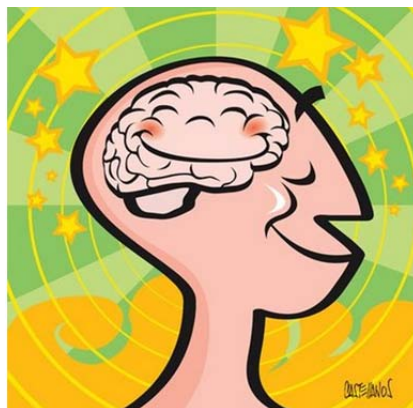


El optimismo pragmático



El hombre: tan creador y destructivo al mismo tiempo. Tan entusiasta y tan negativo. A veces, solo uno más en el rebaño. Otras, tremendamente creativo. Este era el tema que me ocupaba con un amigo hace una semana. Yo, creyéndome positiva, miraba al suelo y me sorprendía a mi misma casi sentenciando al humanidad al fracaso, destacando su egoísmo y afán de poder. Hablaba de corrupción y hambre. Mi compañero, elevaba la mirada al infinito, y soñaba con los grandes cambios de los que éramos capaces. Me contaba grandes avances científicos y tecnológicos que harían al mundo mejorar. Soñaba, pero me daba datos, recitaba realidades. Yo, impregnada de desesperanza social, estaba pensando en políticos. Él, pensaba en ingenieros.

¿En qué consiste eso del optimismo pragmático?



La palabra optimismo viene del adjetivo latino - *optimuss* – “*muy bueno o buenísimo*”. Se puede definir como la **tendencia a esperar que el futuro depare resultados favorables**. Nos ayuda a enfrentar las dificultades con buen ánimo y perseverancia, descubriendo lo positivo que tienen las personas y las circunstancias, **confiando en nuestras capacidades y posibilidades junto con la ayuda que podemos recibir**.

La principal diferencia que existe entre una actitud optimista y su contraparte – el pesimismo- radica en el enfoque con que se aprecian las cosas: empeñarnos en descubrir inconvenientes y dificultades nos provoca apatía y desánimo. El optimismo supone hacer ese mismo esfuerzo para encontrar soluciones, ventajas y posibilidades.

Mark Stevenson, autor de *An Optimist's Tour of the Future*, ha viajado por el mundo durante casi dos años explorando cómo funciona la innovación y la sociedad actual, intentando entender cómo algunas personas consiguen hacer cosas buenas en un mundo en constante cambio. El propósito que perseguía era averiguar qué tienen en común estas personas; si era su manera de pensar o de actuar. Observándolas detenidamente, llegó a enumerar 8 principios básicos, con los que forjó en concepto de *optimismo pragmático*.

1. El optimismo es un posicionamiento moral. Un optimismo pragmático, no de castillos en el aire. La vida es una elección, debemos **imaginarnos un mundo mejor e intentar mejorarlo con pequeñas acciones en lugar de quejarnos del status quo**.
2. Todas las personas que hacen cosas buenas están comprometidas con **un proyecto superior**, un proyecto que va más allá de sí mismas. Las personas felices suelen tener un proyecto que está por encima de ellas.
3. Hay que abrirse a la evidencia, **basarse en los hechos objetivos**. "Tenemos que pensar como los ingenieros, no como los políticos."
4. **Las ideas deben compartirse, no protegerse**. En Internet la gente comparte sus ideas todo el tiempo. Cuanto más se amplifica una idea, más fuerza adquiere. La innovación es el entorno en el que las ideas practican el sexo.
5. **No pasa nada si te equivocas, lo irresponsable es no intentarlo**. Para algunas personas, equivocarse es una estrategia. Pero para otras personas cometer un error es catastrófico, un fracaso.
6. **Somos lo que hacemos, y no lo que tenemos intención de hacer**. Nadie se define a sí mismo como una persona amargada, cínica o complicada, le echa la culpa de su mal carácter a los demás o las circunstancias, pero lo cierto es que, si actúas ante el mundo como una persona amargada, cínica y complicada, es que realmente eres así.
7. Ponerse en marcha, superar la resistencia al inicio, superar la procrastinación. **Empezar poco a poco hasta conseguir la dinámica de la acción**.
8. Cuando te embarcas en un proyecto grande, debes **planteártelo como un torneo muy largo**. Como si fuese un torneo que consta de diez rondas. Hay que ser consciente de que en la primera ronda vas a perder nueve batallas de cada diez. Poco a poco y con calma, empiezas a ganar más rondas. **Lo importante es no confundir las primeras rondas con todo el torneo y no abandonar ante el primer fracaso**.

¡PODEMOS MEJORAR EL MUNDO!



"La vida no es fácil, para ninguno de nosotros. Pero... ¡qué importa! Hay que perseverar y, sobre todo, tener confianza en uno mismo. Hay que sentirse dotado para realizar alguna cosa y que esa cosa hay que alcanzarla, cueste lo que cueste."

Estas eran las palabras de una apasionada científica. La primera mujer en recibir un premio Nobel de la historia: Marie Curie. Fue una mujer valiente y entregada a los demás, a la que le interesaba por encima de toda la humanidad y su bienestar. Gracias a ella se pudieron hacer más de un millón de radiografías a heridos de guerra. Se enfrentó a muchas adversidades, pero creía firmemente que con perseverancia y confianza en uno mismo se vencían las dificultades. Y lo logró.

Parece que los sueños, a veces, se hacen realidad. Ahora es nuestro momento.

Algunos hombres observan el mundo y se preguntan "¿por qué?". Otros observan el mundo y se preguntan "¿por qué no?". George Bernard Shaw.

¡Mira el mundo con optimismo y crea un mundo más positivo!

Annette Manubens

Servicio de Asesoramiento Psicológico y de Psicoterapia
Escuela Técnica Superior de Ingenieros Industriales
Universidad Politécnica de Madrid