

Dificultades en la etapa adolescente

>> Muy pocos grandes hombres proceden de un ambiente fácil.
Herman Keyserling

Vencer la timidez. El caso de Marcos

Superar el egoísmo. Algunos ejemplos

La carcoma de la envidia. Cirugía a tiempo

La esclavitud de la pereza

No rendirse a lo fácil. Un caso típico

Ante la falta de dotes naturales. Alicia

Un error advertido a tiempo. Roberto y Marta

La "movida"

Vencer la timidez. El caso de Marcos

«En ocasiones —decía Marcos, con aire un tanto fúnebre— me siento diferente y como aislado de los demás.

»A veces —continuó— siento como necesidad de abandonar el grupo en el que estoy, porque me siento incómodo. Trato de ser sociable, pero se me hace insufrible, no sé por qué. Creo que no sé disfrutar de la vida.

»No sé como lo hago, pero enseguida pierdo las amistades y sufro pensando en ello. Lo pienso una y otra vez, le doy vueltas y más vueltas, trato de vencer mi timidez, pero no me sale, meto la pata, siento una vergüenza terrible y pierdo las oportunidades, me quedo paralizado.

»Pienso que no voy a saber comportarme, noto que me preocupa demasiado lo que piensen de mí, y creo que de tanto pensar en eso luego me falta naturalidad. Tengo la sensación de que todo el mundo me estará mirando, y que se ríen interiormente de mí. Sé que no debe ser así, pero no consigo dejar de pensarlo. Intento pasar inadvertido, pero soy tan tímido que precisamente por eso al final acaban fijándose en mí.

»Veo que otros se desenvuelven con gran soltura, caen bien a todo el mundo, dicen cualquier tontería y a todos les hace gracia, y les tengo envidia. Las cosas que se me ocurren a mí no tienen gracia.

»Siento una infinita tristeza ¿Cuál es la causa de que yo sea así? ¿Por dónde empezar? Yo —concluía— no quiero ser así.»

Recuerdo, de hace años, esta conversación con Marcos, un buen estudiante de dieciséis años, alto y bien plantado.

Como sucede con casi todos los que son tímidos, me sorprendía ver que en cuanto hablaba en un ámbito de confianza demostraba ser una persona reflexiva y capaz de definir bastante bien su situación. Y entonces, curiosamente, se expresaba con gran soltura y sencillez.

Y me sorprendía también comprobar de nuevo que son muchos los que se consideran tímidos y en absoluto lo parecen externamente.

—Oye, ¿y no te parece que las personas que son así, les viene un poco de familia?

La timidez puede tener su raíz en un excesivo proteccionismo en la infancia, en algún defecto o limitación —habitualmente con poca trascendencia objetiva— mal asumidos, o en una educación que no ha logrado contrarrestar suficientemente el amor propio...; y a veces, es cierto, responde directamente a la timidez de los propios padres.

—Pero a las edades que tenemos los padres no vamos a cambiar ya mucho. El que sea tímido a los cuarenta o a los cincuenta, ya poco arreglo tiene, supongo.

Arreglo siempre se tiene. Además, siempre se puede al menos dar ejemplo de esforzarse por mejorar, que es casi más importante que ser un modelo perfecto.

—Oye, ¿y no son a veces tímidos simplemente porque son un poco patosos en lo que hacen o en lo que dicen?

La timidez y la torpeza se alimentan la una a la otra. La torpeza física suele tener su raíz en algún defecto de coordinación motora. Son chicos que se chocan con todo, se les cae todo y se les rompe todo. Otros son desafortunados más bien a la hora de expresarse o de intervenir en una conversación y, como consecuencia, suelen ser remisos a la hora de actuar ante los demás y pueden volverse tímidos. A su vez, la timidez les lleva a estar demasiado pendientes de su imagen y a ser menos naturales y, por tanto, más torpes.

—¿Y cómo romper ese círculo vicioso?

Por ejemplo, haciéndole descubrir sus puntos fuertes y haciendo que los demás los valoren. Por eso el buen profesor pregunta en clase al alumno tímido cuando supone que está en condiciones de responder correctamente, y así hace que el chico tome seguridad y, poco a poco, vaya actuando mejor en presencia de otras personas.

Y el padre sensato sabe darle confianza, de modo que poco a poco gane en autoestima, que siempre facilita al tímido consolidar su voluntad indecisa.

Vencer la timidez no es cosa de un día. Es una batalla difícil, en la que no hay que perder la esperanza, y en la que también hay que saber perder con deportividad, perdonarse a uno mismo, darse la mano y tirar otra vez hacia delante.

Hay que renunciar seriamente

a encerrarse en los recuerdos
o imaginaciones
de las horas felices.

Porque los tímidos casi siempre mezclan sus miedos con esa pobre satisfacción de replegarse al calor de la propia soledad.

De entrada, no tengas tanta envidia de ése o de ésa que son tan extrovertidos, tan graciosos, tan ocurrentes...; con tanto afán de protagonismo quizá. Muchos de ellos son muy agradables, pero sólo para estar un rato, y no hay quien conviva con ellos tres días seguidos. Otros serán excelentes, de acuerdo, pero... ¿para qué la envidia? Recházala.

