

XXIII. INTERNALIZACIÓN DE VALORES

15 de Enero de 1985

Muy queridos todos en SM:

Hace tiempo, en el día del cumpleaños de María, les escribí una carta sobre el tema de la persona humana. Les decía que *ser persona implica un largo proceso*: vamos poco a poco siendo más personas; más hijos de Dios, hermanos entre nosotros y señores de la creación; más conscientes y libres para obrar la verdad en el amor.

El largo proceso de la personalización

Ser persona implica ser siempre uno mismo, en constante relación, relación que paulatinamente nos transforma.

No hay duda de que yo soy siempre el mismo; yo sigo siendo yo. Permanezco idéntico aunque experimento múltiples cambios a lo largo de la vida. Cambios menores y pasajeros, ocasionados por la adecuación a diferentes circunstancias; y cambios más profundos y duraderos, debidos al gradual desarrollo y crecimiento. Ser persona, en definitiva, implica identidad y transformación: el moderado de hoy, ante un plato de raviolos, es y no es el goloso de ayer; el niño de antes, continuando idéntico, no es el hombre de ahora.

Identidad y desarrollo

Cada uno de nosotros se modifica y desarrolla, permaneciendo idéntico a sí mismo, en tres dimensiones, y se relaciona así con la realidad circundante.

- *Dimensión cognoscitiva*: conociendo, incorporo datos y les otorgo un sentido.
- *Dimensión volitiva*: queriendo, me proyecto y actúo libremente sobre lo previamente conocido.
- *Dimensión afectiva*: sintiendo, repercuten vivencialmente en mi interior lo incorporado y mi actuación; de este modo, el conocer y el querer resultan más vitales.

Estas tres dimensiones no son compartimentos separados e independientes. La persona obra siempre como una totalidad, y están siempre en juego todas sus dimensiones y potencialidades.

Tengamos también en cuenta que la actividad psíquica personal, además de consciente, puede ser también no consciente aunque accesible a la evocación, e inconsciente o difícilmente accesible a la evocación; es decir, puede ser atraída a la conciencia con facilidad o con dificultad.

Vida mariana y valores

Creo que lo recién dicho puede muy bien servir de marco o pórtico para el tema que deseo presentarles en esta carta: la *internalización de valores*.

¿Por qué y para qué tratar este tema? La razón es sencilla: los valores son fuerzas motivantes de nuestra conducta que nos permiten perseverar, avanzando en el camino emprendido. Por esto, la formación en la vida mariana y contemplativa puede considerarse como una pedagogía o proceso de internalización de valores.

¡No se asusten! Ya verán lo bien que nos vamos a entender. Si alguno se pierde, no tiene más que preguntar. Su pregunta servirá para que todos comprendamos mejor, yo mismo incluido.

En primer lugar, les voy a presentar una teoría o un modelo de la personalidad, en función de la formación, desde un doble punto de vista: la estructura y sus contenidos. Esto nos permitirá sacar algunas conclusiones importantes. En segundo lugar, abordaré el tema de la internalización y todo lo que ello demanda.

Estructura de la personalidad

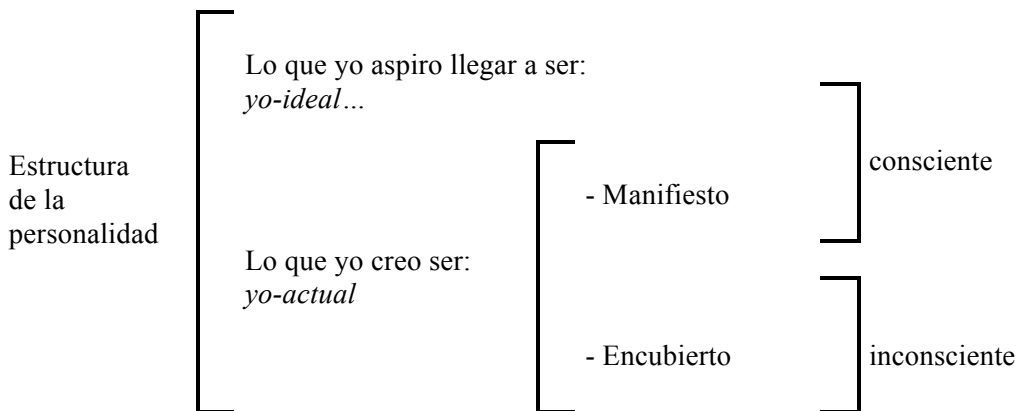
En la *estructura* personal podemos distinguir entre lo que *creo ser* y lo que *aspiro* llegar a ser. Pero, ¿sé realmente quién soy? Hay muchas características de mi personalidad que están a la vista de todos; hay otras que ustedes podrán ver, pero que yo ignoro; y otras, finalmente, que hoy ignoramos todos, pero que con el correr del tiempo saldrán a la luz y las conoceremos.

En otros términos, hay notas de mi yo personal que me son evidentes o manifiestas, por ejemplo: tengo una inteligencia sintética, soy tímido, mi afectividad es más irascible que concupiscible, persevero en las decisiones hechas, me gusta la soledad... Todo esto está en el campo de mi conciencia, lo sé, y por ello puedo decir: me conozco.

Pero hay muchas otras notas que están más o menos ocultas, no me doy fácilmente cuenta de ellas o las ignoro por completo, no caen plenamente o están totalmente ausentes de mi conciencia. Ayer me sentí mal con un vecino, pero no sé por qué. Me he apurado para terminar un trabajo, no había ninguna necesidad para ello, he terminado exhausto, ¿qué era lo que me apremiaba? Me dicen que soy autoritario, yo me creo muy democrático, ¿por qué me lo dicen? Durante treinta años jamás había pensado, sentido u obrado de esa manera, y ahora me encuentro hundido hasta la cabeza en esa situación, ¿cómo es posible?

Lo que yo *aspiro llegar a ser* despierta menos interrogantes. Lo conozco, soy consciente de ello; si no lo fuera o no lo conociera, no lo querría. Sé que quiero ser menos impaciente, servidor de los hombres, amigo de Dios... Todo esto lo tengo bien conocido, me lo propongo cada día, lo vivo con mayor o menor éxito.

A ver si podemos recopilar brevemente lo que estamos diciendo. Lo sintetizo con ayuda de algunas palabras claves y el siguiente cuadro.



Contenidos y actitudes de la estructura personal

Pasemos ahora a los *contenidos* de esta estructura personal. Me refiero a aquello que, hablando con simplicidad, la convierte en algo viviente o dinámico.

Observándome a mí mismo y a otros, constato que cada uno de nosotros actúa habitualmente de un modo determinado ante ciertas situaciones, cosas o personas. Pareciera que hemos adquirido,

con el correr de la vida, unas disposiciones habituales que nos hacen reaccionar de forma determinada. Poseemos ciertas *actitudes* que nos permiten o nos llevan a obrar espontáneamente de una manera dada.

Sé que Alicia está siempre pronta a ayudar, es servicial. Juan Diego, su novio, por el contrario, rara vez se adelanta a prestar un servicio, pero cuando alguien se lo pide lo hace con gusto y hasta con agradecimiento. Ignoraba los motivos de la servicialidad de Alicia; suponía que trataba de expresar así su amor al prójimo; un día la alabé por esto; pero quedé maravillado con la sinceridad de su respuesta: en el fondo lo que me mueve a ser servicial no es el amor, sino el temor, tengo miedo a no ser aceptada y querida, aún tengo mucho que purificar. No he hablado con Juan Diego, tendía a juzgarlo, pensaba que era un cómodo y hasta un poco egoísta, pero ahora pienso que quizás obra así por motivos de discreción.

Ya ven con qué facilidad nos equivocamos en nuestras apreciaciones, sean éstas acerca del prójimo o referentes a nosotros mismos. Puedo creer que actúo movido por el valor de la caridad fraterna y vengo a descubrir que me muevo por la necesidad de ser amado. Una misma actitud puede expresar dos cosas bien diferentes: un valor o una necesidad.

