



Mi pequeño mundo solidario

Guía para hacer más llevadera la aventura de la vida



José Ramírez Mijares

IBERO
TORREÓN®



UNIVERSIDAD IBEROAMERICANA TORREÓN

Héctor Acuña Nogueira, SJ
Rector

Andrés Rosales Valdés
Director General Educativo

Luz María López Meza
Coordinadora del Centro de Servicio y Promoción Social

Julio César Félix Lerma
Coordinador de Difusión Editorial

Miriam Yoloxochitl Carranza Magaña
Diseño Institucional

José Ramírez Mijares
Creador del modelo del Pequeño Mundo Solidario.

Contenido

1. Introducción	5
2. La aventura de la vida	6
3. Mi pequeño mundo solidario	8
4. Guía para realizar mi proyecto de vida	10
4.1 ¿En qué creo? Clarifico mis valores	11
4.2 ¿Qué le da sentido a mi vida? Decido mis metas personales y comunitarias	12
4.3 ¿Dónde busco ayuda para alcanzar mis metas? Primeramente, en mi pequeño mundo solidario	13
4.4 ¿Estoy avanzando hacia mis metas? Evalúo mis actividades y de ser necesario realizo cambios	14
5. Conclusiones	16
6. Anexos	17
7. Bibliografía	20

Ramírez Mijares, José

Mi pequeño mundo solidario. Guía para hacer más
llevadera la aventura de la vida

Torreón, Coahuila: UIA , 2013.

HN 49 C6 R35 2013

Temas:

Desarrollo de la comunidad

Vida en comunidad

Julio César Félix Lerma

Coordinación editorial de la colección

DGEnte Ibero Torreón

Yoloxochtl Carranza Magaña

Diseño de portada y diagramación

1ª edición, Torreón, 2013

DR copyrigh Universidad Iberoamericana Torreón

(Formación Universitaria y Humanista de La Laguna, AC)

Registro en trámite

Impreso y hecho en México

1. Introducción

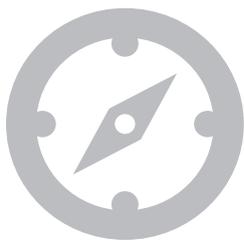
Desde muy temprana edad entendí que vivir no es un asunto sencillo. En mi caso, me tocó formar parte de una familia campesina, en el Norte de nuestro México lindo y querido. A principios de los 70, por necesidad, empecé la búsqueda de un modelo para mi superación personal y hacer más llevadera esta aventura.

Descubrí que de los miles de millones de personas que poblamos el planeta, tan sólo con unas cuantas mantengo relaciones interpersonales cercanas. Como dice la canción: *"tantos siglos, tanto mundo, tanto espacio... y coincidir"*. Asimismo, que algunas de ellas me ayudan a sobrevivir y otras me crean problemas.

Después se me ocurrió clasificar a las personas que me apoyan en amigos, asesores y auxiliares. A esta red le llamé mi pequeño mundo solidario.

Este descubrimiento me ha permitido alcanzar propósitos y resolver problemas de todo tipo. Por este motivo es mi deseo compartirlo, esperando que sea de utilidad para quienes deseen intentar este estilo de vida.

2. la Aventura de la Vida



Vivir es una aventura, y por eso es apasionante. En el diccionario "aventura" se define como un "suceso o lance extraño / contingencia / riesgo". Contingencia es algo que puede suceder, riesgo es la posibilidad de sufrir un daño. En efecto, cada día me planteo los retos de sobrevivir en las mejores condiciones; también el de avanzar hacia las metas que le dan sentido a mi vida; así como, de resolver los problemas que surjan mientras tanto.

A nadie le fue dado escoger a su familia, condiciones, ni lugar de nacimiento. Se nace indefenso; por lo mismo, dependiente ciento por ciento de los padres y del entorno socio económico.

Durante los primeros años, cuando no se tiene uso de razón, la lucha por la supervivencia es por instinto. En la medida en que vamos creciendo ganamos en entendimiento. Entonces la supervivencia depende de la manera en que usemos la inteligencia, la libertad y la voluntad. Estos atributos son esenciales para tomar decisiones porque estamos condenados

a estar haciendo algo para llenar cada minuto de la propia existencia: *“no tenemos más remedio que elegir y, por tanto ejercitar nuestra libertad”* (Ortega y Gasset).

Escogemos a los amigos y a los socios de algún negocio; un lugar donde vivir, una actividad para ganar dinero, un deporte. También elegimos cómo enfrentar los retos de la aventura de la vida, siendo la muerte el único e infranqueable límite para nuestras decisiones y movimientos. Basta con visualizar un propósito, atreverse a intentarlo y aceptar las consecuencias.