Después, hay que luchar activamente contra la timidez, sin dejar que se prolongue ese estado de indecisión. Porque el tiempo, efectivamente, pasa. Y si te encierras en ti mismo, no vives. Y cada vez te será más difícil salir. No huyas de la guerra del vivir. Sal de ese dulce sueño, pero de verdad.

A veces tu soledad será por orgullo, que es una maldita soledad que deshumaniza a quien la practica y que hace perder la objetividad (Antonio Machado decía que en la soledad a veces se ven muy claras cosas que no son verdad).

Algunos se refugian en la soledad para intentar olvidar, y la mayoría de las veces sólo logran acrecentar sus recuerdos, revolver en sus vagabundeos mentales una y otra vez —"es como una lavadora tu cabeza, los errores no se quitan dándoles vueltas", decía aquella canción—, y se acostumbran a rumiar obsesivamente los fracasos y las heridas de la vida.

—Pero entonces, ¿qué consejos concretos das?

Deja de pensar en si sabes hablar; y habla.

O en si sabes de verdad ser amigo o amiga de alguien; y esfuérate por serlo.

O en si sabes educar, o comportarte en tal situación, o hacer tal otra cosa; y ponte a hacerlo como mejor sepas, sin tanto miedo al ridículo o al fracaso.

No te encierres en ese ensueño de tu propia imaginación. Aparta esos pensamientos como a un moscón, rechazándolos como se rechaza un pensamiento absurdo. Cumple todas tus obligaciones, busca más si es preciso. Ocupa tu tiempo. No te fabriques un mundo irreal en el que te complaces. No te refugies en la soledad, aunque digas que en ella encuentras grandes satisfacciones. No busques en tus sueños la coartada para no luchar en la realidad, que un hombre soñador rara vez es un hombre luchador.

Actúa con sentido común, sin caer en las estridencias de la timidez hipercompensada (incontinencia verbal, exceso de descaro o atrevimiento, aspecto estrafalario, etc.).

Cuando te propongas superar tu timidez en algo, no te consientas a ti mismo volverte atrás. No seas como el bañista vacilante, que mete el pie en el agua varias veces,

comprueba que tampoco está tan fría, que no pasaría nada, que es cuestión sólo de lanzarse...; pero no se atreve y vuelve a casa cabizbajo, avergonzado de sí mismo.

Y si te sucede, no te atormentes y vuelve a intentarlo. O, mejor dicho, como afirmaba el protagonista de aquella película: "Hazlo, o no lo hagas, pero —por favor— no lo intentes". No llores intentando algo que no es más que un vago deseo de que eso suceda. Inténtalo de verdad. O sea, hazlo, que puedes.

Superar el egoísmo. Algunos ejemplos

Vivir de forma egoísta es como vivir en un calabozo. Oímos sólo nuestra propia voz, hablamos sólo de nosotros mismos, sólo escuchamos los lamentos de nuestro propio dolor, únicamente captamos la gloria de nuestra propia victoria personal. Cualquier otro interés está mediatizado por el interés propio.

—No te pongas así. Es lógico que la gente mire un poco por su propio interés...

Pero se puede velar por el propio interés sin ser egoísta. El problema es que el egoísta vive en una permanente búsqueda de la propia satisfacción. Una búsqueda que acaba por ser angustiada, porque el egoísta a cada paso se sorprende con que ha vuelto a perder el rastro y no consigue disfrutar un poco de tiempo con casi nada.

Son afanes oscuros y confusos que hacen desgraciadas a las personas. Por eso es tan importante que los padres logren que sus hijos descubran la satisfacción que la generosidad encierra, y reflexionen sobre el regusto de tristeza que a todos queda cuando nos comportamos de forma desconsiderada, implacable y egoísta con los demás.

—¿Y a qué edad suelen tener más tendencia al egoísmo?

Cuanto más pequeño es el niño, tanto más vive bajo el poder de los sentidos, y es por eso mismo más fácil que ceda al egoísmo si no hay una educación adecuada. Una criatura de pocos años parece que todo lo ansía para sí, acumula los juguetes, quizá no repara en que a otros nada les llegue. Pasa por un etapa de acusado egocentrismo infantil en la que gusta considerarse el centro de todo, que se hable de él, llamar la atención...; como Currita Albornoz en aquella novela de Coloma: si asiste a una boda, quiere ser la novia; si a un bautizo, el recién nacido; si a un entierro, el muerto.

Por eso, desde muy temprano hay que ir sacando brillo a sus sentimientos de generosidad, para que ahoguen a esos otros de egoísmo.

De lo contrario,
podemos encontrarnos con
un reverdecer del egoísmo
en los años de la adolescencia.

Precisamente en esos tiempos en los que quizá siente más orgullo por su talento, su desarrollo físico o su agudeza intelectual. Y quizá resulta que a lo mejor:

se hace amigos interesadamente para que le expliquen las matemáticas o le dejen copiar un trabajo de clase;

se muestra indiferente ante un motivo de tristeza de otros;

habla con orgullo a su compañero o compañera de clase, de posición menos acomodada, de los grandes viajes que hace en vacaciones, de la moto que le han regalado, o de los lujos de que él disfruta y que el otro no tiene;

manifiesta un sorprendente sentido práctico con el que pasa por encima de todos los demás para lograr su propio interés; etc.

—¿Y cuál crees que es la razón de todo eso?

Quizá arranca desde la niñez, con cosas insignificantes consentidas por quienes convivían con él, y nadie entonces le hizo considerar lo poco noble de esos detalles. A lo mejor escogía siempre el mejor sitio, la mejor fruta, o la tarea más cómoda, y nadie le decía nada, o se acostumbró a oír los reproches como quien oye llover.

Y se acostumbró a no ceder el sitio, a no reparar en las necesidades de los demás, a no sujetar la puerta hasta que pasara quien venía detrás. A lo mejor salían de excursión y pasaban entre unos matojos, y él iba soltando las ramas, que herían en la cara a los que marchaban detrás; sólo importaba una cosa: él ya había pasado.

Por el contrario, el niño que comparte hoy sus juguetes o sus juegos —señala Bernabé Tierno—, o que se atreve a defender a un compañero maltratado, es el hombre del mañana en cuyo proyecto de vida tendrán lugar los demás.

Si quien está a tu lado tiene algún pesar, consuélale con unas palabras de las que brotan del corazón. Si se alegra, alégrate con él, porque es propio de los egoístas entristecerse de envidia ante la alegría ajena. Comparte, ayuda, agáchate a recoger el paquete que se le ha caído al suelo a ése que pasa a tu lado, trata a la gente con corrección, y especialmente a quienes tienen que servirte.

Cada uno debe examinarse sobre si hay en su vida planteamientos egoístas de fondo. Hablo de esos padres posesivos de sus hijos, y de esos hijos que dominan a sus padres. De esos matrimonios que son una pareja de vidas solitarias, y de éstos que son cadenas el uno para el otro.

Para toda persona,
erradicar un poco cada día el egoísmo,
será erradicar una fuente de tristeza.

La carcoma de la envidia. Cirugía a tiempo

Cervantes llamó a la envidia carcoma de todas las virtudes y raíz de infinitos males. Se asombraba de cómo todos los vicios tienen un no sé qué deleite consigo, pero el de la envidia no trae sino disgustos, rencores y rabia.

La envidia no es la admiración que sentimos hacia algunas personas, ni la codicia por los bienes ajenos, ni el desear tener las dotes o cualidades de otro. Es otra cosa.

La envidia es entristecerse por el bien ajeno. Es quizá uno de los vicios más estériles y que más cuesta comprender, y, al mismo tiempo, también probablemente de los más extendidos, aunque nadie presume de ello (de otros vicios sí que presumen muchos, pero de ser envidioso no).

La envidia va destruyendo
—como una carcoma— al envidioso.
La envidia no le deja ser feliz,
no le deja disfrutar de casi nada,
pensando en ese otro que quizá disfrute más.

Y el pobre envidioso sufre mientras se ahoga en el entristecimiento más inútil y el más amargo: el provocado por la felicidad ajena.

El envidioso procura aquietar su dolor disminuyendo en su interior los éxitos de los demás. Cuando ve que otros son más alabados, piensa que la gloria que se tributa a los demás se la están robando a él, e intenta compensarlo despreciando o desprestigiando a quienes sobresalen o poseen más cualidades que él.

Wilde decía que cualquiera es capaz de compadecer los sufrimientos de un amigo, pero que hace falta un alma verdaderamente noble para alegrarse con los éxitos de un amigo. La envidia nace de un corazón torcido, y para enderezarlo se precisa de una profunda cirugía, y hecha a tiempo. Importa mucho comenzar pronto, en cuanto empieza a manifestarse en esas envidiejas tontas de hermanos o compañeros.

—Yo veo que los chicos pequeños tienen a veces unos detalles de egoísmo y de envidia asombrosos, pero creo que luego, con los años, se les pasa bastante.

A lo mejor, simplemente, es que al principio no se inhiben, y en cambio luego lo disimulan más. Pero el problema puede seguir latente.

Hay que enseñarles —lo primero, esforzándose los padres en dar ejemplo— a no perder la alegría cuando vean que los demás les aventajan en algo o en todo. A no entristecerse al comprobar que su compañero ha sacado mejor nota que él en un examen, o que juega mejor al fútbol, o tiene más éxito en lo que sea. A superar con elegancia esa reacción de envidia porque a su amigo le han comprado algo que él no tiene.

—¿Por qué dices lo del ejemplo de los padres? La envidia es algo muy del fuero interno y no creo que los chicos se den mucha cuenta.

Lo notan enseguida, sobre todo cuando son algo mayores. Notan, por ejemplo, si los padres se alegran del éxito profesional, de la buena suerte o de las cualidades personales de un pariente, un vecino, o un amigo de la familia.

Notan una cara de tristeza o de contrariedad mal disimulada de quien no sabe compartir las alegrías de los demás porque inmediatamente vuelve su pensamiento sobre sí mismo y sólo considera su propia suerte.

Notan ese desaliento producido por la envidia ante las cualidades y triunfos de los demás.

—Pero es muy normal que los chicos sientan admiración por otras personas, y que quieran ser como ellas...

Que admiren a otras personas y quieran ser como ellas, o mejores, no es nada malo, sino incluso muy positivo si se plantea bien, pues pueden ser deseos de sana emulación que hay que fomentar.

De hecho, una de las mejores defensas contra la envidia es despertar la capacidad de admiración por la gente a la que conocemos. Hay muchas cosas que admirar en quienes nos rodean, y la clave es que eso nos impulse a aprender de ellos. Lo que no tiene sentido es entristecerse porque son mejores, entre otras cosas porque entonces estaríamos abocados a una tristeza permanente, pues es evidente que no podemos ser nosotros los mejores en todos los aspectos.

La envidia lleva también a pensar mal de los demás sin fundamento suficiente, a interpretar las cosas aparentemente positivas de otras personas siempre en clave de crítica. Así, el envidioso

llamará ladrón y sinvergüenza a cualquiera que triunfe en los negocios;

o interesado y adulador a aquél que le está tratando con corrección;

o, finalmente, como muestra más refinada, al hablar de ése que es un deportista brillante, reconocido por todos, dirá: "Ese imbécil, ¡qué bien juega!".

Admirarse de las dotes o cualidades de los demás es un sentimiento natural que los envidiosos ahogan en la estrechez de su corazón.

La esclavitud de la pereza

Yo he visto —seguro que igual que tú— a un albañil subido a un andamio cantando alegremente mientras ponía ladrillos, y, junto a él, a otro amargado y con mala cara, realizando ambos la misma tarea.

He visto a un conductor de autobús hacer su trabajo con satisfacción y procurando agradar a los viajeros, y, en su misma ocupación y condiciones, a otro que lo hacía de mala gana y despotricando de todo.

Y lo mismo al acercarse a una ventanilla, a la barra de un bar, al mostrador de una tienda, o al ir a la peluquería.

Y lo mismo en las aulas. Y lo mismo en la familia. Hay padres y madres que se recrean en las tareas del hogar y en la educación de sus hijos, y padres y madres que parece que sólo saben quejarse del trabajo y los quebraderos de cabeza que les dan sus hijos, que dicen que no pueden más, que les agota, que se les hace pesado, que no hay quien lo aguante.

Muchas veces, la raíz de su tristeza y su desgana está en la pereza. En que son personas que se pasan la vida en una lucha —agotadora lucha, por otra parte— para rehuir el esfuerzo, para encontrar el modo de hacer menos y que sea otro quien haga las cosas.

El trabajo, las tareas del hogar, la educación de los hijos..., cualquier persona emplea la mayor parte del día en esas ocupaciones, ¿por qué entonces hacerlas de mala gana? Eso equivale a pasarse amargado la mayor parte de la vida.

—Sí, claro. A veces es muy bonito, pero otras es muy pesado y no te apetece, y entonces no te alegra sino más bien lo contrario...

Pues, con un nivel de motivos de tristeza bastante parecido, hay gente habitualmente contenta y gente habitualmente descontenta. La diferencia está en la filosofía con que cada uno se toma la vida. Propónte cambiarla:

en vez de trabajar con desgana, procura poner ganas, y ya acabarán apareciendo satisfacciones en ese trabajo;

en vez de ver y de hacer ver el trabajo como una carga pesada, descubre en él —entre otras cosas— una forma de realizarte, un motivo de satisfacción y una oportunidad de servir a los demás (Einstein decía que sólo una vida vivida por los demás merece la pena ser vivida);

en vez de estar pensando en la hora de acabar, procura esmerarte en lo que haces en cada momento;

en vez de quejarte continuamente y crear un clima negativo, procura poner ilusión y crear a tu alrededor un clima positivo; etc.

Muchos padres se quejan de que sus hijos son muy perezosos. Perezosos, dicen, para levantarse, para estudiar, para llevar a cabo cualquier actividad que no implique diversión, y a veces hasta para eso. Que todo les cansa, todo les aburre, que no saben pasarlo bien más que un rato. Que una simple contrariedad les conduce al abatimiento. Que no logran hacer lo que se proponen y eso les hace estar tristes. Que les resulta difícil hacer frente al ocio, incluso mantener una afición o un hobby.

—¿Y el ocio es pereza?

El ocio, entendido como entretenerse en ocupaciones que nos descansan, no es pereza, sino algo bueno y conveniente. Pero el ocio entendido como matar el tiempo, como no hacer nada, o como dejarse llevar, es pereza y por lo tanto desaconsejable.

El verdadero descanso
es poco compatible
con la pereza.

Bien utilizado, el tiempo libre puede ayudar a ennoblecer al hombre e impulsarlo a la creatividad, a la iniciativa personal, a cultivar el espíritu, a huir de la vulgaridad.

Además, cuando uno no sabe aprovechar sus ratos de ocio, tampoco sabe luego trabajar seriamente.

El perezoso
hace su trabajo con desgana,
y después
se aburre soberanamente
en el tiempo libre.

La pereza y, en general, la falta de una adecuada educación de la voluntad, constituyen una de las más dolorosas formas de pobreza: porque impiden a quienes la padecen disfrutar de la vida y recrear su espíritu al nivel que a nuestra naturaleza humana corresponde.

No rendirse a lo fácil. Un caso típico

«Entiendo lo que dices —comentaba Guillermo, un recién matriculado en la universidad—, pero yo no puedo ser distinto a como soy.

»Yo siempre he sido un poco despreocupado, algo informal, no me gusta tomarme demasiado en serio las cosas. Quiero disfrutar un poco de la vida, aprovechar un poco estos años, que apenas tengo diecinueve y no estoy en edad de pensar tanto.

»Tengo muchos proyectos en la vida, pero para más adelante. No tengo prisa. Yo no aguanto muchos días haciendo la misma cosa. Me gusta la variedad. Ya repetí un curso en bachillerato y no me traumatiza. Incluso prefiero hacer la carrera más despacio pero conociendo muchas otras cosas mientras.

»Y esto me sucede con casi todo; por ejemplo, tengo muchos amigos y amigas, pero me gusta ir variando, conocer gente, pero sin que me lúen; he salido con muchas chicas, pero ninguna me ha durado dos meses: no quiero comprometerme ni estar ligado a nadie ni a nada.

»Yo —concluía— siempre he querido ser práctico. Tengo que aprovechar la juventud, que ya tendré tiempo de hartarme de vida más sosegada. No quiero ser como esos que se pasan sus mejores años debajo de una lámpara, estudiando día y noche como si no hubiera otra cosa en la vida.»

Aquel chico no acertaba a comprender que por aprovechar, como él decía, esos cinco o seis años de vida universitaria, probablemente acabaría lamentándolo los cincuenta o sesenta siguientes.

No quería entender que es preciso esforzarse mucho para abrirse camino profesionalmente. Que no se trata de pasarse la juventud debajo de una lámpara, es cierto, pero es indudable que de cómo uno se prepare en esos años depende en mucho cómo será luego su vida. Que lo habitual es que una persona perezosa o inconstante a su edad, llegue a los treinta o los cuarenta sin haber cambiado mucho. Igual que si es egoísta, o frívolo, o superficial.

Pasan los años
y el tiempo no les hace mejorar
si no se esfuerzan por mejorar.

«Mira —recuerdo que me decía—, es que no es tan sencillo. Sería una maravilla ser persona con una voluntad firme, y todas esas cosas. Lo desearía para mí, por supuesto. Pero todo eso exige mucho esfuerzo y yo no estoy acostumbrado a esos agobios.

»¿Es que no hay ningún camino más fácil? ¿No se puede ser feliz sin tanto sacrificio? Yo no soy mala persona, tú lo sabes. Procuero no perjudicar a nadie y al tiempo no complicarme la vida...»

Y suelen tener razón en aquello de que no son malas personas, y de que procuran no perjudicar a los demás, y todo eso. Pero pienso que resulta algo pobre y bastante peligroso ese benevolente planteamiento de "no hacer daño a nadie y disfrutar cuanto más se pueda". Cuando una persona excluye por principio aquello que le supone complicarse la vida, esa actitud puede significar una seria hipoteca para su felicidad.

—Tampoco creo que complicarse la vida tenga que ser el punto central de la filosofía de la vida de una persona...

No, pero tampoco puede serlo el no complicársela, sobre todo cuando ésa es la única razón que nos frena ante algo digno de mejores actitudes. Hacer el bien supone muchas veces un esfuerzo considerable.

Evitar habitualmente
lo que supone esfuerzo
hace difícil mantenerse
dentro de las fronteras
de la ética y de la sensatez.

—Pero tampoco tiene mucho sentido privarse de cosas lícitas...

Cualquier elección, por sencilla que sea, supone renunciar al resto de las opciones, la mayoría de ellas lícitas. Mill decía que de quien nunca se priva de cosa lícita, no se puede esperar que rehuse luego todas las prohibidas.

También cabe recordar aquella conocida expresión de cortar por lo sano, que sin duda proviene de la sabiduría médica y es tan de sentido común. Si hubiera, por ejemplo, que amputar una pierna o un brazo gangrenados, no se puede cortar justo en el límite entre lo sano y lo enfermo, porque lo más probable entonces es que siempre quede algo de lo enfermo, por pequeño que sea, y el mal continuará extendiéndose. Es preciso cortar un poco más arriba, aun a costa de perder algo de la zona sana.

Hay personas que son
como un manojo de sentimientos vaporosos,
personas que sólo quieren aceptar
la parte fácil de la vida.

Quieren el fin, pero no quieren los medios necesarios para alcanzar ese fin. Quieren ser premios Nobel sin estudiar, enriquecerse sin dar ni golpe, ganarse la amistad de todos sin hacerles un favor, o ingenuidades por el estilo. Y eso no es serio.

No distinguen entre lo que es propiamente querer algo, con todas sus consecuencias, y lo que es sencillamente una ilusión, un apetecerles, un soñar soltando la imaginación.

Han de comprender que para la vida real se necesita más esfuerzo que para las novelas fabricadas por la fantasía. Y quizá no se enfrentan con la realidad de la vida porque están enormemente mediatizados por la comodidad.

Quieren triunfar en la vida, como todo el mundo, pero olvidan el esfuerzo continuado que esto supone: para hacer bien una carrera son precisas muchas jornadas de clases y estudio que no siempre apetecen; para ser un buen atleta hay que perseverar en un entrenamiento muchas veces agotador; para dominar un idioma no bastan unas cuantas clases o unas semanas en el extranjero. Para casi todo hace falta esfuerzo, y no poner ese esfuerzo supone rechazar el fin, no querer de verdad.

Esta falta de fortaleza de carácter aparece a veces como una auténtica fiebre por cambiar de objetivo. Ejemplos típicos:

Ve anunciado en la televisión un efficacísimo método de aprendizaje de inglés, que pasa de inmediato a resultar absolutamente imprescindible. Lo compra. La primera decepción es que el método es muy laborioso, hay que ir grabando unos ejercicios en cada lección... De todos modos, comienza..., le cansa, sigue, lo deja; lo retoma, se aburre..., y finalmente lo deja en el olvido..., en la lección 4ª.

A la semana siguiente comienza a leer una novela interesantísima..., pero enseguida se le hace pesada y queda abandonada en los primeros capítulos.

Quizá después se propone hacer footing todos los días..., y no pasa de tres o cuatro.

Al poco fantaseará con ser un insigne virtuoso de aquel instrumento musical, pero pronto le parecerá inútil o imposible.

Quizá más adelante empiece con otra afición, y será un nuevo hobby que se sumará a la interminable serie de ilusiones que nunca se alcanzan, a ese continuo devaneo presidido por la inconstancia.

A lo mejor otro día, después de ver una película o de leer un libro en los que se exalta la figura de un personaje, con quien se identifica, se llena de proyectos buenos y de ilusiones sanas..., pero que se desvanecen en cuanto respira el aire de la calle, en cuanto aterriza de su ingenua emotividad.

El que se mima a sí mismo se vuelve blanducho. El camino de la vida fácil, aunque ameno al principio, se hace cada vez más trabajoso; y al final aguarda un amargo despertar.

No es más fácil
la vida fácil.

Ante la falta de dotes naturales. Alicia

«Veo que lo que yo tardo una tarde entera en estudiar y luego apenas me acuerdo, mi compañera lo estudia en una hora... —decía con pesimismo Alicia, una atribulada estudiante de dieciséis años.

»Yo me paso encerrada todo el fin de semana estudiando, y ella, en cambio, no da ni golpe y saca luego mejor nota.

»Y estamos las dos igual de distraídas en clase, nos pregunta la profesora, y ella con dos ideas que recuerda le sale una respuesta convincente, y yo, en cambio, me quedo sin saber qué decir.

»Cuando pienso en esto y me dedico a compararme, a veces me pongo muy triste al ver que todas me aventajan y que es algo que nunca podré evitar, porque no puedo hacer nada por remediarlo.»

Las personas que, como Alicia, sufren con esta preocupación, deben convencerse de que no es verdad que estén en todo en inferioridad de condiciones, ni que lo suyo no tenga remedio. Que la naturaleza suele otorgar sus dones de forma más repartida de lo que parece. Y que otras personas con limitaciones superiores a las suyas han triunfado en la vida y han sido muy felices.

Para empezar, es probable que se esté lamentando de unas limitaciones que no tienen la trascendencia que ella le da.

Quizá también se olvida Alicia de otras muchas cualidades que posee, y que quizá no brillen tanto y por eso apenas las ha advertido, pero que probablemente sean más importantes que esas otras que le deslumbran en los demás.

Ciertamente quizá otros tengan más simpatía, más gracia, más habilidad en lo que sea, mejor aspecto, más medios económicos o —en apariencia— más suerte y éxito en la

vida. Pero eso no es lo fundamental. Son más importantes otras cosas que quizá llaman menos la atención. Y tantas veces, además, el que tiene menos talentos pero se esfuerza por hacerlos rendir, aunque le parezcan escasos, acaba finalmente por superar a otros mucho más capacitados.

No es buena filosofía contemplar la vida en condicional, como lo que habría podido ser si fuéramos de otra manera o tuviéramos otras dotes o hubiéramos actuado de distinto modo.

Se puede y se debe
vivir la propia vida
aceptándola como es.

Y si nos faltan medios o talentos, habrá que sacar rendimiento a lo que se tiene y dejarse de vivir entre fantasías.

Un chico o una chica inteligente debe sacar partido a su inteligencia y dejar de lamentarse de no lograr triunfar en los deportes, en las relaciones públicas y en el arte a la vez. Y un chico o una chica un poco feos o no muy listos, difícilmente llegarán a ser muy guapos o muy inteligentes, pero pueden ser simpáticos, agradables, buenos profesionales y hombres o mujeres excelentes. Lo mejor es ser el que somos y procurar ser cada día un poco mejor.

Un error advertido a tiempo. Roberto y Marta

«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 esas edades. 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 cosa bien distinta.

»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 mechero. 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.

—Desde luego, es difícil augurar un buen futuro a quien llega al matrimonio sin haber tomado las riendas de su impulso sexual...

Sí. Y 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 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 refloreamiento.

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.

La "movida"

«No sé si está bien o mal... —me decía en cierta ocasión un genuino representante de la movida—, pero me gusta y lo hago.

»Después de la paliza de toda la semana de clases, lo que te apetece es estar con la gente, ver a los amigos..., y no me voy a comer el coco con más.

»La movida es imprevisible. Sales por la noche con la gente y nunca sabes bien qué harás, ni con quién, ni a qué hora acabarás, ni dónde, ni cómo..., pero eso es parte del encanto.

»A veces te aburres, y a veces bebes más de lo normal y luego te da un poco de vergüenza cuando te cuentan las cosas que hiciste...

»Eso sí, te dejas un dineral, hay que tener unas finanzas saneadas. Y al día siguiente tienes un sueño terrible y a veces te duele la cabeza. Es el precio de divertirse...»

Ante relatos como este, no se trata de abominar tontamente de la movida, sino de alentar a que cada uno analice serenamente sus modos de divertirse.

Por ejemplo, la movida impone de ordinario un estilo que con frecuencia conduce al exceso de alcohol, a las drogas de diseño, a la ansiedad por mantener relaciones

sexuales en un marco de consumo de alcohol o pastillas, etc. Además, para muchos lleva a una notable incomunicación, y es fácil que en vez de salir enriquecidos salgan empobrecidos, más aislados y solitarios, a pesar de que hayan podido alcanzar algún que otro logro hedónico tras la larga noche de vigilia.

Un chico o una chica, a las once de una noche de un viernes o un sábado, o de un día cualquiera de verano, cuando sale a la movida, no suele ir con una idea clara de lo que quiere. Tampoco sabe si tomará cinco o seis whiskyes, diez cubatas, o tal vez sólo un zumo de limón. No sabe si probará el porro del que se sienta a su lado, o si se empastillará en una discoteca, o si no probará ni un cigarrillo negro. No sabe si acabará en el nido del listillo de turno, o si acabará tomándose una paella a las siete de la mañana en un restaurante a la salida de la ciudad.

—Tampoco se trata de que la diversión tenga que estar totalmente programada...

Por supuesto, pero si uno habitualmente no ejerce un cierto control sobre lo que quiere hacer a la hora de emplear su tiempo libre, acabará en manos de lo que le ofrece el ambiente a cada momento, y eso no es lo más inteligente (al menos en determinados ambientes).

Habría que alentar la creatividad de todos para que haya muchos modos de ocupar esas horas libres sin tener que recurrir a sistemas de divertirse que se acaban imponiendo simplemente porque lo hace todo el mundo y no se ofrece otra cosa. Es preciso hacer un derroche de imaginación para buscar alternativas válidas. Hay infinitas posibilidades relacionadas con el cine, el teatro, el deporte, la lectura, o lo que sea. Se pueden organizar tertulias, viajes, fiestas, excursiones, aficionarse a tocar un instrumento musical con otros, cultivar hobbies diversos, conocer otros tipos de lugares o diversiones, etc. Pienso que hay muchas opciones interesantes, y que en cualquier caso es decisivo llevar uno mismo las riendas de su modo de emplear el tiempo libre.

La rebeldía adolescente

>> Ningún hombre conoce lo malo que es
hasta que no ha tratado de esforzarse por ser bueno.
Sólo podrás conocer la fuerza de un viento
tratando de caminar contra él,
no dejándote llevar.
C. S. Lewis

Una conversación sorprendente

Idealismo y vanidad. La fábula de Narciso

La fiebre del "no es esto"

Ante el dolor, la humillación o la desgracia

Autosuficiencia y consejo

Corregir en la familia. Las cuatro reglas

Aprender a equivocarse. El perfeccionismo

Una aclaración sobre la humildad

¿Soportarlo todo? Error de una madre

Una conversación sorprendente

Un personaje norteamericano visitaba en cierta ocasión una ciudad al norte de su país y le llamó la atención un joven a quien veía todos los días tumbado en el césped. Entabló con él una conversación que fue más o menos así:

—¿Tú no estudias?, ¿no tienes ocupación?

—¿Como cuál? —dijo el chico, entreabriendo un ojo.

—Podrías estudiar.

—¿Para qué?

—Para ingresar más adelante en la universidad.

—¿Para qué?

—Para obtener un título y poder trabajar.

—¿Para qué?

—Para poder ganar mucho dinero.

—¿Para qué?

—Pues..., para que puedas adquirir una buena casa, y muchas cosas más —contestó aquel hombre, ya un poco perplejo.

—¿Para qué?

—Para que en tu vejez disfrutes de lo que tienes y descanses.

—Pues eso es justo lo que estoy haciendo ahora: descansar.

A la gente joven no se le pueden hacer planteamientos como los que este personaje ofrecía a aquel chico. Con ideales de ese tipo es difícil dar sentido a la vida de nadie.

Y el caso es que a veces, con nuestros cortos ideales, podemos darles bastante motivo para pensar así. Y se une a que la etapa adolescente facilita un cierto aire desmitificador, como de persona que cree que ya lo ha visto y probado casi todo —y casi siempre con

cierta decepción—, y no encuentran sentido a casi nada. Algo parecido a lo que queda caricaturizado en esta anécdota.

Pueden pasar por una fase en la que parece como si para ellos lo importante fuera sólo lo inmediato, y no se atreven a creer en nada más, porque tienen miedo a decepcionarse luego. Prefieren creer en poco y esperar en nada, porque así se sienten más seguros.

Cuando veamos que les sucede algo de esto, hay que procurar darles ánimos y respaldar su confianza en sí mismos. Decirles que es mejor soñar un poco aunque luego a veces uno se equivoque. Tener esperanza, aunque a veces se vea defraudada.

Apostar por algo en la vida,
sin resignarse a que todo siga
en la mediocridad.

Idealismo y vanidad. La fábula de Narciso

Cuenta la leyenda que Narciso era hijo de un río y de una ninfa. Y por lo visto era un niño muy guapo.

Narciso fue creciendo, y pronto fue un joven apuesto. Lo malo es que rechazaba el amor que le ofrecían y permanecía insensible al cariño de los demás. Sólo estaba pendiente de sí mismo. Así fueron pasando los años hasta que un día de mucho calor, después de una cacería, el muchacho se detuvo en una fuente para refrescarse. Al inclinarse para beber, Narciso vio su imagen reflejada en las aguas..., y se enamoró perdidamente de su propia figura.

