

## Reportaje

# Duelo por las expectativas no alcanzadas

Mtro. Cliserio Rojas Santes

*“El mejor camino para llegar a la frustración es crear expectativas”.*

Fritz Perls

La mayoría de las personas tenemos ciertas expectativas de acuerdo con nuestra cultura, a nuestras creencias y, válgase también, a nuestra formación humana. Crearlas es inherente al ser humano, puesto que, hasta la sabiduría popular, nos dice “Al que madruga Dios lo ayuda”, “de tal palo, tal astilla”, “hijo de tigre pintito” por mencionar algunos, pero... ¿qué pasa si después de siempre madrugar no sentimos la ayuda de Dios, si la astilla no salió como el palo o si, a final de cuentas, el hijo del tigre fue adoptado? Después de que **no se cumple una expectativa**, queda un dolor ante lo que no sucedió, ante lo que nunca llegó y eso puede modificar no sólo nuestro pensamiento, sino nuestras conductas y, por supuesto, nuestras emociones. Es la **trampa mental** que creamos cuando pensamos y damos por hecho que las cosas tienen que suceder, porque ya trabajamos para eso o pensamos que por nuestro actuar las personas van a responder como nosotros quisiéramos. Nada más alejado de la realidad, pues en esencia cada uno decidimos por sí solos y aunque nosotros esperemos una cosa, las cosas pueden salir totalmente diferentes.

Analicemos una expectativa: es aquella **emoción o ilusión que se experimenta ante la posibilidad de poder lograr un objetivo o cualquier otro tipo de logro** en la vida, éstas se componen a su vez de suposiciones acerca de lo que creemos que tendría que ser, en base a lo que nos han enseñado, hemos visto y hemos aprendido; la frustración llega cuando eso que esperábamos no resulta; es muy importante ser actores y crear los medios para que funcione, pero aun así hay un mar de posibilidades de que sea todo lo contrario.

## Ejercicio

Recuerda algo o alguien de quien hayas tenido ciertas expectativas, escríbelas en una hilera; delante de cada una escribe lo que tenía que pasar para que éstas se cumplieran, si dependían de acciones de otras personas o contextos, por último, qué tenías que hacer tú para que eso que esperabas se llevara a cabo. Podrás comprobar que hay cosas que tienen que coordinarse y también que estamos sujetos a lo que terceros (contextos o personas) estén a nuestro favor, más si para ello alguien tiene que actuar de cierto modo y, sobre todo, que también tenemos que hacer cosas para que pase. Si no se llegó a hacerse realidad lo que pensabas, ¿qué fue lo que sentiste?, ¿qué fue lo más difícil de aceptar?, ¿ya crees haberlo superado?

## Liberarse de las expectativas

Hemos dicho que todos tenemos expectativas: ¿qué se puede hacer para liberarse de ellas? En primer lugar, **poner siempre la confianza y seguridad en uno mismo**, saber lo que somos y lo que tenemos, sabiendo que el objeto de nuestras acciones nos da satisfacción y nos realiza primero a nosotros mismos, y si esto beneficia a cualquier persona a nuestro alrededor ya es un beneficio secundario.

En segundo lugar, **no esperar que las cosas se nos regresen como nosotros las damos**, esto nos lleva a creer en deudas que sólo están en nuestra cabeza, pues cada uno decide lo que va a hacer.

Tercero, sería **respetar la individualidad del otro**, por más que nosotros hagamos algo por alguien, eso no define el nivel de compromiso o respuesta que ese otro tenga para con nosotros.

Cuarto y último, **transformar esa expectativa en esperanza**, la expectativa es de nosotros como seres humanos, la esperanza conlleva fe, y es la fe de que lo que nos llegue es lo mejor para nosotros y trabajar en perfeccionarlo, siempre actores de nuestras circunstancias, si nos quedamos sólo como espectadores tendremos una respuesta pasiva ante la vida, siempre podremos hacer algo para cambiar nuestras circunstancias, aunque esto nos obligue a una introspección profunda para saber dónde están esas áreas de oportunidad que debemos revisar.