3. *Mi pequeño mundo solidario*

Pequeño mundo solidario (PMS) es una red informal de ayuda mutua en la que se comparten valores, actitudes y conductas de servicio. Por lo mismo, cada uno de sus integrantes encontrará apoyos para realizar sus proyectos y solucionar todo tipo de problemas.

El PMS según el tipo de relaciones interpersonales se integra por:

Amigos. Son las personas con quienes tengo una gran afinidad de ideales e intereses. Siento confianza y seguridad en su compañía. Con ellos comparto mis sueños, problemas y proyectos. En su casa me encuentro como en la propia; me preocupan sus problemas, me alegran sus éxitos y me entristecen sus fracasos.

Asesores. Con estas personas tengo una relación afectiva profunda. Son personas mayores. Su experiencia, calidad moral y confianza, me animan a solicitarles consejos sobre problemas de difícil solución. Con su asesoría decido líneas de acción para resolver problemas o para alcanzar metas personales. Las palabras de un asesor pueden ser determinantes para la consecución de una meta o la solución de un problema.

Auxiliares. Con estas personas mantengo compromisos de colaboración y siento confianza para solicitarles pequeñas ayudas. Son compañeros de trabajo, vecinos, integrantes de algún equipo deportivo, ex compañeros de estudios, etcétera.

La relación con los integrantes de mi pequeño mundo me construye. *“¿Qué es esa construcción humana?: La satisfacción en ti y en mí de las auténticas necesidades humanas”* (Luís González Morfín S. J.). Por este motivo, estoy siempre atento a los resultados de cada una de mis relaciones interpersonales, a fin de detectar si son relaciones constructivas.

En esta dinámica, las personas cuya relación es favorable, pasan a formar parte de mi red. Es así que, dependiendo de los resultados, las personas pueden cambiar de posición hacia niveles más cercanos; también pueden alejarse hasta salir de la red. Sucede lo mismo en mi caso, como parte de otra red: me acercaré o me alejaré, según la percepción que de mí tengan otras personas.



4. Guía para realizar un proyecto de vida



En la etapa de la juventud, por lo general, ocupamos nuestra mente en la construcción de sueños, la definición de metas y esperanzas. Sin embargo, las dificultades para realizarlos están a la orden del día.

Cuando se viene al mundo en condiciones de pobreza, lo primero es asegurar la supervivencia propia. Muchos jóvenes en esta situación, ni siquiera se atreven a imaginar un proyecto de vida. Como dice el refrán *"primero comer que ser cristianos"*, en su mayoría se dejan llevar por actividades rutinarias, mal pagadas, que aseguren el sustento; algunos sucumben a la tentación de conseguir dinero *"rápido"*, mediante actividades fuera de la ley; otros, encuentran en el vicio una vía de escape a sus frustraciones; por último, en el extremo, hay quienes optan por el suicidio.

Pequeño mundo solidario es un método sencillo para facilitar la definición y realización de un proyecto de vida.

4.1 ¿En qué creo?

Clarifico mis valores

Para definir mi proyecto de vida primero clarifico mis valores. Valor es la percepción de un bien humano; en este caso, algo positivo. Por ejemplo la bondad. Por el contrario, cuando hablamos de algo negativo, se dice que es antivalor, en este caso la maldad. Para seguir con el ejemplo. Cuando una persona crece llega a un punto en el que se dice que *"ya sabe lo que es bueno y lo que es malo"*. Con ello se da a entender que es capaz de distinguir entre el valor (bueno) y el antivalor (malo).

Los valores culturales *"son las realidades consideradas buenas por un grupo, una familia o una sociedad."*
(González M. L.: 1997, 8)

Los valores que yo acepto -simplemente porque los prefiero- en pleno ejercicio de mi libertad individual, se ordenan en una tabla de valores personales, *"pues lo que es preferible para mí no lo es para mi vecino"* (Fronzizi R.: 1992, 228).

Tales valores se convierten para mí en criterios de juicio, orientaciones de conducta y normas. Por lo mismo, son como rieles sobre los que transita mi vida, con dirección a las metas personales y comunitarias que le dan sentido. En momentos de soledad y silencio -a fin de escuchar mi *"vocecita interior"* (Gandhi)-, es decir mi conciencia, confirmo los valores por los que se rige mi vida.

Mientras más claridad tenga en esos valores, será más fácil basar en ellos las metas que den sentido a mi vida.

4.2 ¿Qué da sentido a mi vida? Decido mis metas personales y comunitarias

Si no sé hacia dónde quiero ir, cualquier camino es bueno. Las metas se refieren a los resultados esperados, los puntos de llegada de los caminos adecuados.

“El hombre actúa por conquistar un objetivo o una meta con la que se identifica, por una persona que ama y por la gloria de Dios” (Frankl V.: 2004, 123)

Mi vida se desarrolla en los ámbitos personal y comunitario. Lo personal se refiere a la esfera de mi absoluta y entera competencia, en la que ejerzo libremente la capacidad de decidir sobre mis asuntos. La esfera comunitaria supone mi pertenencia a una asociación de personas con una finalidad común: Asociación de vecinos, equipo de fútbol, club social, la familia, la colonia donde vivo, etc. Es necesario tener metas claras en lo personal y como parte de una comunidad.

No basta un listado de buenos propósitos y saber que cuento con el apoyo de tales y cuales personas de mi pequeño mundo; necesito elaborar un plan para llevarlos a cabo. Planear significa decidir las acciones que voy a realizar para alcanzar mis metas.

“En la batalla de la vida, aquellos que pueden formarse ideas definidas de lo que pueden hacer, antes de ponerlas en práctica, son los que tienen mayores probabilidades de éxito” (Atkinson W.:1975, 19).

Vivo el presente, pero mis metas me proyectan hacia el mañana. Vivir mañana significa que tendré una nueva oportunidad de acercarme a mis aspiraciones, lo que origina en mí un impulso de vida. Por este motivo, todas las actividades cotidianas deben orientarse a la consecución de mis metas.

4.3 ¿Dónde busco alcanzar mis metas? Primeramente en mi pequeño mundo solidario

Si ya tengo la seguridad de lo que quiero hacer con mi vida, ahora necesito saber qué puertas tocar en busca de los apoyos necesarios. En otras palabras, necesito rodear mi resolución “*de cuanto ayuda nos sea dable*” (Atkinson W.: 1975, 39).

Con este fin, hago un recuento de las personas que conozco y analizo su ubicación en mi pequeño mundo: amigos, asesores y auxiliares. Ello con la finalidad solicitarles distintos tipos de apoyos para lograr mis metas. Cuando solicito ayuda para realizar un proyecto o resolver un problema, puede que no obtenga respuesta o que ésta sea negativa. No importa, sigo buscando apoyo en otras personas de mi red.

Se dice que “*sólo se busca al nopal cuando tiene tunas*”. De igual forma puede suceder que acuda a mi red sólo cuando necesito ayuda. Por este motivo, para mantener la confianza al interior de mi PMS, necesito dar mantenimiento continuo a mis relaciones interpersonales; así como, estar dispuesto a servir cuando me soliciten algún tipo de apoyo.

También promuevo reuniones para buscar soluciones a problemas comunes. Ello permite aprovechar los recursos y contactos disponibles. Como un ejemplo, menciono el ahorro y las compras en común de ciertos artículos, con el fin de resolver el problema de la carestía de la despensa.

4.4 *¿Estoy avanzando hacia mis metas? Evaluó mis actividades y de ser necesario realizo cambios o me reinvento*



Espero el mañana con optimismo y a la vez con incertidumbre. El optimismo es mayor si en el presente avanzo hacia mis objetivos, tengo firmeza en mis valores y seguridad en el pequeño mundo. Los días transcurren casi sin sentir; la culminación exitosa de mis aspiraciones y la solución de los problemas es cuestión de tiempo.

Por el contrario, si en el presente encuentro obstáculos, el mañana se torna incierto. No encuentro satisfacción en mi forma de ser y en las condiciones de vida; el apoyo de las personas que me rodean es mínimo y con frecuencia sufro alteraciones de mi estado de ánimo. Por lo mismo, necesito un cambio.

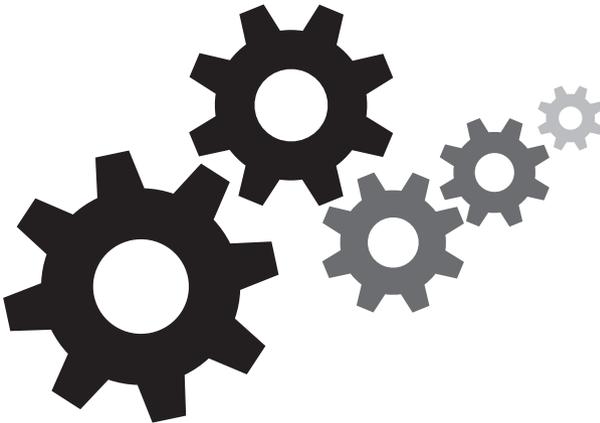
Cambiar es *"pasar de un modo de ser a otro (...) la destrucción de lo presente para establecer un futuro radicalmente distinto"* (González E.: 1998, 45).

