

La inadecuación entre ideal y ser

Discrepancy Between the Ideal and Actual Being

DIANA MARTÍNEZ GARCÍA*

Resumen. Martínez García, Diana. *La inadecuación entre ideal y ser*. El texto reflexiona sobre la tensión entre lo que somos y lo que deseamos ser. Los ideales que nos motivan muchas veces no reconocen nuestras capacidades ni nuestro contexto, con lo que generan resentimiento, rechazo y pérdida de identidad. Esta desconexión puede llevar al desprecio propio y a afectar nuestras relaciones. Sin embargo, en lugar de proponernos ideales que no nos representan, cambiamos la narrativa a ideales situados que aceptan nuestras posibilidades, generamos una congruencia entre el ser que somos y el ser que soñamos, entre lo que tenemos y lo que queremos. Aunque siempre habrá una distancia entre el ideal y la realidad, la inadecuación puede ser vista como una invitación al autoconocimiento y a la transformación consciente. De este modo, el bienestar surge al alinear nuestros sueños con nuestras capacidades, cultivando el amor propio y la posibilidad de cuidados.

Abstract. Martínez García, Diana. *Discrepancy Between the Ideal and Actual Being*. The text reflects on the tension between what we are and what we wish to be. The ideals that motivate us often do not acknowledge our capacities or our context, which can generate resentment, rejection and loss of identity. This disconnect can lead to self-loathing and affect our relationships. Instead of proposing ideals that do not represent us, we can change the narrative to situated ideals that consider our possibilities, thus generating consistency between the being that we are and the being we dream of, between what we have and what we want. Although there will always be a distance between the ideal and the real, the discrepancy can be seen as an invitation to self-knowledge and conscious transformation. In this way, well-being emerges as we align our dreams with our capacities, and we cultivate love for ourselves and the possibility of care-filled expressions.

Palabras clave:

facticidad,
posibilidad de ser,
distancia idea-ser,
ideal situado,
congruencia

Keywords:

facticity,
possibility of
being, distance
between ideal
and actual being,
situated ideal,
consistency

Foto: Moolecule, Depositphotos

* Estudiante del sexto semestre de la Licenciatura en Filosofía y Ciencias Sociales en el Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente (ITESO). Correo institucional: diana.martinezg@iteso.mx

Yo me hice un arquetipo de mí misma, intento alcanzarlo y no puedo,
lo que es señal de su inautenticidad.

—ALEJANDRA PIZARNIK¹

No sé cómo conciliar lo que tengo con lo que quiero.

Me doy cuenta de que los ideales que alberga mi mente, que me motivan, que guían mi voluntad, no reconocen lo que soy: mis capacidades, mis posibilidades, mi contexto.² ¿De dónde salieron estos ideales? ¿Y por qué son tan diferentes a mí? Diferentes en cuanto que no se miden a mi cuerpo, a mi *poder*,³ a mi realidad. Son tan diferentes que mi persona nunca resultará suficiente.

En este sentido, un ideal es una representación que tiende a la perfección. Puede estar configurado por expectativas, deseos, imposiciones y deberes sociales; pero en su construcción persigue un mejoramiento de lo que hay —lo fáctico— y presupone una alieneación total entre la idea y el contenido de esta. En otras palabras, la perfección del ideal radica en que no hay distancia o “error” entre lo que predica y lo predicho.

Cuando pensamos en el ideal, digamos, de paciencia, en nuestra mente aparece una forma de ser pacientes que valoramos como correcta o como debería de ser —ya sea por estándares transmitidos por la sociedad, la tradición, la moral que seguimos, etc.—, pero el ideal de paciencia supone *ser* pacientes de una manera perfecta: rechaza todo lo que no es ser paciente; no deja lugar a la desviación, al error del acto. Hay completa adecuación entre el ideal y la imagen que encierra el ideal.

Nuestra vida es guiada por los ideales que decidimos perseguir: por imágenes de cómo debemos ser —la moral que se nos ha enseñado—, de cómo creemos que los demás piensan que debemos ser —expectativas, presión social— y de cómo queremos ser —sueños y aspiraciones. Los ideales son proyecciones que nos transforman y nos empujan para acercarnos a nuestro ser modelo. De acuerdo con lo que valoramos, tomamos decisiones, organizamos prioridades y orientamos la manera en la que nos comportamos y actuamos.

La vida, en cambio, es todo menos ideal: tiene de real lo que el ideal tiene de abstracción. En primer lugar, la perfección no existe en la realidad. En segundo lugar, el acto que

¹ Alejandra Pizarnik, *Diarios*, Lumen, Barcelona, 2013, p. 186.

² Con contexto me refiero al conjunto de circunstancias y el entorno en el que nos desarrollamos: nuestra historia, el lugar, la cultura y demás particularidades que nos hacen ser quienes somos. Por tanto, los ideales que no reconocen el contexto de una persona amenazan la identidad que la configura.

³ Poder entendido como capacidad de hacer, crear, transformar. Es la posibilidad que tiene mi cuerpo para realizar alguna acción. Lo que puedo hacer parte de lo dado (facticidad) y las opciones disponibles.

busca cumplir con el ideal queda limitado por la finitud del humano. Por tanto, permanece una inadecuación entre lo que hay y la idea. Aunque persigamos el ideal de paciencia, puesto en práctica, no seremos en todos los casos y en todo momento pacientes —fallaremos, reaccionaremos de otro modo, y aunque actuemos de manera paciente, no será tan perfecto como en la idea de ser pacientes. En el pensamiento, el ideal siempre pide más, por esa perfección inherente a su concepto. Este aspecto de *más* nos permite mejorar lo que somos y lo que tenemos a través del intento. Sin embargo, el problema radica en seguir ideales que no nos representan; esto es, que aluden a una forma de ser que niega nuestro ser real: no aceptan lo que tenemos, lo que podemos y lo que somos.

Así, partiendo desde una negación de mi facticidad, me encuentro en una guerra conmigo misma. Al desear algo que se escapa de mis manos, es decir, de mis posibilidades, surge como respuesta la impotencia, el resentimiento y el rechazo a mí misma; y vivir así es vivir negándome.⁴ Cuando nos sentimos impotentes, cuando nos fijamos ideales imposibles a nuestras capacidades y posibilidades, el resentimiento hacia uno mismo brota por su “insuficiencia”, por no poder hacer algo que desde el inicio está fuera de nuestra escala. El rechazo hacia nuestra existencia conduce a compararnos, a avergonzarnos y a sentirnos culpables de cómo nos vemos, de cómo somos y de lo que tenemos, por lo que perdemos nuestra personalidad, nuestra identidad y nuestra unicidad. Esta manera de relacionarnos con nosotros mismos y con nuestro cuerpo desemboca en el desprecio propio, en un desapego que conduce a una falta de cuidado, de bondad y de compasión.⁵ Sin embargo, esos sentimientos no se quedan solo con nosotros, sino que se extienden a la manera en la que interactuamos con los demás: desde el resentimiento envidiamos aquél que sí “puede” o encarna en mayor medida el ideal. Nos relacionamos con el mundo a través de la apatía y, en el peor de los casos, del odio.⁶

Pero ¿qué pasaría si modificamos los ideales que nos mueven?, ¿si cambiamos de un panorama de negación a uno de reconocimiento? Es decir, en lugar de perseguir ideales

⁴ A medida que la impotencia y el resentimiento se profundizan y aumentan, caemos en una aversión por la vida misma, ya que estamos negando nuestras posibilidades, nuestras necesidades y la realidad de lo que somos. Friedrich Nietzsche, *La genealogía de la moral. Un escrito polémico*, Alianza, Madrid, 2023, p. 233.

⁵ Tratar de encajar en algo que no está hecho a mi medida involucra un grado de violencia. Por ejemplo, al perseguir ideales que admiran cuerpos que jamás se acoplarán al mío, ya sea por mi fisiología, el color de mi piel, mi complexión, entre otros factores, me conducen a reprobarme mi cuerpo. Igualmente, si los ideales que anhelo codician otra realidad que anula mis posibilidades y mis capacidades, pueden moverme a resentir el lugar donde nací, la historia que cargo sobre mis hombros, el idioma que hablo, las cosas que tengo, las personas que me rodean, el tiempo que me toca vivir; en sí, a resentir el presente que me configura.

⁶ Nuestros sentimientos influyen en cómo vemos y entendemos el mundo. De acuerdo con nuestro estado de ánimo nos fundamos en la realidad e interactuamos con nosotros mismos y con los demás, pues “las emociones nos mueven desde adentro para inaugurar el movimiento que le damos al mundo”. Valentina Buló, conferencia “Cuerpo y afectividad” en la *Semana de Filosofía del Departamento de Filosofía y Humanidades del IIESO*, 12 de febrero de 2025.

que nos oprimen, decidamos apropiarnos ideales en el que nuestro poder no quede invalidado: ideales que nos acepten.⁷ Esto no significa que no deseemos algo más allá de lo que tenemos, otra forma de ser o vivir. Los ideales están para desear lo que aún no es, lo que aspiramos a convertirnos; sin embargo, no sirven de nada si se encuentran peleados con nuestro poder, con nuestras capacidades y con nuestro contexto. Por tanto, construir ideales *situados*⁸ significa seguir imágenes que parten de un reconocimiento y aceptación de lo que somos, sabiendo que no por ello son alcanzables —pues la naturaleza de un ideal es su inalcanzabilidad—, pero nos inspiran de una forma positiva.

De este modo, nuestras acciones no resultan fútiles o carentes de sentido frente al ideal que niega nuestra facticidad, sino que están fundadas desde la aceptación de lo que tenemos y podemos. Perseguir ideales que valoran nuestras capacidades abre lugar a un verdadero cambio: uno en el que nuestro poder y nuestro querer se alinean para marcar algo posible, real y alcanzable.⁹

Aquí se encuentra implicado el problema existencial del autoconocimiento. En orden a identificar qué ideales nos representan y cuáles no, primero tenemos que saber cuáles son nuestras capacidades y posibilidades. En otras palabras, conocernos a nosotros mismos y lo que podemos lograr. No solamente es quién quiero ser, sino quién puedo ser. Como seres situados en un mundo social, histórico y cultural, y hoy más que nunca, en una era con tanta información disponible, con acceso a todas partes del mundo a través de las redes sociales, con tendencias y modas cambiando a cada segundo, resulta fácil, y casi inmediato, difuminarnos en identidades prestadas o alentadas por la opinión social.

La pregunta por la propia identidad exige reflexionar: regresar a nosotros mismos y cuestionar lo impuesto, lo supuesto, lo apropiado. Implica soltar algunas ideas y moralidades, y decidirse por otras; es reconocernos en nuestra historia, aceptar lo que tenemos y estar abiertos a intentar cosas, puesto que solo intentando nos damos cuenta de lo que podemos hacer y lo que no —nuestros límites y posibilidades. En este análisis puedo anhelar

⁷ A partir de los ideales que seguimos, medimos nuestra persona y nuestras acciones —entre más nos acercamos al ideal lo que consideramos como “bueno” o “correcto”. Al alejarnos, nos reprobamos o sentimos fracaso. Cuando el ideal está asentado en imposibilidades, por más que lo intentemos nuestras acciones jamás darán los resultados deseados, ya que el ideal se encuentra fuera de nuestras capacidades. Así, caemos en frustración y resentimiento. En cambio, cuando el ideal reconoce nuestra facticidad y nuestras capacidades, lo que hacemos está posicionado dentro de lo que el ideal valora, por lo que tiene un sentido apremiante.

⁸ Con situados me refiero a contextualizados, a ideales que reconocen nuestras particularidades. En suma, son ideales que parten de nuestra facticidad.

⁹ Aceptar no constituye una resignación o un conformismo. La resignación llega cuando no intentamos cosas que sí podemos hacer; es rendirse ante las adversidades y minusvalorar lo que somos capaces. Mientras que el conformismo es quedarnos con menos de lo que podemos lograr, ya sea por miedo al cambio o al fracaso.

deseos contrarios a lo aceptado socialmente o a lo que me fue enseñado, tal que resulta difícil y aterrador tomar decisiones que pueden ser controvertidas para los ideales que valora la sociedad. Sin embargo, si queremos ser responsables de nuestra existencia, ser agentes y no espectadores, tenemos que contestar a la pregunta de cómo queremos vivir: siguiendo lo que los demás aceptan —o lo que creemos que los demás desean— o lo que yo quiero y puedo hacer. Para asumir la propia identidad, a veces tiene que haber ruptura entre lo impuesto o enseñado, y lo deseado.¹⁰ Nuestra forma de ser no es fija, nuestras posibilidades se desdoblan frente a nosotros, solo queda la complejidad de decidir y actuar acorde a ello.

En consecuencia, repensar y resignificar nuestros ideales nos permite otorgarle otro sentido a nuestras acciones, cuestionar nuestros proyectos de ser,¹¹ así como decidir con cuáles personas queremos compartir y experimentar. Lo anterior no implica oponernos al estándar, ni construirnos en contraposición a él o a las personas que no concilian con nuestra búsqueda, sino seguir lo que queremos, de manera consciente y bajo nuestras posibilidades y recursos, sin caer en el rechazo de otras formas de ser o vivir.¹² Así, la culpa desaparece al reconocer que el ideal situado es una proyección que nos ayuda a dirigir nuestro actuar, pero no se encuentra peleado con nuestra posibilidad de ser. En otras palabras, cuando nos proponemos ideales en armonía con nuestras posibilidades, dejamos de sentirnos impotentes y nos experimentamos a través del intento. Sin negar nuestra historia, nuestras diferencias y nuestras particularidades intentamos realizarnos bajo ideales amigables con nuestra persona. El intento nos brinda tranquilidad, una manera de estar bien con nuestra finitud y reconciliarnos con lo que tenemos.

Aquí vuelvo a traer una cuestión fundamental, esbozada anteriormente, esto es, la inalcanzabilidad del ideal. A pesar de que se cambie el ideal por uno situado, siempre permanecerá una distancia entre lo que somos y lo que queremos ser. Los ideales son insaciables por la inadecuación entre el ideal y la realidad. Es decir, los seres y las cosas en este mundo jamás llenarán completamente el ideal porque este es un irreal, un imaginario, una utopía, y lo que somos nosotros son personas concretas y reales. Hay una distancia entre mi cuerpo y la idea de mi cuerpo; entre la idea de lo que quiero ser y lo que soy en realidad; entre la idea del otro y lo que el otro es; entre la idea de lo que quiero que sea el mundo y lo que el mundo ofrece. Mas esta distancia entre la idea y la realidad no tiene por qué ser

¹⁰ En algunos casos también estamos de acuerdo con lo que la sociedad valora y, por ende, no hay contrariedad.

¹¹ Es decir, cuestionar lo que queremos ser y lo que estamos anhelando; preguntarnos por qué seguimos tales ideales o descartamos otros.

¹² Como cada tema ético, surge la tarea de evitar imponer nuestro ideal en otros y, en cambio, posibilitar el diálogo entre distintas realidades y objetivos para construir colectivos imaginarios que nos reconozcan en nuestras diferencias.

negativa. Somos lo que podemos, pero necesitamos de las palabras que motivan nuestra voluntad para avanzar, para querer intentarlo y actuar.

La inadecuación entre la idea y el ser la resignifico como una invitación a no etiquetarme con una sola palabra, sino a aprehender la realidad de mi persona como es: movible, fluida, subjetiva, conociéndome cada vez más.¹³ El hecho de que haya distancia permite cambio, movimiento y diferentes interpretaciones de mí misma. La inadecuación deja lugar al cuestionamiento y a la sorpresa de irse descubriendo.

Me propongo ideales que no busquen reducir mi existencia y minimizar mi posibilidad, sino que catapulten lo que puedo ser, que aboguen por la realización de mi persona apasionada de profundizar, comprender e investigar el mundo. Con ideales situados, surge una congruencia entre lo que quiero y lo que puedo, entre la aceptación y el intento, entre mi ser y mis sueños. La congruencia posibilita sentirme bien con lo realizado, con lo intentado, con lo que tengo y lo que estoy logrando. Permite estar bien conmigo misma, con mis posibilidades y mis capacidades. Y este sentimiento de bienestar, de un orgullo de sí sin conducir a los extremos, cultiva el amor propio y prepara el terreno para expresiones humanas, conscientes y cuidadosas.

Por tanto, lo que tengo y lo que quiero no se encuentran peleados. Partiendo de lo que tengo, trato de alcanzar lo que quiero —un querer fundado en un ideal que reconoce mis posibilidades y, por ende, abraza la totalidad de lo que soy y lo que seré. Ahora me doy cuenta de que el sueño de mi vida es disfrutar mi ser en todas las maneras posibles, en todos los lugares y en las personas que conozca. Es siempre convertirme más en mí misma, en ampliar mi ser en todas las cosas que llegue a amar. Mi mundo sigue creciendo solo con estar presente, es decir, desenvolverme como soy en el lugar que me encuentro y asumiendo el peso de mi existencia. ¡Qué pensamiento tan maravilloso! La vida se expande y aún hay tanto que descubrir y por lo que sorprenderme. Una existencia encantadora. Aún hay tanto por lo que vivir.

¹³ El conocernos y el practicarnos nos convierte en posibilidades de nosotros mismos, tal que la subjetividad se convierte en un abanico expresivo, a la espera de ser visto, interpelado, dialogado, disrumpido, amado. Yecid Calderón Rodelo, "Arte y epistemologías emergentes. Hacia una hermenéutica de sujetos subalternizados" en *Estudios Artísticos*, Universidad Distrital Francisco José de Caldas, Bogotá, Vol. 5, No. 7, 2019, p. 175.

Fuentes documentales

Bulo, Valentina, conferencia "Cuerpo y afectividad" en la *V Semana de Filosofía del Departamento de Filosofía y Humanidades del ITESO*, 12 de febrero de 2025.

Calderón Rodelo, Yecid, "Arte y epistemologías emergentes. Hacia una hermenéutica de sujetos subalternizados" en *Estudios Artísticos*, Universidad Distrital Francisco José de Caldas, Bogotá, Vol. 5, No. 7, 2019, pp. 160–177.

Nietzsche, Friedrich, *La genealogía de la moral. Un escrito polémico*, Alianza, Madrid, 2023.

Pizarnik, Alejandra, *Diarios*, Lumen, Barcelona, 2013.