Al trabajo de duelo ante las expectativas a veces no se le da la importancia necesaria, con la idea de que, al no ser sucesos reales, no tienen la misma importancia que otro tipo de duelos. Al contrario, una de las cosas que se deben **trabajar en todo tipo de duelo** es precisamente **la parte de las expectativas**, pues siempre se tiene expectativas con las personas queridas, el trabajo, la salud, etc.

### **Cuento: Pigmalión y Galatea**

Pigmalión era un escultor. Posiblemente, el mejor de los artistas que trabajaban la piedra en todo el imperio. Una noche sueña con una hermosa mujer que camina altiva y sensual por su cuarto. Pigmalión cree que es Afrodita, la diosa del amor y del sexo, y piensa que es ella misma quien le envía esa imagen para pedirle que esculpa en un bloque de mármol una estatua en honor a su divinidad.

A la mañana siguiente, Pigmalión va a la cantera de piedra y encuentra, como esperándolo, un gran trozo de mármol que encaja a la perfección con la idea de la obra; la mujer de su sueño en tamaño natural, de pie, apenas reclinada en una pared, mirando con orgullo el mundo de los mortales.

Durante los siguientes meses, el artista se dedica a picar la piedra sobrante para dejar que apareciera la belleza perfecta de la obra. Cada día trabajaba incansablemente, cada noche sueña con esa cara, ese cuerpo, esas manos, ese gesto. La estatua va tomando forma y, dado que Pigmalión duerme en su taller de trabajo, cada mañana es la mujer de mármol la primera figura que ve.

Pigmalión no sólo puede ver la obra terminada, sino que empieza a imaginar cómo sería esa mujer si cobrara vida. En cada talla el escultor pone de manifiesto lo que ya sabe, porque lo

imaginó, de esa hembra perfecta. Para ayudarse a definirla le ha puesto nombre. Se llama Galatea.

Finalmente, el día llega. Solamente resta el pulido y Galatea podrá ser presentada en sociedad.

*“El mundo quedará sin palabras frente a tu belleza”, le dice al mármol.*

Esa noche, una brisa que entra desde la ventana lo despierta. Una mujer bellísima está de pie frente a Galatea. Emanada de ella un brillo intenso. Es Afrodita en persona. Ha bajado hasta el taller a ver la obra de Pigmalión en su honor.

*“Te felicito, escultor, es una obra maestra. Me siento muy satisfecha. Pídeme lo que quieras y te lo concederé”, dice la diosa.*

Pigmalión no duda. Él sabe lo que desea. Lo ha estado pensando desde hace semanas.

*“Gracias, Afrodita. Mi único deseo es que le des la vida a mi estatua. Que permitas que se vuelva una mujer de carne y hueso, una mujer que sea, sienta y piense como yo la imaginé”.*

La diosa lo piensa y finalmente decide que el escultor se lo ha ganado: *“Concedido”, dice Afrodita y luego desaparece del cuarto.*

Con alegría y asombro, Pigmalión ve cómo Galatea abre sus enormes ojos y su piel va cambiando del frío blanco del mármol al tibio y rosado color de la piel humana.

El artista se acerca y le tiende la mano para que la mujer baje de la tarima.

Con un gesto principesco, Galatea acepta la mano de Pigmalión y baja caminando con altivez hacia la ventana.

*“Galatea - dice Pigmalión -, eres mi creación. Por dentro y por fuera eres tal y como te imaginé y te deseé. Este es el momento más feliz de la vida de cualquier mortal. La mujer que soñabas, tal como la soñaste frente a ti. Cásate conmigo, hermosa Galatea”.*

La bellísima mujer gira la cabeza, le mira por encima del hombro por un instante y le dice con esa voz que Pigmalión imaginó que tendría, lo que el artista jamás pensó: *“Tú sabes perfectamente cómo pienso y cómo soy. ¿De verdad crees que alguien como yo podría conformarse con alguien como tú?”.* (Cuento adaptado por Jorge Bucay)