



As you Start on Your way. A Father Shares Principles and Values That Have Given Meaning to his Life

Jesús Enrique de la Fuente Arias
Ed: Independently published (2024)

Recensió: M^a Carmen González Torres, Profesora Titular de Psicologia Evolutiva y de la Educació. Departamento de Psicologia. Facultad de Educació y Psicologia. Universidad de Navarra.

El autor de este libro, buen conocedor del mundo psicoeducativo por su experiencia en la enseñanza e investigación en este campo (Psicología de la Educación), ofrece, con la pasión de padre, algunos principios y valores educativos guía, a modo de legado, para que puedan iluminar la trayectoria vital de sus hijos a la vez que servir de inspiración para muchos otros padres e hijos. Los principios que se abordan se destilan desde la experiencia concreta y vital del autor, pero - al nutrirse de una importante y lúcida reflexión experta- hace que trascienda su carácter concreto y se pueda generalizar lo tratado a todos los lectores que se ocupan o estudian la educación familiar.

Tras la presentación, el libro ofrece brevemente 52 principios categorizados en 7 apartados o hitos de la vida vista con la metáfora de un viaje que se emprende no a tontas ni a locas sino con planificación.

En el primer apartado *La vida como proyecto vital: Visualizar el viaje* nos propone una reflexión sobre la importancia de vislumbrar un proyecto de vida como meta y guía del viaje vital y sobre las grandes decisiones que habrá que tomar respecto al trabajo y la vida socio / personal en el trayecto.

Cómo citar: González Torres, M. C. (2025). Recensió: Al emprender el camino. Un padre comparte principios y valores que han dado sentido a su vida. *Informació Psicològica*, 128, 73-74. <https://doi.org/10.70478/ipsic.2020>

Este trabajo está publicado bajo licencia Creative Commons 4.0 BY-NC-ND

En el segundo apartado *Los cimientos del proyecto: preparar el viaje* ofrece consejos respecto a la importancia de delimitar los principios que queremos que den sentido a nuestra vida. Por ello propone la necesidad de reflexionar sobre que quiero HACER, que quiero TENER, Que quiero SER. En esta reflexión sobre la persona que cada uno quiere ser, el autor da pinceladas sobre la importancia del soporte familiar, el desarrollo de valores personales, la ayuda de la religión, los peligros de las ideologías si nos hacen perder coherencia personal y el respeto por los demás y por nuestros familiares

En el tercer apartado *Elementos personales del proyecto: personalizar tu viaje* el autor nos habla de algunos principios para que ajustemos el viaje de la vida y lo hagamos confortable, teniendo en cuenta nuestras características personales y los contextos donde nos movamos. Se reflexiona sobre la importancia de actitudes y hábitos de vida como la resistencia a la frustración, la importancia del compromiso personal, el saber amar con profundidad, ser coherente y equilibrado, centrarse en lo importante, ser agradecido, y sencillo y humilde en el trato con los demás

En el cuarto apartado *El desarrollo del proyecto: Prepararse para los momentos difíciles del viaje* alerta a los hijos, y a todos, sobre la importancia de prepararse para gestionar y hacer frente a los malos tiempos que siempre llegan en la vida y que sin duda frustran pero que hay que superar. Concretamente en este apartado se abordan cuestiones relativas a la automotivación, la importancia de aprender a autorregular la conducta y desarrollar buenas estrategias de afrontamiento, de buscar y apoyarse en buenos modelos, de la

importancia de no primar el éxito y el bienestar a cualquier precio sino de velar por el bien común, aunque cueste.

El quinto y sexto apartado *La dedicación profesional: Un elemento esencia del viaje* y *Decisiones para que el viaje tenga sentido* suponen un ahondamiento en la importancia del trabajo en la vida y de ejercerlo con pasión y equilibrio. Por otra parte, se añaden más reflexiones sobre otras cualidades vitales y fortalezas que hay que seguir cultivando para que de verdad la vida sea significativa y no pierda su sentido a medida que el viaje va avanzando. Se resaltan aspectos como buscar que los que nos rodean se sientan bien, ser bondadosos, tener coraje y mantener el esfuerzo, buscar la excelencia, hacer las cosas bien y ser fieles a la identidad personal que queremos forjar

El libro finaliza con el séptimo apartado *Perspectiva del viaje: El momento de la recapitulación* donde se recoge y desarrolla la idea de que el yo personal se construye en el viaje. *La persona es el viaje* y, por lo tanto, hay que cuidar el día a día, disfrutarlo con responsabilidad y sin perder de vista el buscar siempre los caminos adecuados para lograr tener una vida plena y llena de sentido. El autor anima a sus hijos y por extensión a todos los jóvenes a desarrollar una brújula interior para tomar las mejores decisiones personales y ser coherentes y no simples marionetas, movidas y arrastradas por el entorno. Todos los principios y consejos dados a lo largo del libro deben ayudar en esta dirección. Finalmente, nunca hay que olvidar que en el viaje de la vida hay que tener siempre en mente la meta, la *Itaca* del poema de Kavafis, para aprovechar el viaje y darle sentido.