un modo perverso. Un animal se estresa al ver el depredador que se lo quiere comer y pone en marcha los mecanismos de huida, pero los humanos sufrimos ansiedad sólo por imaginar una situación de peligro.

Teniendo en cuenta los índices del consumo de ansiolíticos y antidepresivos en Occidente, es fácil deducir que millones de personas sufren de ansiedad y no porque una leona les esté persiguiendo para comerlos, sino porque imaginan lo que puede pasar si quedan sin trabajo, si no pueden pagar la hipoteca, etc.

Utilizamos continuamente nuestra imaginación, pero de una manera perversa, que nos produce ansiedad. Y lo hacemos sin conciencia de ello ni del daño que nos causamos a nosotros mismos. Fíjate si tiene poder la imaginación que nos basta imaginar una situación angustiosa para empezar a desencadenar síntomas físicos.

-Bueno, afortunadamente yo no tengo problemas de ese tipo, por el momento

## Gracias por visitar este Libro Electrónico

Puedes leer la versión completa de este libro electrónico en diferentes formatos:

- HTML(Gratis / Disponible a todos los usuarios)
- PDF / TXT(Disponible a miembros V.I.P. Los miembros con una membresía básica pueden acceder hasta 5 libros electrónicos en formato PDF/TXT durante el mes.)
- Epub y Mobipocket (Exclusivos para miembros V.I.P.)

Para descargar este libro completo, tan solo seleccione el formato deseado, abajo:

