



**Religious Education Congress 2015**  
**Ana García-Mina Freire**  
**APRENDER DE LOS FRACASOS**  
**Sesión 2-53**

Los éxitos y fracasos entretujan nuestra existencia, son inherentes a la naturaleza humana. Expresan nuestra potencialidad y nuestra limitación, nuestra grandeza y fragilidad. El éxito, al igual que los fracasos son indispensables para vivir. Los primeros nos aportan valor, alimentan la confianza en nosotros mismos, los fracasos nos enseñan aspectos nuevos de nuestra persona, nos invitan a recapacitar, a cambiar. Pero pese al protagonismo que éstos tienen en nuestra vida, el fracaso es una de las experiencias más difíciles de asumir. A menudo necesitamos que otros nos ayuden a integrarlo.

### **Logros/Aspiraciones**

Los fracasos son una de las experiencias más cargadas de subjetividad. ¡Cuántas veces nos hemos encontrado en las catequesis chavales que ante una misma situación unos estaban locos de contentos y otros se iban con la cabeza cabizbaja sintiéndose frustrados!

Decidimos que una nota, un trabajo, una relación... es un éxito o un fracaso en función de las aspiraciones que tenemos sobre éstos. Hablamos de *fracaso* cuando nuestras expectativas, proyectos no llegan a realizarse como esperábamos. Mientras que nos sentimos con *éxito* cuando llegamos a cumplir nuestros proyectos según las expectativas que nos planteamos. De ahí que a veces de poco vale, intentar convencer al otro que sus resultados no son negativos. Para nosotros pueden no serlo pero para él o para ella, dependerá de lo que se habían marcado y esperaban de sí mismos o de los demás para que el resultado de su ecuación sea un éxito o un fracaso. El nivel de aspiraciones a menudo juega más importancia en esta decisión que el logro obtenido.

### **¿Qué sentido tiene el fracaso en nuestra vida?**

En nuestra cultura, cegada por el brillo del un éxito superficial, resulta difícil comprender que el fracaso sea indispensable para desarrollarnos como humanos. Es más, se considera como un signo de inequívoco de ineptitud, de incompetencia, como una desgracia. Nos creemos que la felicidad, la valoración, reside únicamente en el éxito; sin embargo, nuestra madurez no reside tanto en el éxito o en saber acertar, cuanto en nuestra capacidad para asumir y aprender de lo errado y saber encajar los fracasos de una vida que no se reduce a ellos.

Los fracasos son una llamada, un aviso de que algo en nosotros mismos o en nuestra vida hemos de revisar y cambiar. Es una fuente de información muy útil para realizar con eficacia y dominio una tarea, ya que nos va señalando lo que sirve y lo que hemos de modificar. Nos guste o no, es un prerequisite en todo proceso de aprendizaje.



Para hacer correctamente una tarea, inevitablemente cometemos errores que nos guían para que nuestro hacer vaya a mejor. Si no recogemos el mensaje que subyace a éstos fácilmente quedaremos atrapados en ellos.

### **¿Cómo podemos aprender de los fracasos?**

Encajar que nos hemos equivocado, o que hemos fracasado en un proyecto en el que habíamos depositado mucho de nosotros no es fácil. Aprender de los fracasos no es una experiencia que se pueda improvisar. Como todo proceso requiere una serie de pasos. Veamos brevemente en qué consisten y que exigen de nosotros.

#### *1º paso: Respeta tu vivencia de fracaso*

El fracaso produce una herida, una frustración. A menudo tenemos la tendencia a minimizar su importancia “va no me afecta”; o a negarlo “no ha pasado nada”, o a censurarnos “no debería sentirme hundido por lo que ha ocurrido”.... sin embargo, cuando el fracaso acontece en nuestra vida inevitablemente no nos deja indiferente. Así pues, el primer paso es reconocernos en el fracaso, si nos sentimos o el otro se siente que se ha equivocado, o que no ha llegado a sus expectativas hemos de respetarlo, aunque nosotros tengamos otra percepción de lo ocurrido.

#### *2º paso: Acoge y escucha su sentir*

El fracaso provoca una resonancia afectiva. En función del valor que le demos nos afectará de una determinada manera. Escuchar las emociones que acompañan al fracaso nos puede dar muchos datos del significado y valor que estamos dando a lo que ha pasado. No es lo mismo sentirnos tristes, que enfadados, que avergonzados, o asustados. Las emociones son una guía muy útil para saber cómo nos afecta la vida. La tristeza nos habla de pérdida, el enfado de sentir que no se nos ha respetado, o que nos hemos sentido injustamente tratados; el miedo lo podemos asociar con vivir una amenaza real; la vergüenza con desvalorización... La afectividad es una de las dimensiones más nucleares del ser humano, es la reacción visceral de nuestro yo, lo más genuino de nosotros mismos. Si queremos saber cómo nos afecta la vida no sólo hemos de atender a nuestros pensamientos, también hemos de escuchar nuestro sentir emocional.

#### *3º Paso: Haz una lectura del fracaso*

El fracaso tiene sentido si sabemos leer el significado y las llamadas de atención que nos ofrecen sobre nuestra vida. Por eso es muy importante, desde una actitud de respeto y sin juzgar, analizar las circunstancias y variables que influyeron en la experiencia de fracaso. Date cuenta si hubo alternativas a la conducta fracasada. Pregúntate a ti mismo o a la persona que estás acompañando en su fracaso: ¿Tus proyectos encajan con lo que eres y valoras? ¿Están elegidos en conexión con tus capacidades y motivaciones más vitales? ¿Las exigencias y proyectos previstos eran realistas? ¿Las metas eran proporcionadas? En ese momento, ¿Qué necesidades tenías? ¿Cómo te vivías?... Déjate enseñar por el fracaso. Capta el aprendizaje y las posibilidades cambio que te ofrecen.



#### *4º Paso: Asume el fracaso desde una actitud de perdón*

A menudo cuando aparece el fracaso en nuestras vidas, nuestra autoestima queda resentida. Dependiendo del valor que demos a lo ocurrido, podemos poner en cuestionamiento en mayor o menor medida a nuestro ser. Hay personas que tienden a descalificarse, a criticarse destructivamente quedando sumidas en una gran indefensión. Es importante que aprendamos a conciliar el reconocimiento del fracaso con seguir queriéndonos, y saber perdonar o perdonarnos por lo ocurrido.

En su origen griego perdonar significa “despedirse, dejar libre, absolver”; en latín se refiere a “cancelar, liberarse, arrojar de sí, deshacer algo”. Perdonar tiene mucho de *aceptar* lo que fuimos, lo que fue, lo que los otros son.

Tiene mucho de *fidelidad* a lo real, a lo más auténtico de nuestro ser, a la dignidad humana. Tiene mucho de *renuncia* a nuestras frustraciones, a nuestro deseo de ser supermanes y a ese desgastante resentimiento que hace nuestra vida menos habitable.

Perdonar supone dar sentido a lo vivido y saber decir adiós. Decidir que somos más de lo que nuestra historia ha ido escribiendo en nuestra biografía existencial. Sería un gran aprendizaje si nos diéramos cuenta, como expresa José Antonio García-Monge que si bien el fracaso cabe en nuestra vida, ésta no cabe ni se reduce a nuestros fracasos. Somos más que ellos y éstos pueden ser una guía para crecer en madurez.