



Dr. Paco Maglio

Algunas formas de ser

¿Qué es ser solidario, fuerte, amigo, justo, feliz?
Imperdibles apostillas de un maestro de la vida y
de la medicina.

Ser solidario es:

- ▶ Saludar al portero con el mismo respeto y delicadeza que saludamos al dueño de la empresa (los dos son personas y como tal tienen dignidad y no precio).
- ▶ Incorporar el “buen día” y “gracias” al lenguaje diario.
- ▶ Aprender a pedir perdón en los detalles mínimos (cuando tropezamos con alguien, por ejemplo) como entrenamiento al perdón de los grandes defectos.
- ▶ Reconocer nuestros errores para posibilitar la “culpa reflexiva”, que permite reparar el daño y al mismo tiempo liberarnos de la culpa.
- ▶ Antes de opinar, en una discusión, pensar si el otro, a lo mejor, tiene razón.
- ▶ Tratar a los demás como nos gustaría que los demás nos traten a nosotros.
- ▶ Al hacer algo a otro, pensar si a mí me gustaría que me lo hicieran.

- ▶ Encontrar en el otro la razón de ser de uno.
- ▶ Buscar el bálsamo del consenso antes que la estadística de una votación.
- ▶ No callarse ante las injusticias, más bien denunciarlas, como le espetaba Santa Catalina de Siena a los obispos de entonces: “ por su silencio hay corrupción”.
- ▶ Ver en los otros rostros, rostros tan queribles y tan humanos como nuestros propios rostros.
- ▶ Ser solidario, en fin, es amar hasta el fin.

Ser fuerte es:

- ▶ Amar a alguien en silencio.
- ▶ Irradiar felicidad cuando se es infeliz.
- ▶ Perdonar aunque el perdón no sea merecido.
- ▶ Esperar aunque no se crea en el regreso.
- ▶ Mantenerse en calma en los momentos de desesperación.
- ▶ Demostrar alegría aún en la tristeza.
- ▶ Sonreír cuando se desea llorar una tristeza.
- ▶ Hacer a alguien feliz cuando se tiene el corazón hecho pedazos.
- ▶ Callar cuando lo ideal sería gritar a todos tu angustia.
- ▶ Consolar al que necesita consuelo.
- ▶ Tener fe aunque no se crea.
- ▶ Sentirse amado más que sentirse con fortaleza.

Ser humilde es:

- ▶ Desistí de querer tener siempre la razón, con eso cometí menos errores; eso se llama Humildad.
- ▶ El humilde siempre está dispuesto a escuchar y a aprender.
- ▶ Ser humilde es permitir que cada experiencia te enseñe algo.
- ▶ La humildad consiste en callar nuestras virtudes y permitirle a los demás descubrirlas.
- ▶ Nadie está más vacío que aquel que está lleno del "yo mismo".
- ▶ Todavía tengo mucho para aprender, no lo sé todo. Eso es humildad.
- ▶ Ser humilde es callar y escuchar el grito del silencio.
- ▶ Ser humilde es no juzgar a alguien antes de tiempo.
- ▶ Quien conoce su ignorancia revela una gran humildad y una profunda sabiduría.
- ▶ El sabio se distingue sin exhibirse (Lao).
- ▶ Habla simplemente cuando sea necesario. Si no tienes nada bueno, verdadero y útil que decir, es mejor quedarse callado. (Taoismo).
- ▶ Ser humilde es ser inmune a los elogios o alabanzas desmesuradas.
- ▶ Cuando te quedan solo 2 galletas y tu esposa elige la más chiquita es porque te ama y es humilde.
- ▶ No procuro saber las respuestas, procuro comprender las preguntas (Confucio).

Ser justo es:

- ▶ Ver en los otros rostros, rostros tan queribles y tan humanos como nuestros propios rostros.
- ▶ No se puede vivir sin límites, no se puede vivir sin leyes.
- ▶ Pero cuando hay amor las leyes no son necesarias.

- ▶ La única diferencia justa es la que favorece al más desposeído y no al más poderoso.
- ▶ Cuando la diferencia se convierte en desigualdad no hay justicia.
- ▶ Cuando la diferencia se construye como convivencia, entonces hay justicia.
- ▶ La justicia es la equidad distributiva: al que de por sí tiene más darle un poco menos, para darle un poco más al que de por sí tiene menos (J.Rawls).
- ▶ La justicia es la mayor de las virtudes y la justicia política, la mayor de las justicias (Aristóteles).
- ▶ Dar sin recordarlo y recibir sin olvidarlo.

Ser amigo es:

- ▶ Un hermano que se elige.
- ▶ Conversar con un amigo un rato muy largo sin pronunciar palabras e irse con la sensación de haber tenido la mejor de las conversaciones (Taoismo).
- ▶ Es imposible vivir sin amigos.
- ▶ Al amigo hay que quererlo por lo que es y no por lo que tiene.
- ▶ “Un amigo es uno mismo con otro cuero” (Atahualpa Yupanqui).
- ▶ La amistad es como la sangre que acude a la herida sin que la llamen (Anónimo).
- ▶ La amistad es un alma en que habitan dos cuerpos.
- ▶ La amistad es un corazón en que habitan dos almas.
- ▶ “Con un amigo bandera verde con Dios” (dicho turfístico).

Ser feliz es:

- ▶ Desear lo que se tiene.
- ▶ Vivir para los demás.
- ▶ No envidiar.
- ▶ Desear el bien para los otros.
- ▶ Hacer el bien: “el bien-hacer lleva al bien-estar” (la “eudaimonia” de Aristóteles).
- ▶ Si te quedás llorando mirando la puerta de la felicidad que se cerró, las lágrimas te impedirán ver las otras puertas que se abren (Taoismo).
- ▶ Compartir es partir-con.
- ▶ Cumplir con el deber.
- ▶ Sobreponerse a la adversidad y no quedarse en el lamento.
- ▶ “La melancolía es la felicidad de estar triste” (Victor Hugo).

Dr. Francisco Maglio:

Médico infectólogo, ex jefe de la Unidad de Terapia Intensiva del Hospital Muñiz, autor de numerosos trabajos de la especialidad y de varios libros: Reflexiones y algunas confesiones, Síndrome de Burnout en médicos entre otros. Ha realizado una formación en Antropología Médica en la UBA. “La dignidad del Otro” y “Lo que mis pacientes me enseñaron” en la colección Puentes de la editorial Libros del Zorzal.