Y el asunto puede ser más complejo aún. Alicia sabía qué era lo que fundamentalmente la estaba moviendo. Pero, ¿si no lo supiera? ¡Se podría llegar a creer la persona más caritativa del mundo, tal como yo la consideraba! Los engañados, en vez de uno, hubiéramos sido dos.

Como se darán cuenta, las actitudes pueden manifestar realidades conscientes y/o inconscientes, tales como un valor o una necesidad encubierta. En consecuencia, las actitudes pertenecen tanto al yo-ideal cuanto al yo-actual. Alguno ha puesto cara de no entender. Quizás, si le explico un poco más qué son los valores y las necesidades, podremos comprendernos mejor.

Definición del concepto de valor

Los *valores* pueden definirse como bienes atrayentes que motivan y guían nuestro obrar o nuestra conducta. Se trata de realidades que son buenas en sí mismas y que reconozco buenas para mí, y por esto me atraen y me lanzo en su persecución, o me sirvo de ellas para alcanzar otras metas mejores.

Por ejemplo, el trabajo, la humildad, la oración, son bienes. Y, en cuanto motivantes, son valores. Más propiamente, son valores instrumentales que nos permiten vivir contemplativamente. La vida contemplativa es también un bien, y, en cuanto motivante y atrayente, es un valor; más propiamente es un valor terminal en relación con los otros valores instrumentales.

Los valores, obviamente, son muchos; pueden, además, ordenarse y clasificarse de diferentes maneras según circunstancias y personas. Para uno, los valores espirituales de la soledad y la solidaridad pueden jerarquizarse en el mismo orden que los acabo de nombrar, pero para otro, el orden puede ser inverso.

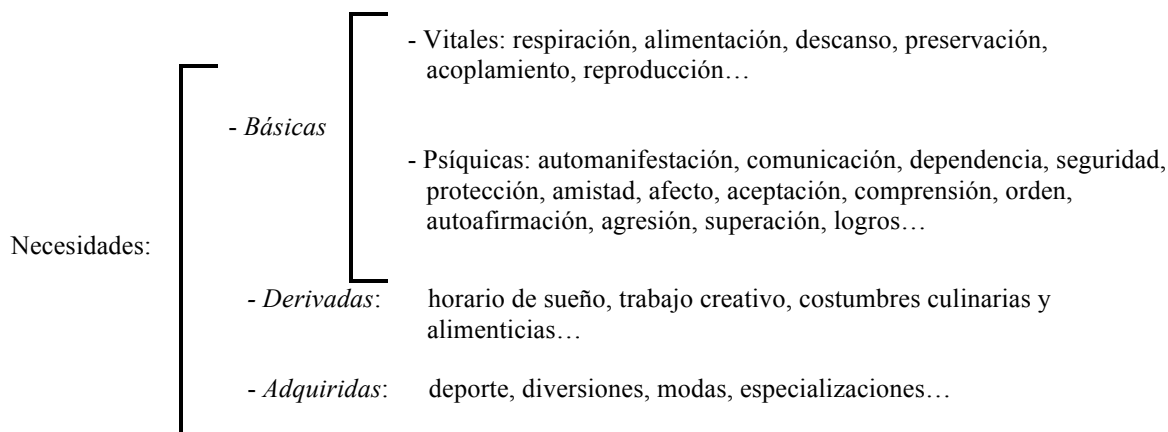
Además, el conjunto de valores que rigen y orientan mi conducta y obrar dan lugar a un ideal de vida. Por esta razón y por el hecho de ser siempre conscientes, son los contenidos propios de mi yo-ideal.

Definición del concepto de necesidad

Las *necesidades*, por su parte, son impulsos estables y constantes que me mueven a obrar de una determinada forma. Al igual que los valores, se expresan en actitudes. Pueden ser conscientes o inconscientes. Pertenecen a mi yo actual.

