

# **El riesgo de la adicción**

## **Adicciones inadvertidas**

### **El escapismo**

### **Indecisión**

### **Consumismo y temple humano**

### **La evitabilidad del desastre**

### **Adicciones y amor**

### **¿Por qué esperar?**

### **Un error advertido a tiempo**

### **El mito de Sísifo**

## **Adicciones inadvertidas**

Como ha señalado Pascal Bruckner, quien nunca haya experimentado el irresistible afán de hacer zapping durante horas y horas, a veces tardes enteras, incapaz de sustraerse a la adicción a esa secuencia continua de imágenes, no sabe aún de las seducciones y sortilegios de la pequeña pantalla. En el televisor siempre están ocurriendo cosas, muchas más que en nuestra propia vida, y es tal la hipnosis que puede llegar a producirnos que acabemos quemándonos como insectos alrededor de una bombilla. La televisión no nos libera del agobio ni de la rutina, pero los convierte en una amable tibieza, nos narcotiza.

Dentro de poco podrán captarse hasta quinientos canales distintos, y con la aparición de los receptores de pulsera o de bolsillo, ver televisión puede acabar siendo —más fácilmente que ahora— una profesión a jornada completa. Su magia nos retiene, despliega auténticos alardes de ingenio para atraer nuestra atención, es como una promesa permanente de diversión, que suplanta todo lo demás, que hace que todo lo que no sea ella se torne inútil, fastidioso.

Cuando se lleva ya unas cuantas horas de zapping, la mente flota de un objeto a otro, seducida por mil ocurrencias que la captan sin retenerla, en un delicioso mariposeo que nos transforma en vagabundos, de un programa a otro, de un canal a otro. Así es la patología espontánea de la televisión: la miramos porque está ahí, y una vez enganchados a ella somos capaces de tragarnos cualquier cosa con una indulgencia sin límites. Y al despertar de esa lenta hemorragia de uno mismo por los ojos, con la cabeza saturada de ruidos, imágenes e impresiones fugaces y dispersas, se experimenta una

curiosa sensación de soledad y estragamiento, junto a una seria dificultad para aceptar la realidad de la que habíamos logrado evadirnos por unas horas.

Sin embargo, hasta el telespectador más adicto sabe bien que después de la televisión le espera la vida real, y ése es su gran drama. Por eso al consumismo televisivo no le reprochamos sólo su simpleza o su superficialidad, sino sobre todo el incumplimiento de sus promesas, el no hacerse cargo totalmente de nosotros, el dejarnos en la estacada en el último momento.

Pero por muy errónea y decepcionante que resulte tantas veces, quizá volvemos a ella como a la pendiente más fácil. A pesar del hastío, bien conocido de otras veces, el adicto a la televisión vuelve a ella, incapaz de desengancharse. Por eso, para algunos, ver la televisión sólo exige de él un acto de valor —a veces sobrehumano—, que es apagarla; y para todos, comprender que el mejor uso de la televisión es el autorracionamiento.

Quizá sea éste un buen ejemplo de las decepcionantes consecuencias del exceso de comodidad o de afán por consumir, de la falta de dominio de uno mismo. Quizá es que pretendemos la cuadratura del círculo: ser personas acomodadas, adormecidas por las comodidades y, al tiempo, personas activas, implicadas, despiertas. No cabe duda de que el desahogo material es un gran progreso de la historia, pero tiene sus efectos perversos contra los que es preciso alertarse; y parece que prevenirse contra el exceso de comodidad es como un tabú que pocos se atreven a tocar. El exceso de confort tiende a arrinconar los ideales y a reducir considerablemente el ámbito de nuestras preocupaciones.

El peligro del consumismo no es tanto el despilfarro como la voracidad que se apodera del individuo y lo reduce a su merced. Su glotonería tiende a engullir ideales, creencias, ética, cultura, historia... e incluso a su propia crítica: y ésa es la ironía suprema del consumismo, hacernos creer que ha desaparecido cuando no hay ámbito que no contamine.

¿La solución? Mantener a raya esa avidez, proteger los espacios que veamos que intenta acaparar en nuestra vida. Y en aquellos otros en que ya nos ha ganado mucho terreno, pensar que nuestra cercanía al abismo de la adicción —sea leve o grave— puede al menos habernos ayudado a advertir sus riesgos y así comprender la necesidad de frenar esa carrera.

## **El escapismo**

La fuerza de voluntad libera a las personas de las cadenas de su propia debilidad. Las hace más libres, porque la libertad exige posesión, es decir, señorío de uno mismo, y quien no logra dominarse a sí mismo no puede ser realmente libre.

Cuando una persona, haciendo uso de la libertad, elige obrar mal, el vicio correspondiente acabará por atraparle y, entonces, esa libertad no será tal libertad. Las personas libres hacen las cosas porque les da la gana, no simplemente porque les viene en gana.

La verdadera libertad es aquella que es capaz de elegir dentro del bien. La libertad puede elegir el mal, es cierto, pero dentro de esa mala elección hay siempre una merma en la misma libertad, una autocondena de la libertad que poco a poco se esclaviza al error.

Algo similar sucede cuando una persona, a la hora de decidir qué va a hacer, no se enfrenta con valentía a la realidad de las cosas, para calibrar su verdadera conveniencia, sino que cae en un oscuro género de escapismo, de engaño y huida de uno mismo, cosa siempre bastante triste.

El escapista busca vías de escape frente a los problemas, pero no los resuelve. Se evade. Esquiva la incomodidad a toda costa. Teme a la realidad. Ignora sus consecuencias futuras. Si el problema no desaparece, será él quien desaparezca.

Cuando una persona actúa diciendo cosas como “no sé si está bien o mal, pero me gusta y lo hago”, está maniobrando torpemente para rehuir un compromiso que le resulta difícil de aceptar, pero al final acabará ligada a un compromiso mucho más lacerante y doloroso: su propia flojedad.

Por cerrar los ojos a la realidad, ésta no va a desaparecer. Cuando una persona comienza a internarse en el tenebroso mundo de la droga, cierra de alguna manera sus ojos a la realidad. Lo mismo sucede cuando un adolescente adquiere una dependencia más o menos seria del alcohol. O, en otro orden de cosas, al estudiante que es víctima de su frivolidad o su pereza, o al enamorado que no lo es tanto y está dominado por la lujuria, o al egoísta que ya no sabe dejar de pensar obsesivamente en sí mismo. Otros están cogidos por el juego, otros por el ansia de trabajo o de dinero, y otros incluso —hay de todo— por la compra compulsiva, los tranquilizantes o las máquinas tragaperras.

Son diversos ejemplos de adicciones que aguan la fiesta del placer. Ejemplos de personas que —si les queda la necesaria lucidez— no tardan en descubrir que si no se practica la templanza al final puede ser preciso acudir al médico. Es la propia naturaleza quien se encarga de castigarles con esa dura dependencia de su fragilidad.

## **Indecisión**

Las personalidades tímidas, vacilantes, inseguras, suspiran siempre por tener a su lado dictadores, aunque a veces se revistan de la modesta apariencia de consejeros. ¿Qué debo hacer?, preguntan siempre, con la esperanza de que una receta les libre de cualquier decisión personal. No quieren decidir, no quieren arriesgar, se les hace insoportable la responsabilidad.

Otros son excesivamente razonadores y se ahogan en la perplejidad. Acusan un sorprendente miedo a la realidad. Son individuos que retrasan siempre sus decisiones, porque les paraliza su ansia de seguridad y su terror al riesgo. Siempre les parece que aún no han reflexionado suficientemente.

Quizá son personas que fueron educadas con excesiva dureza o con excesiva blandura, y que sufrirán mucho en su vida a consecuencia de ese apocamiento de carácter. Es como si hubieran quedado heridas en el núcleo de su personalidad. Y son heridas que sangrarán por mucho tiempo, y que harán difícil asumir el riesgo de sus decisiones personales y superar el desánimo de posibles frustraciones.

Una buena educación ha de fomentar tanto las decisiones rápidas como la reflexión, la libertad como la responsabilidad, la pasión como el juicio. El verdadero consejero, el verdadero educador, jamás debe dejarse seducir por esa suerte de compasión que le llevaría a limitarse a prescribir acciones, recetar criterios e imponer conductas. Educar exige ayudar al perplejo a reconocer su verdadero problema, dejándole luego la responsabilidad de tomar él mismo sus decisiones.

Sin embargo, para algunos padres y educadores la gran norma pedagógica parece ser ésta: “en caso de duda, apueste usted por estarse quieto”. Una mentalidad de gran resistencia a complicarse la vida, un talante de desusada exigencia de garantías.

Tanto temen equivocarse que prefieren esquivar cualquier riesgo, y llegan a vivir como refugiados: se vuelven un poco solemnes y secos, quizá perfectísimos y superprevisores, vivirán con un método y una higiene absolutos, pero quizá eso no sea vivir.

No se trata de apostar por la irreflexión, la frivolidad o el aventurismo barato. Pero cualquier objetivo medianamente valioso está rodeado de unas tinieblas por las que hay que avanzar en terreno desconocido. Toda empresa, todo camino en la vida, tiene algo de riesgo, de apuesta, de salto en el vacío, y es preciso asumirlo. Si no, más vale quedarse en la cama por el resto de la vida.

Para no quedarse habitualmente paralizados ante la duda; para no tirar la toalla a la primera dificultad; para no cambiar inmediatamente de objetivo en cuanto éste se presenta costoso; para todo eso es preciso educar y educarse en un ambiente de cierta resolución ante los habituales problemas de la vida. Imponerse el cumplimiento de actos que a uno le cuestan, obligarse a decidir a un plazo determinado, no sustraerse a la realidad, por dura que sea. Así, poco a poco, la voluntad indecisa se irá consolidando.

## **Consumismo y temple humano**

A lo mejor has oído aquel chiste de Eugenio del mudo de nacimiento.

Iban pasando los años y el muchacho no hablaba. Sus padres lo llevaban de médico en médico, sin resultado, hasta que finalmente dieron el caso por imposible. No encontraban ninguna causa fisiológica de aquel absoluto mutismo.

Cuando la criatura tenía ya treinta y cuatro años, un buen día su madre le puso el café para desayunar, y el chico, con toda naturalidad, se dirigió a ella diciendo:

—Mamá, te olvidaste el azúcar.

—Pero, hijo mío, ¿cómo es que puedes hablar y llevas treinta y cuatro años sin hacerlo?

—Es que hasta ahora todo había estado perfecto —respondió.

Me imagino que tus hijos no estarán tan mimados como éste, que lo estaba tanto que en treinta y cuatro años no necesitó hacer casi nada por sí mismo, ni siquiera hablar. Pero piensa si no estarán llevando una vida demasiado fácil y demasiado cómoda. Es un error que tiene diversas manifestaciones. Por ejemplo:

Cuando los chicos tienen demasiadas cosas. Platón aseguraba que el exceso de bienes materiales produce delicuescencia en el alma, y Schopenhauer decía que es como el agua salada, que cuanto más se bebe, más sed produce.

Los hijos criados en una atmósfera de sobriedad se forjan en la mejor fragua de virtudes. Hay una sencilla ley psicológica: lo que te ha costado mucho esfuerzo conseguir, lo valoras mucho. Lo que se te entrega por la vía rápida, casi lo desprecias. Muchos chicos tienen de todo pero han perdido capacidad para disfrutar lo que tienen porque apenas les cuesta obtenerlo.

Cuando permitimos que entren en el juego de la fiebre consumista, del consumir por no ser menos que los demás, por no estar por debajo del promedio estadístico.

Es triste que haya tantas personas que se centran tanto en el tener en vez de en el ser. En las aulas puede observarse con facilidad lo que puede llegar a sufrir un adolescente por esa angustia de vestir a la moda, o de tener mejor material escolar o de deporte que sus compañeros.

Es cierto que poco podemos hacer por suprimir esas modas. Pero cuando claudicas ante ellas no haces bien a tus hijos. El culpable del consumismo es quien lo financia. "Mi padre me echa siempre una charla —decía aquella chica— pero al final me lo compra todo y me deja hacer siempre lo que quiero."

Recuerda que la virtud no se adquiere por repetición de charlas, sino por repetición de actos que configuran un modo de ser. Igual que en una clase de gimnasia no bastaría con que el profesor se dedicase todo el tiempo a realizar una exhibición de perfectos movimientos gimnásticos mientras los alumnos miran. No es suficiente con explicar la teoría.

Cuando no les enseñamos a conocer el valor del dinero y a administrarlo. Muchos chicos y chicas jóvenes parece que tienen las manos horadadas. No saben lo que es tener dinero para comprar algo y no comprarlo: da igual que sean unas zapatillas de deporte que unas chucherías, o agotar todas sus reservas en la barra de un bar. No saben lo que es el ahorro. No les dura nada el dinero en el bolsillo.

Si no cambian, cuando sean mayores se les escapará el dinero de entre las manos, porque ahora no conocen su valor. Quizá, como decía Wilde, saben el precio de todo pero no conocen el valor de nada.

Es positivo acostumbrarse a la economía ya en los años de la juventud. "Cuando trabajas para conseguirte el dinero, —me decía uno en cierta ocasión— ya lo gastas de otra manera, te lo piensas." La economía educa el carácter y aumenta el sentimiento de

autonomía, mientras que el exceso de dinero induce a la ligereza. El ahorro —sin caer en extremos anormales— puede ser muy formativo.

## **La evitabilidad del desastre**

Jorge, como casi todos los que han pasado por ese calvario, empezó por curiosidad, para saber qué era eso de la droga, en qué consistía, qué se experimentaba. También porque le parecía necesario para afirmarse ante el grupo de amigos en el que estaba, y porque estaba de moda en el ambiente en que se movía. Procede de una familia desestructurada, se sentía frustrado por muchas cosas. Ansiaba nuevas vivencias, que le hicieran sentirse libre, olvidar tanto dolor.

El caso es que a Jorge no le faltaba información sobre el destrozo que las drogas hacían en una persona. «¿Pero cómo es posible que cayeras en la droga si sabías que iba a ser tu ruina?», le preguntan ahora sus amigos. Él había tenido mucho tiempo para pensar en ello, durante aquellos meses eternos de rehabilitación, y lo explica con mucha claridad: «Es muy sencillo. Con la droga te evades. La sociedad no te gusta y quieres salirte de ella, o fabricar otra distinta que no sea así, o simplemente escaparte de ella de un modo fantástico.

»El paso por las drogas es además todo un rito, un misterio, algo que te permite alejar el sufrimiento y el dolor, desterrar momentáneamente los sentimientos de fracaso y de frustración que te tienen hundido.

»Lo sabes, sabes que es tu ruina, pero cierras los ojos, miras para otro lado. Aunque a otro nivel, es lo mismo que les pasa a todos esos que quieren dejar de fumar y no lo consiguen, o que no son capaces de sujetarse a un régimen de comida, y fracasan una y otra vez, por mucho que sepan que con su debilidad van arruinando su salud.

»La droga es como un paraíso artificial. Cuando te drogas, piensas: no hay nada que me interese, todo me da igual, todo me deja indiferente. En estado normal veo las cosas tal y como son; una vez drogado, las veo como quisiera que fuesen. Caer en las drogas no es cuestión, normalmente, de falta de información, porque el principal problema no son las drogas en sí mismas, sino el ambiente que te introduce en la droga, la frustración que te lleva a refugiarte en ella. Y esto parece que no acaban de comprenderlo quienes tienen el poder en la sociedad, quienes imponen las modas y los estilos de vida, quienes mandan en los principales medios de comunicación.»

Aunque ahora Jorge parece ya una persona serena y sin quebrantos interiores, por dentro pasa por unas luchas tremendas. Es muy duro ver cómo dentro de uno mismo la droga se ha convertido en un dueño fanático y devorador, en un dictador que uno ha creído ya mil veces muerto, pero que se resiste a perder su dominio, que se resiste a devolverte la libertad que te había robado, que no quiere renunciar a la sumisión incondicional que había logrado de ti.

El impulso a seguir consumiendo ya no es tan irresistible como era antes, pero aún mantiene bastante poder. Aparece siempre, seductor, cada vez que sobrevienen momentos difíciles, situaciones complejas o acontecimientos adversos.

Jorge es un gran conversador, y una persona a la que estos años de forja en su salida de la droga han convertido en alguien admirable. Lo malo es que la gran mayoría no logran salir. Él es un afortunado, aunque parte de su fortuna es, como siempre, hija de su esfuerzo y su tenacidad. Jorge es un ejemplo de la inevitabilidad del desastre, por muy bajo que uno ya se encuentre o se considere. Si la decadencia humana fuera inevitable, no merecería la pena ni hablar de ella, pero lo que interesa es precisamente hablar de su inevitabilidad, de la posibilidad de salvarse de esas amenazas inminentes pero que aún no están totalmente cumplidas. Hablar de exigirse uno mismo, de hacer lo que se puede y se debe hacer, y lo mejor posible, aunque sea con recursos modestos. Tengo una fe ilimitada en las personas modestas que hacen todo lo que pueden.

## **Adicciones y amor**

Jorge es una persona a la que cuatro años de forja en su salida de la droga han convertido en alguien admirable. Uno de esos afortunados que han logrado evitar el desastre que parecía inevitable.

Jorge es ahora hombre profundo, reflexivo. Siempre, explicando su dolorosa experiencia, cuenta cómo llega un momento, muy pronto, en que el toxicómano busca la droga al tiempo que la odia por la adicción que ha creado en él.

Jorge ha meditado mucho sobre el amor, sobre el deseo, sobre las adicciones. Dice que del fenómeno de la drogadicción se pueden extraer muchas ideas útiles para la vida afectiva de las personas. Me ha parecido interesante. Voy a intentar explicarlo.

Del amor nacen muchas cosas: deseos, pensamientos, actos. Pero todo esto que del amor nace, no es el amor mismo. Lo que amamos, efectivamente lo deseamos, es verdad. Pero también deseamos muchas cosas que no amamos, cosas que en sí mismas nos resultan indiferentes. Es muy peligroso identificar deseo y amor. Desear un buen vino no es amarlo. Desear la droga no es amarla. Desear sexualmente a una persona no es amarla.

Jorge piensa también en el origen primario de su problema: una familia rota. Se pregunta sobre el porqué del crecimiento alarmante de las rupturas conyugales, de las grandes crisis de tantas familias, que a su vez suelen producir luego tanto daño en las personas que las sufren. Porque son maravillosos los avances de la sociedad actual, es cierto. Pero qué contrasentido es éste, que tras haber alcanzado tan notable nivel de vida, el hombre haya quedado tan desprovisto de recursos a la hora de hilvanar una vida serena, ordenada, sin rupturas sangrientas en la convivencia diaria. ¿Por qué tantas situaciones de fracaso y tantas cicatrices? ¿Qué es lo que ocurre en el mundo occidental, que fracasan dos de cada tres matrimonios?

Es interesante reflexionar sobre la naturaleza del amor. Si el amor fuera simplemente un sentimiento, que va y viene como quiere, que empieza y se acaba sin contar con nuestra libertad, sería tanto como decir que es una simple emoción ciega que se apodera de nosotros y ante la que nada podemos hacer. Pero según ese criterio, el amor sería como una exaltación momentánea que simplemente nos lleva a satisfacer nuestros deseos,

como un pasatiempo agradable, centrado y regido primordialmente por lo sexual y lo placentero, y que antes o después se desmorona.

El amor, junto a un sentimiento, es sobre todo un acto de la voluntad, que es la facultad capacitada para elegir, para rechazar, para modular la propia actividad, para gobernarse a uno mismo, para encaminarse hacia algo determinado, para amar con unas raíces duraderas.

El amor es compromiso, no un simple deseo ni una simple inclinación natural, aunque ambas cosas estén contenidas en el amor. En las bodegas de nuestra personalidad, como si se tratara de un buen vino, suele ir tomando cuerpo ese sentimiento noble de entrega y de donación de uno mismo que es el amor. Pero una donación que tiene que ser total, pues la unión del amor requiere compartir por entero el proyecto de vida. El amor no puede ser un tránsito puramente epidérmico, centrado sobre sentimientos que en su raíz son más bien egoístas. La clave para entrar y perseverar en el amor conyugal es el sacrificio gustoso por la persona amada. Cuando llega la dificultad, la prueba, que siempre hace su aparición antes o después, el amor, si es verdadero y fiel, une más, ayuda a superar esos escollos, y sale reforzado. La fidelidad pertenece a la condición misma del amor. Sin ella, el amor sería un simple acto sentimental, sometido al bamboleo de las emotividades, y que dura sólo lo que dura la capacidad de soportarse dos personas. Este modo de entenderlo ha traído muchos fracasos conyugales.

## ¿Por qué esperar?

«Pienso así desde que tenía 14 años. Por aquel entonces ya había observado adónde llevaba la frivolidad sexual a bastantes de mis compañeros de escuela.

»Desde mi adolescencia pensé que la libertad sexual que yo más deseaba es la de estar un día felizmente casada. Y pensé que tenía que guardarme para el matrimonio, y nunca he tenido la más mínima duda sobre mi decisión.

»Y pensé que debía casarme con un hombre que tuviera un concepto suficientemente elevado de su futura esposa como para guardarse íntegro para ella. No es que sea lo único que valoro en un hombre, pero me resulta mucho más fácil confiar en alguien así.»

La que hablaba era una joven y brillante abogada británica llamada Angela Ellis-Jones, en el transcurso de un debate televisivo en la BBC. Defendía con llamativa desenvoltura una opinión poco corriente (al menos, en ese programa).

«Ya entonces —continuaba Ellis-Jones— me resultaba evidente que cuando se separa matrimonio y sexo, se difumina la diferencia entre estar casado y no estarlo, y, sin quererlo, se devalúa en esa persona la misma idea del matrimonio.

»La castidad antes del matrimonio es una cuestión importante. Cuanto más a la ligera entregue uno su cuerpo, tanto menos valor tendrá el sexo. Quien verdaderamente ama a una persona, desea casarse con ella. Una relación sexual sin matrimonio es necesariamente provisional, induce a pensar que es una prueba que aún está a la espera

de si llega alguien mejor, y me valoro demasiado como para permitir que un hombre me trate de esa manera.

»Tal vez la postura que mantengo parece que me aísla, pero pienso que no es así: creo que el hombre sensato sólo verá en esos principios un motivo de mayor aprecio.»

Algunos piensan que lo realista es buscar cuanto antes gratificaciones eróticas, y facilitarlas a otros. Dicen que prefieren ese “pájaro en mano” a un amor ideal que ven como algo muy lejano. Y aunque es comprensible que una persona se deslumbre ante las gratificaciones inmediatas y las prefiera a todo lo que considera como promesas inciertas, parece claro que la tarea de construcción de la propia vida consiste precisamente en abrir horizontes nuevos al deseo, en aprender a valorar lo que todavía no tenemos en la mano pero que, por su valor, nos vemos llamados a alcanzar. Así lo entendía esta joven abogada británica.

Dejarse fascinar por el afán de saciar nuestros instintos es algo que impide alcanzar lo realmente valioso. La sexualidad fuera de su debido contexto responde a un impulso instintivo, que se inflama súbitamente y se apaga luego enseguida. Es una llamarada tan intensa como fugaz, que apenas deja nada tras de sí, y que con facilidad conduce a un círculo angosto de erotismo que, en su búsqueda siempre insatisfecha, considera que otros conceptos más elevados del amor son una simple ensoñación, cuando no un tabú o algo propio de reprimidos.

Sócrates hablaba de una voz interior que le hablaba, le aconsejaba, le reprendía, le impulsaba a buscar la verdad. Esa voz es lo más lúcido de nosotros mismos, y nos advierte que no debemos quedarnos en las meras sensaciones, sino buscar la verdad que hay en ellas, su auténtico valor, y no el que está más a mano, sino el más profundo.

No se trata, por tanto, de controlar al modo estoico las tendencias instintivas. Se trata de desear ardientemente valores más altos. Más que control de los deseos, habría que hablar de recta búsqueda de la plenitud humana. No se trata de reprimir las tendencias, sino de saber orientarlas. Un director de orquesta no reprime a ningún instrumentista, sino que señala a cada uno el camino que debe seguir para realizar su función de modo pleno: en unos momentos habrá de guardar silencio, en otros tendrá que armonizarse con otros instrumentos, y otras veces deberá asumir un papel de mayor protagonismo.

Cuando alguien descubre la realidad del amor, tiene la certeza de haber descubierto una tierra maravillosa hasta entonces desconocida e insospechada. Se considera feliz y agraciado, y con razón. Es una lástima que por no acomodarse al ritmo natural de maduración del amor, algunos quieran comer la fruta verde y pierdan la meta que podrían haber llegado a alcanzar.

## **Un error advertido a tiempo**

«Toda una oleada de sexo —aseguraba Roberto, con la rotundidad que le daban sus diecinueve años— flota en el aire. Por todas partes. Inevitable. Para quien lo quiera. Anda por la calle, con el mayor atrevimiento. Te lo encuentras por todos lados.

»Lo gracioso —continuó— es que los padres creo que ni sospechan lo que esto supone para una persona en la adolescencia. A mí, por lo menos, en ese aspecto apenas me han ayudado nada en estos años.

»A lo mejor es porque han olvidado que ellos, a nuestra edad, cuando tenían a flor de piel la sensibilidad por estas cuestiones, estaban probablemente mucho más protegidos, y ahora que son mayores no tienen los mismos ojos que antes para mirar las cosas.

»Quizá en sus tiempos debía ser difícil tener acceso a los placeres del sexo en la adolescencia, pero está claro que para el adolescente de hoy lo que puede resultar difícil, más bien, es no sucumbir ante las facilidades que da nuestra sociedad para consumir sexo.»

Roberto era un profundo conocedor de esa realidad y se expresaba con una firmeza y una sinceridad sorprendentes.

«El caso —continuó diciendo— es que al cabo de los años te encuentras con un pesado lastre de errores en la propia educación sexual que influyen luego en tu afectividad, en todos tus sentimientos, en el carácter. Ahora lo comprendo perfectamente.

»Afecta al modo de entender el noviazgo, a la forma de divertirse, al equilibrio emocional, y en el fondo, a casi todo. Y pensando en estos años pasados, en todos los bandazos que he dado, creo que ahora es cuando empiezo a darme cuenta de lo que ha pasado.

»Me doy cuenta por ejemplo del papel que juega la pornografía en esos años. Es el carburante ideal para sobrecalentar la imaginación, y sus efectos no se pueden ignorar. Llega un momento en que te parece que todo eso es lo normal, incluso que quizá la otra persona, aunque no lo diga, o diga que no, en realidad desea el acoso sexual.

»Y un buen día alguien te dice que "no hacemos mal a nadie", y empiezas pensando que se trata simplemente de probar..., y detrás viene todo.

»Lo malo —continuó Roberto— es que cuando adviertes que todo eso es un error y que no lleva a ningún sitio, no es fácil dejarlo. Las relaciones sexuales no se abandonan así como así, porque aunque es verdad que llega un momento en que se desmitifican bastante esos placeres, dejarlo es otra cosa.

»Te dicen que si ya has probado todo, luego estás en mejores condiciones para decidir, pero eso es un engaño, y no sólo con el sexo sino con muchas otras cosas: mira por ejemplo lo que les pasa a los que quieren dejar de fumar y no lo logran, a pesar de que saben bien que un cigarrillo no es ningún placer extraordinario.

»Yo tuve la fortuna de conocer a Marta, que aunque tenía dos años menos que yo era mucho más sensata, y en cuatro meses me hizo sentar la cabeza. Es una chica fenomenal. He tenido mucha suerte.

»Creo que para no caer en ese error, o para salir de él, es fundamental reflexionar un poco y tener una visión un poco más elevada de la vida, y eso es lo que logró Marta

conmigo. Y creo también que entender y vivir correctamente la sexualidad es decisivo para formar y sacar adelante una familia.

»Me parece que es muy positivo pensar con frecuencia en el tipo de persona con la que uno desearía compartir su vida. Yo aún soy joven y no es que haya visto mucho mundo, pero no soy ciego, y me asusta el número de fracasos matrimoniales que ya he visto. Y creo que el amor no es algo que pueda perderse como se pierde un llavero. Pienso que quizá en algunos de esos casos más bien el amor no existió nunca, y lo único que han perdido es el intercambio de placer que obtenían entre sí.

»Es una pena —concluyó Roberto, un poco solemne— que a algunos, como a mí, sólo el paso de los años y las bofetadas de la vida hayan logrado hacer que lo entendamos. Creo que si todos pensáramos un poco más en estas cosas, podríamos evitar muchas situaciones tristes.»

Me llamó la atención su claridad de ideas ante la nueva etapa que se abría en su vida, y por eso transcribo lo que recuerdo de aquel relato suyo.

Es difícil augurar un buen futuro a quien llega al matrimonio sin haber tomado las riendas de su impulso sexual. Con frecuencia vemos cómo todas las razones —los hijos, la estabilidad de la familia, etc.— acaban por abandonar a esas personas de poca voluntad cuando se les presenta una y otra vez —que se les presentará— la tentación de la novedad sexual.

Urge hacer justicia al amor, rescatar su sentido más genuino, mostrar que un amor apasionado no puede ser otra cosa que una entrega apasionada a buscar el bien de la persona a la que se quiere. Porque muchos, con sus palabras y su actitud, confunden el sexo con el amor. Y sin embargo saber de sexo es muy fácil, pero saber de amor es más difícil. Porque requiere un aprendizaje de la vida entera, porque el amor pugna de continuo contra el egoísmo, y el egoísmo tiene una prodigiosa capacidad de reflorecimiento.

Cuando el sexo se degrada o se sobrevalora, emerge enseguida en forma de enrarecimiento del carácter y manifestaciones de engreimiento. No en vano proclama el dicho popular aquello de lujuria oculta, soberbia manifiesta, pues la degradación del amor por la lujuria puede arruinar en poco tiempo a una persona. Por eso hemos dedicado a este tema un pequeño epígrafe en este repaso a las diversas dificultades en la etapa adolescente.

## **El mito de Sísifo**

Sísifo es uno de los personajes más interesantes de la mitología griega. Vencedor de la Muerte, amante incondicional de la vida, Sísifo engañó a los dioses para escapar de los Infiernos y por ello fue condenado por Zeus a un castigo cruel por toda la eternidad: debía subir a fuerza de brazos una gran piedra hasta una cumbre del inframundo. Pero cada vez que el desdichado llegaba a la cima, la roca se le escapaba de las manos y rodaba por la ladera hasta abajo. No le quedaba otro remedio que descender y recomenzar su esfuerzo, sabiendo que nunca sería coronado por el éxito.

Esta lucha indefinidamente recomenzada, en una eterna rotación de pesadilla, simboliza el absurdo de una búsqueda sin esperanza. La figura de Sísifo se ha evocado siempre como paradigma de tarea extenuante y descorazonadora. Albert Camus le dedicó una de sus obras, en la que imagina al hombre como un Sísifo feliz, que en medio de la aridez y la monotonía de su vida vislumbra que su existencia no es ni más ni menos absurda que otras, sino como todas las vidas. Camus propuso la figura de un hombre frío, conocedor de ese supuesto absurdo de la vida y buscador infatigable de placeres que puedan dar algo de dicha a su existencia. Esa figura ejerció una notable fascinación para las generaciones salidas de la Segunda Guerra Mundial, y aún hoy, más de medio siglo después, es una imagen que late dentro del corazón de muchos que buscan con ansiedad en el placer un poco de calor de suba la temperatura de sus vidas.

Con frecuencia, al ansioso del placer se le ha adornado con una aureola romántica, como si fuera un galán que busca en abrazos sucesivos un difícil encuentro con el amor. Pienso que la realidad es bastante más prosaica. Es, más bien, un hombre triste que ha comprendido la esterilidad de su búsqueda, pero no puede o no quiere cambiar de camino. Sabiendo que no puede saciarse por la “calidad”, se entrega a la “cantidad”, a una cadena de goces rápidos y epidérmicos. Son apegos y pasiones que carecen de lirismo, y hay en ellos una especie de frialdad naturista que casi reduce sus afanes al plano del instinto. Recuerdan el castigo de Sísifo. Recomienzan sin tregua un juego que saben vano, destinado a un constante fracaso. Han pretendido engañar a la naturaleza, como Sísifo lo intentó con los dioses del Olimpo, y el castigo siempre acaba por llegar. Quien ha dejado que la búsqueda ansiosa del placer se establezca en su interior, y permite el quebranto de las exigencias éticas de la naturaleza, tarde o temprano se encuentra, como Sísifo, luchando con denuedo en una tarea extenuante y desesperanzada. Lo que al principio había imaginado como un edén, como una dicha constante basada en el libre y apasionado disfrute de los placeres, ha acabado en una dolorosa decepción. La prometida fiesta resulta un engaño, y aparece implacable la terca realidad, el mal que se ha instalado, que se ha hecho fuerte dentro de uno mismo. Se creía quizá enamorado de muchas cosas, y descubre que satisfacer su egoísmo ha acabado por ser su mayor preocupación.

El egoísta se encuentra un día, antes o después, con el tormento de no saber amar y de no ser amado. El placer ocupa demasiado su mente, sus intereses. Le lleva a actuar de un modo que, luego, a solas consigo mismo, le avergüenza profundamente. Comprende entonces el engaño que se ha colado en su corazón, escondido tras la sombra de unos placeres que había querido ver como inofensivos e incluso buenos. Algunos buscan entonces refugio en placeres mayores, o que aporten algo de novedad respecto al tedio en que han caído, pero fracasan de nuevo, porque el egoísmo es un animal voraz al que no se puede dejar crecer en nuestro corazón porque entonces nos devora por dentro. En lugar de la inocencia, del paraje delicioso y encantador que nuestros ojos habían visto y deseado, aparece un horizonte como el de Sísifo, falto de esperanza, sórdido, en el que nunca llega a desaparecer una voz que nos dice que nos hemos equivocado.

A todos nos pasa un poco lo que a Sísifo, en mayor o menor medida, en algún ámbito de nuestra vida: con el afán de poseer, de figurar, o de poder; o con el refugio en la pereza, la lujuria, el alcohol, o lo que sea. Pero hay, por fortuna, una diferencia. Sísifo no podía abandonar su absurda e inacabable repetición. Nosotros, en cambio, podemos abrir los

ojos a la verdad y decidirnos a cambiar. Además, podemos pedir ayuda. Y ayuda a Dios, si somos creyentes.