

HACE algunos meses apareció un libro mío sobre uno de los temas más ausentes de la psicología actual: la voluntad. El libro se llama «La conquista de la voluntad». La voluntad es una joya que tiene huega venta en cualquier mercado, y el que

DECÁLOGO PARA EDUCAR LA VOLUNTAD

Por Enrique ROJAS

que merezca realmente la pena. Ahí tiene su puesto la tarea del educador por un lado y la de los padres por otro. Hay una observación

9. Una buena y suficiente educación de la voluntad es un «indicador de madurez de la personalidad». No hay que olvidar que cualquier avance de la voluntad se acrecienta con su uso y se hace más eficaz a medida que se incorpora con firmeza en el patrimonio psi-

HACE algunos meses apareció un libro mío sobre uno de los temas más ausentes de la psicología actual: la voluntad. El libro se llama «La conquista de la voluntad». La voluntad es una joya que tiene buena venta en cualquier mercado, y el que la tiene posee un tesoro. En este artículo trato de sistematizar diez pautas de conducta positiva para ir avanzando en ello.

DECÁLOGO PARA EDUCAR LA VOLUNTAD

Por Enrique ROJAS

1. «La voluntad necesita un aprendizaje gradual que se consigue con la repetición de actos en donde uno se vence, y lucha, y cae, y vuelve a empezar.» A esto se le llama en psicología «hábito». Dicho en otros términos: es necesario «adquirir hábitos positivos» mediante la «repetición de conductas de forma deportiva y alegre» que van inclinando la balanza hacia comportamientos mejores, más maduros y que a la larga se agradecerán, pero que de entrada cuestan enorme trabajo en una primera etapa, en donde la voluntad está virgen, sin dominar.

2. «Para tener voluntad hay que empezar por negarse o vencerse en los gustos y estímulos e inclinaciones inmediatas.» Y esto es lo realmente difícil. Es más fácil explicar los mecanismos por donde hay que llevar la voluntad que ponerse uno a funcionar apli-

que merezca realmente la pena. Ahí tiene su puesto la tarea del educador por un lado y la de los padres por otro. Hay una observación complementaria que quiero hacer, una vez llegados a este punto: las grandes ambiciones, las mejores aventuras brotan de un pequeño riachuelo que crece y se hace caudaloso a medida que la lucha personal no cede, no baja la guardia, insistiendo una y otra vez. En el alpinismo —tarea que se parece mucho al fortalecimiento de la voluntad— lo importante es dar pequeños pasos hacia arriba: se va ascendiendo en la montaña no gracias a las grandes escaladas, sino merced a pequeños avances. Al principio costosos y después ya más fáciles, una vez que se vislumbra el paisaje desde la cima.

6. «A medida que se tiene más voluntad uno se gobierna mejor a sí mismo, no dejándose llevar del estímulo inmediato.» El

quiere avance de la voluntad se acrecienta con su uso y se hace más eficaz a medida que se incorpora con firmeza en el patrimonio psicológico. «Una persona madura y con un cierto equilibrio psicológico ofrece un mosaico de elementos armónicamente integrados, en donde la voluntad brilla con luz propia.»

10. «La educación de la voluntad no se termina nunca.» Lo que quiere decir que el hombre es una sinfonía siempre inacabada. Y que además el haber alcanzado un buen nivel no quiere decir que se esté siempre abonado al mismo, ya que las circunstancias de la vida pueden conducir a posiciones insólitas, inesperadas, difíciles o que obligan a reorganizar el tejido del «proyecto personal». También hay que citar la desorientación de la sociedad actual: tan permisiva y con pocos valores de referencia, lo que impide ver ejem-



Enrique Rojas
Catedrático