Por lo general, las experimentamos como una especie de carencia que es preciso colmar y como un impulso a la propia realización. La gratificación o frustración de necesidades despierta sentimientos de placer o disgusto.

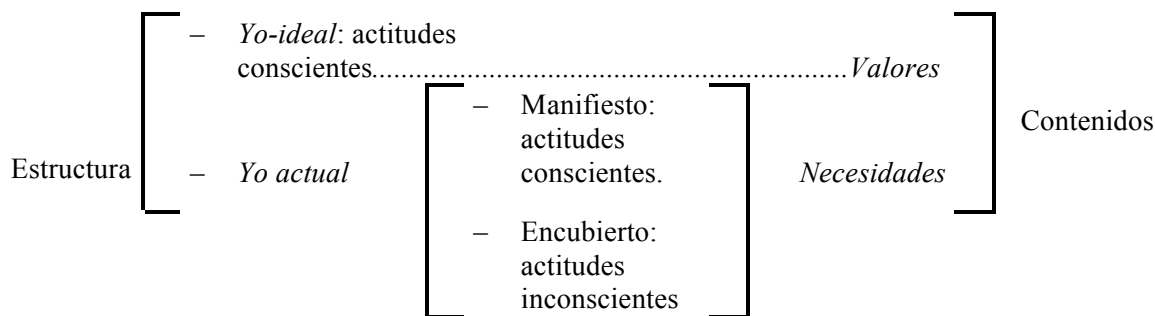
Las necesidades son muchas y gravitan en nuestra motivación con diferentes grados de intensidad. Pueden también clasificarse de diferentes maneras. En el siguiente cuadro ofrezco una posible clasificación de las necesidades más comunes.



Espero que con estas aclaraciones respecto a los valores y las necesidades tengamos más despejado el panorama. En adelante, cuando hable de las necesidades, me referiré por lo general a las necesidades psíquicas.

Identidad personal: su composición

Lo fundamental que he querido decir hasta el momento se reduce a lo siguiente: mi identidad personal está compuesta por el yo-actual, con sus necesidades subjetivas y potencialidades que he de recuperar; y el yo-ideal, con los valores objetivos y fines propuestos. El gráfico que sigue completa y pretende esclarecer otro poco lo dicho.



Conclusiones

¿Qué *conclusiones* podemos sacar de todo lo anteriormente expuesto? Unas ya las he anticipado, otras aún no, algunas merecerán ser luego desarrolladas. Sin temor a repetirme, anoto las que siguen.

- Los valores y las necesidades juegan un papel importante en nuestra motivación personal.

- Quien intenta llevar una vida mariana contemplativa tan sólo para satisfacer necesidades y no por la atracción de los valores, tarde o temprano carecerá de motivación para continuar.
- Es bastante raro que todos los componentes de nuestra motivación, valores y necesidades, impulsen en una misma dirección: si me atrae el valor de la soledad y también me mueve la necesidad de dependencia, las consecuencias son obvias.
- En el conjunto de nuestra motivación suele haber desarmonías de diverso tipo, por ejemplo:
 - Entre el yo-actual y el yo-ideal: es el caso típico de nuestro idealismo de principiantes: soy muy egoísta aunque me creo abnegado y aspiro a serlo más aún.
 - En la jerarquía de valores: me atrae la virginidad consagrada, pero tengo también en igual aprecio la vida matrimonial y familiar, y no termino de decidirme.
 - Entre los valores y las necesidades: aprecio el valor de la pobreza evangélica, pero mi necesidad de seguridad y dominio entra en conflicto con ella.
- La madurez personal, que siempre es relativa, implica cierta armonía en nuestra jerarquía de valores, entre nuestro yo-ideal y yo-actual, y entre los valores y las necesidades que nos mueven.
- La desarmonía entre valores y necesidades dificulta la internalización y vivencia de los valores.