Sólo la muerte, al impedir un nuevo cambio, hace del hombre una figura inmóvil (Ortega y Gasset)

“El fracaso es la incapacidad del hombre de alcanzar sus metas en la vida, cualesquiera que sean” (Mandino O.: 1989, 32).

¿Cómo saber qué tipo de cambio se requiere? Cuando voy por el mundo fracaso tras fracaso, en algún momento necesito hacer un alto en el camino. En este caso, mediante un auto examen, con toda honestidad, decido qué debo cambiar y hasta dónde quiero intentar un cambio.

Cada instante de cada día es un buen momento para intentar el cambio. El cambio puede darse en mis actitudes, las actividades para ganarme la vida, el lugar de residencia o las personas que frecuento, hasta una reinvención total de mi persona, si tengo la necesidad de cambiar parcial o radicalmente mi forma de vivir.



5. Conclusiones



En mi pequeño mundo solidario encuentro ayuda para afrontar los retos de la vida. Primero platico con mis asesores, quienes me ayudan a estudiar mis problemas, a reflexionar sobre ellos y me aconsejan sobre las soluciones posibles.

Enseguida, comparto con mis amigos mis inquietudes y decisiones. Juntos exploramos las posibilidades de apoyo al interior de nuestros pequeños mundos, con la finalidad de llevar a cabo el plan personal.

Por último, acudo a los auxiliares en busca de apoyos específicos para llevar a la práctica las decisiones tomadas con la finalidad de intentar un cambio.

Es deseable la integración de una amplia red ciudadana integrada por personas, OSC, grupos e instituciones, que estén dispuestos a ofrecer apoyos y servicios, a los jóvenes que necesitan y quieren superarse. Con estos apoyos muchos jóvenes para su supervivencia digna, ya no se verán obligados a incurrir en conductas delictivas y violentas

6. Anexos

6.1 Mi escala de valores: Ejercicio.

Consiste en registrar cinco valores en orden de importancia, a partir del número 1 como el más importante. De ser necesario apoyarse en el listado siguiente:

La familia	La valentía	La creatividad
La amistad	La belleza	La fe
La honestidad	La salud	La sinceridad
El trabajo	La educación	La justicia
El conocimiento	La comunidad	La previsión
La responsabilidad	La seguridad económica	El amor
La disciplina	La libertad	La solidaridad
El respeto	La generosidad	La perseverancia
La alegría	El deporte	La naturaleza
La tolerancia	La autenticidad	La bondad

No.	Mis valores	Significan para mí
1		
2		
3		
4		
5		

6.1 Mis Metas Personales y Comunitarias.

El siguiente paso es definir mis metas en personales y comunitarias.

Mis metas	
Personales	Comunitarias

6.2 *Mi pequeño mundo solidario.*

Si ya tengo la seguridad de lo que quiero hacer con mi vida, ahora necesito saber qué puertas tocar en busca de los apoyos necesarios. En otras palabras, necesito rodear mi resolución "de cuanta ayuda nos sea dable" (Atkinson W.: 1975, 39).

Con este fin, hago un recuento de las personas que conozco y analizo su ubicación en mi pequeño mundo.

Mi pequeño mundo solidario

Amigos	Asesores	Auxiliares

7. Bibliografía

Atkinson W. William, *Psicología del Éxito*, Editorial "Divulgación", México, 1975.

Buber Martín, *¿Qué es el hombre?*, Breviarios del FCE, México, 1985

Frankl Víctor, *El hombre en busca de sentido*, Herder Editorial, Barcelona, 2ª. Impresión, 2004

Fromm Erich, *Psicoanálisis de la Sociedad Contemporánea*, Fondo de Cultura Económica, México, 1991

Fronzizi Rigiére, *¿Qué son los valores?*, Breviarios del FCE, México, 1992

Gandhi, *Todos los hombres son hermanos*, Ed. Atenas, Col. Testigos del Hombre, Salamanca, España, 1988

González Morfín Efraín, *Cambio Democrático de Estructuras*, EPESSA, México, 1998

González Morfín Luis S. J., *Ética y valores en la práctica política*, EPESSA, México, 1997

Mandino Og, *El secreto más grande del mundo*, Ed. Diana, México, 1989

Stephen R. Covey, *Los 7 hábitos de la gente altamente efectiva*, PAIDOS Mexicana, México, D. F. Reimpresión 2006.

Ortega y Gasset José, *El Hombre y la Gente*, Alianza Editorial, Madrid, 1988