Acabo de mencionar la internalización de valores y la posible dificultad que esto puede acarrear. Es el momento de encarar de lleno el tema. A fin de proceder con claridad, seguiré el siguiente orden: Explicaré primero qué significa internalizar valores, qué exige, a qué se opone y cuál es el proceso normal o común. Trataré luego de la desarmonía entre valores y necesidades, indicaré sus diferentes gravedades, los daños que ocasionan y los medios para subsanarlas.

La internalización es crecimiento

Internalizar valores es encarnar o hacer propios, interna y externamente, nuevos valores. Nadie nace con valores internalizados, sino que vamos poco a poco siendo, modelándonos a partir de contenidos objetivos que, despertando nuestras capacidades van integrándose a nuestra identidad, hasta el punto de identificarnos con ellos.

Presuponiendo que un valor me atrae, encuentro dos motivos por los cuales procuro internalizarlo. Ante todo, porque ese valor armoniza o es armonizable con los valores que yo poseo. Y también porque considero que ese valor es intrínsecamente capaz de hacerme crecer. En efecto, si el nuevo valor no es armonizable, entraré en conflicto; y si no me hace crecer, terminaré por decidir que no es para mí.

La internalización es exigente

Internalizar valores tiene sus *exigencias*, puede demandar esfuerzo. ¿Por qué? Porque reclama, en alguna medida, trascenderse o ir más allá de uno mismo. Y para autotranscenderse hay que ser libre de las presiones del medio ambiente y de los propios condicionamientos y necesidades.

Importa, claro está, que la autotranscendencia sea armónica con las posibilidades reales. Cuando un valor es saludablemente provocador, mueve y arrastra el dinamismo psíquico y pone en actividad sus potencialidades. Les abro mi corazón: la vida monástica me atrae, tengo aptitudes para ella, a veces me ha costado vivir sus demandas, pero constato que me ha ayudado a crecer y a

acercarme al Señor; en consecuencia me siento contento y agradecido; por el contrario, considero que el comercio o las ciencias exactas me hubieran llevado a la frustración...

La internalización y sus opuestos: conformismo e identificación

Para entender mejor qué es la internalización de valores, veámosla desde aquello que no es o que se le *opone*. La situación más clara y drástica, por lo que se refiere a la oposición, es la simple rebelión que rechaza cualquier nuevo valor. Pero hay otros dos fenómenos más engañosos, aunque igualmente opuestos: el conformismo y la identificación.

El conformista se reviste externamente, casi diría, se disfraza, de las actitudes que debería expresar el valor.

El *conformismo* es común en los principiantes, pero en ellos no es causa de alarmantes problemas, hay esperanzas de conversión; ahora, cuando los años pasan y el conformismo se enraíza, la vuelta a la verdad puede ser dramática. Jerónimo, amigo de infancia, trabajó con gran dedicación durante veinte años como ingeniero químico; siempre pensé que tenía una verdadera vocación; pero el año pasado, luego de una prolongada y confusa crisis, largó todo y hoy se dedica a criar gallinas; me confesó que había estudiado ingeniería para conformar a su padre.

Cuando sor María Laura era novicia, parecía una santita, su vida se conformaba en todo a la regla de su instituto, se preocupaba además de no causar mala impresión; hoy, pasados ya unos años, ha internalizado la regla, no parece santa, casi lo es.

La *identificación* es algo más complejo, que conoce muchas formas diferentes. Consiste en adoptar valores porque corresponden a determinada imagen de uno mismo, y permite de ese modo desarrollar o desempeñar una función.

La inolvidable Ivanka, que en paz descansa, se consideraba buena, generosa, altruista y servicial; estudió y se desempeñó eficazmente como asistente social; tenía una alta estima de sí misma en cuanto profesional y esto la llevaba a perfeccionarse cada vez más; un buen día se llevó una gran sorpresa: descubrió una imagen de sí misma más real y que no se ajustaba a su imagen funcional o profesional; consecuencia: abandonó la profesión.

La internalización: un ejemplo práctico

El *proceso* de internalización de valores puede ser presentado de varias maneras. Voy a seguir el camino que me parece más adecuado: esbozar los pasos que hemos ido dando grupalmente en el campo de la formación mariana y contemplativa durante los años pasados.

- *Apertura de la conciencia*: todo comenzó con una primera intuición general; María y la contemplación aparecieron ante nuestros ojos como algo bueno y atrayente.
- *Sensibilización*: al primer impacto siguió una progresiva conciencia y profundización del misterio mariano y de la gracia de la oración contemplativa.
- *Vivencia*: pronto pusimos medios concretos y prácticos para encarnar los valores y lograr los fines que nos íbamos proponiendo.
- *Formulación*: antes, durante y después de la vivencia fuimos plasmando en palabras aquello que habíamos intuido y estábamos viviendo.
- *Comunicación*: cuando menos lo pensamos, surgió la necesidad y se presentó la oportunidad de comunicar a otros, con el testimonio y la palabra, lo que ya llamábamos nuestra doctrina de vida; este paso nos enseñó muchas cosas que creíamos saber.

- *Nueva apertura* de la conciencia: que nos permite revivir todo el proceso a un nuevo nivel de internalización y profundidad.

Pero, ¿cómo sabemos que internalizamos los valores? Nuestras actitudes marianas y contemplativas dan prueba, o no, de ello.

La internalización y las desarmonías

Paso ahora a las *desarmonías*. Ya les he sugerido que las hay de variadas formas. Me reduzco a la principal y más frecuente: la desarmonía entre valores y necesidades. Esta desarmonía se manifiesta como una contradicción en el conjunto de la motivación, como algo que me lleva a perseguir metas parcial o plenamente contradictorias con el fin último que intento.

Es fácil advertir que no todas las desarmonías de este tipo adolecen de igual *gravedad*. Hay cuatro factores, reductibles a dos, que influyen en la gravedad de las desarmonías entre valores y necesidades.

- *Centralidad o marginalidad*: cuando una necesidad ocupa un lugar central en el conjunto de mi motivación, hay mayor posibilidad de que entre en gran desarmonía con un valor determinado. Si la agresividad, la autoafirmación y la superación son los ejes de mi conducta, no es raro que tenga problemas en internalizar el valor de la pobreza, humildad y mansedumbre. A mayor centralidad, mayor influencia y mayor desarmonía; y a la inversa.
- *Consciencia o inconsciencia*: si la necesidad desarmonica es consciente, me será posible y más fácil elaborarla o armonizarla con el valor en cuestión. Pero, ¿si no soy consciente de ella? A mayor inconsciencia, mayor influencia y mayor desarmonía; y a la inversa.

De lo recién dicho, se desprende una conclusión evidente e importante: *nada más dañoso que una necesidad desarmonica central e inconsciente*.

Las desarmonías y sus consecuencias dañosas

No quiero perder tiempo con los *daños* que ocasionan las desarmonías. Es fácil imaginarlo. Se los presento brevemente y con un deseo bien preciso: motivarnos a elaborar las desarmonías que nos impiden vivir y donarnos. Conocer el mal que nos hacen puede ser incentivo para combatir su tiranía.

Las desarmonías, sobre todo cuando son centrales e inconscientes, dificultan o imposibilitan la internalización de valores, el compromiso perseverante con ellos y su testimonio diáfano y convincente. En una palabra, nos hacen vivir a medias, pues nos impiden entregarnos con todo y por entero.

La integración de las necesidades desarmonicas no se da sin esfuerzo y ejercicio, y demanda una auténtica ascesis. Implica dejar de lado esquemas de conducta inadecuados; desarrollar medios apropiados para manejar las necesidades; fomentar una mayor internalización de los valores y recurrir a un estilo de vida más definitivamente orientado por ellos.

Medios de elaboración de las desarmonías

Pero lo que nos interesa es esto: ¿con qué *medios* contamos para elaborar las necesidades desarmonicas con los valores que deseamos vivir?

Poseemos, ante todo, aquellos medios que llevan garantía de acción divina: *los sacramentos*.

La eucaristía nos transforma en cuerpo de Cristo, y el Espíritu que habita en plenitud en él pasa a inhabitar en nosotros al ser asimilados al Señor glorioso.

El sacramento de la reconciliación, con su examen de conciencia y propósito de enmienda, además del amor de perdón concedido mediante la absolución, es otro medio poderoso para poner nuestro corazón en armonía con el corazón de Dios.

Otro tanto vale para la *oración contemplativa*. A quien, fundado en la fe viva, se relaciona con Dios y pone en sus manos, se le jerarquizan los valores, ordenan las necesidades y armonizan las contradicciones. Y podemos también agregar *la devoción a los santos*, y más aún *la consagración a María*: ellos no sólo nos ayudan y dan parte en su intimidad, sino que también nos ilustran y mueven con sus ejemplos.

Contamos, asimismo, con todos los medios propios de nuestra *ascesis personalizante*. El fortalecimiento del hombre interior, el vestirse del hombre nuevo y despojarse del viejo, pueden ser entendidos como un proceso de internalización de valores e integración de necesidades.

La dirección o diálogo espiritual y el autoconocimiento son instrumentos muy apropiados para el problema que estamos tratando. Algún día tendremos que hablar detalladamente de ellos. Pero les anticipo hoy tres palabras que pueden ayudarnos a ahondar en el conocimiento de nosotros mismos y, en consecuencia, a sacar a luz posibles desarmonías ocultas.

- La *reflexión personal*: algunas sencillas preguntas suelen ser causa de grandes descubrimientos; por ejemplo: ¿qué significan mi ira, tristeza, depresión y concupiscencia sensual o sexual en relación con esta circunstancia?; ¿qué me está diciendo acerca de mi identidad todo esto que estoy sintiendo? Podemos tener por cierto que cuando la afectividad se pone a gritar, es que tiene algo importante que decir. Una tristeza depresiva ante una advertencia, corrección o desatención puede estar indicando un oculto complejo de inferioridad o una necesidad de vivir apoyado y afirmado por otros.
- Los *comentarios casuales*: me ha sucedido más de una vez que un inocente chiste acerca de mí persona me fue causa de dolorosas y preciosas intuiciones sobre mí mismo. Hasta los siete años yo me sentía feliz, pues creía tener incomparables dotes para el teatro; el hecho de que un tío mío me llamase cariñosamente “Pinocho” me confirmaba en mis sentimientos; pero aprendí algo nuevo el día que un compañero de colegio, riéndose, me dijo: “¡Narigón!” Otro tanto puede suceder con cosas leídas o palabras oídas referentes a otros... En todos estos casos, es válida esta ley: a mayor dolor, mayor urgencia y necesidad de elaboración.
- La *amistad*: todos hemos experimentado que la verdad dicha por un amigo o alguien que nos ama puede lo que nadie puede; el amor y la amistad ven lo que nadie ve y ayudan a aceptar lo difícilmente aceptable.

Una última añadidura y una nueva promesa

Queda todavía algo por agregar. Existen casos de desarmonías centrales e inconscientes difíciles de elaborar con los medios sencillos a nuestro alcance. Estas situaciones reclaman ayuda profesional.

Y podríamos seguir amontonando detalles y nuevos ejemplos, pero haciéndolo corremos el riesgo de complicar y oscurecer lo presentado. Cuando nos veamos, podremos charlar otros aspectos interesantes de la internalización de valores. Por el momento, basta con que caigamos en la cuenta de su importancia en relación con la formación espiritual y hagamos aquello que podamos hacer.

Si no los encuentro pronto, les volveré a escribir sobre otro tema relacionado con éste: la conveniencia y utilidad de un plan de vida.

Pongo esta carta en manos de María, le pido que se la lleve, entregue, explique y ayude a vivir. Para su amor de Madre, no hay nada imposible. Que ella nos regale adecuar lo que creemos ser con lo que realmente somos; proyectar lo que somos hacia lo que queremos ser, y descubrir, en lo que queremos ser, la vocación divina y la voluntad providente de nuestro Padre Dios.

Todo y siempre en María de San José, con un abrazo grande.

Bernardo