Y allí se quedó Narciso, días y días, semanas y semanas, indiferente a todo lo que le rodeaba. Y allí, inmóvil como una estatua, absorto en la contemplación de su propia imagen, se dejó consumir por el hambre y la soledad hasta desvanecerse y caer sin vida sobre la hierba.

Esta vieja leyenda ha dado el nombre de narcisismo a esa ingenua vanidad de quienes ante el espejo alimentan sin cesar la admiración hacia sí mismos.

La tragedia de Narciso tiene otras formas mucho más corrientes, más a nivel de calle. Aparece como un idealismo, ingenuo y perezoso a la vez, que inunda los afanes de muchas chicas y chicos jóvenes. Están llenos de proyectos: van a ser grandes genios, egregios artistas, creadores incomparables...; y a continuación reconocen que van mal en sus estudios, que jamás leen un libro, que no saben lo que es madurar.

Piensan que están llamados a ocupar puestos preeminentes, que están destinados a ser como aquel gran empresario que se hizo a sí mismo en unos pocos años y ahora es inmensamente rico. Imaginan que triunfar en la vida es un camino sencillo, de sueño azul, glorioso, placentero y gratificante.

Van por la calle imaginando las miradas de admiración, las miradas de envidia, que sin duda le dirigen los conductores, los peatones, todos.

Y un día reciben un halago (quizá de cumplido) por algo que han hecho, y ya se ven como un nuevo Mozart o un nuevo Goya. Y en seguida creen ser un genio mundial, un superhombre. Y se comportan como piensan que corresponde a alguien así, de forma anárquica y distinta, como un hombre al que poco queda que aprender, y que vivirá con sólo sacar un poco de partido a su inmenso talento.

Pero la vida no suele ser así. Porque la realidad es terca.

Y para hacer cualquier cosa seria en la vida,
hay mucho que trabajar,
mucho que aprender,
mucho que tachar.

Han de comprender que nunca podrán crear si anteponen hoy sus sueños a la realidad. Quizá convenga recordarles aquello de Thomas Edison de que el genio se compone de un uno por ciento de inspiración y un noventa y nueve por ciento de transpiración, de sudor, de trabajo.

—Pero decías antes que era bueno que fueran personas con ideales altos...

Sí, pero tan importante como tener grandes proyectos e ideales es aprender a traducirlos en una lucha ordinaria de la dura realidad de cada jornada, porque hay demasiado idealista que se ha dejado ganar terreno por los halagos de la vanidad o la simpleza.

La vanidad lleva a creerse algo distinto a lo que uno realmente es. El vanidoso piensa que hace maravillas y se siente herido si los demás no lo valoran. El hechizo de la vanidad los problematiza y sufren tremendamente.

—¿Y qué remedios propones?

El mejor remedio es un poco de realismo:

para unos, será comprender que los genios suelen ser inteligencias trabajadas por un estudio profundo;

para otros, abrir un poco los ojos y descubrir las cualidades de los demás, que es una excelente forma de aprender;

para los que pasan horas ante el espejo y aún así no están seguros de que les guste lo que reflejan, ser menos puntillosos en cuanto a su aspecto físico;

para todos, rechazar el engañoso halago de la adulación (propia o ajena), y comprender que el objetivo de la vida no puede ser algo tan pasajero como la opinión ajena o el brillo de los aplausos.

Los personajes famosos, esos que saborean las mieles de la gloria, cuando son un poco sensatos —y sinceros— reconocen que sólo con esas satisfacciones no se puede llenar una vida. Que vale más un poco de cariño que todos los aplausos del mundo. Que, a

veces, han logrado todos esos aplausos pero, en esa lucha, han perdido el cariño de los suyos, y están tristes.

Hay que aspirar a ser buena persona y a ser coherente con uno mismo. También se puede desear que los demás lo crean así, y lo valoren. Pero esto último ya es más difícil y, sobre todo, menos importante. Muchas veces hay que contentarse —y no es poco, es lo principal— con estar satisfecho con uno mismo. El aplauso que importa y que de verdad satisface es el que proviene de nuestro interior, de la conciencia de la obra bien hecha.

La fiebre del "no es esto"

Cuenta la tradición que, en cierta ocasión, un bandido llamado Angulimal fue a matar a Buda. Y Buda le dijo: "Antes de matarme, ayúdame a cumplir un último deseo: corta, por favor, una rama de ese árbol."

Angulimal le miró con asombro, pero resolvió concederle aquel extraño último deseo, y de un tajo hizo lo que Buda le había pedido.

Pero luego Buda añadió: "Ahora, por favor, vuelve a pegar la rama al árbol, para que siga floreciendo."

"Debes estar loco —contestó Angulimal— si piensas que eso es posible."

"Al contrario —repuso Buda—, el loco eres tú, que piensas que eres poderoso porque puedes herir, matar y destruir. Eso es cosa fácil, de niños. El verdaderamente poderoso es el que sabe crear y curar."

Para destruir, para arrasar, para gritar de forma estéril, para estar diciendo siempre que todo esta mal, que no es esto...; para todo eso no hace falta arte, ni ciencia, ni esfuerzo, ni cualidades.

—De todas formas, siempre he preferido la rebeldía al conformismo burgués, porque pienso que no estar satisfecho del mundo en el que se vive y querer cambiarlo es algo digno de alabanza.

Yo también, pero la rebeldía, que es necesaria, debe reunir ciertas condiciones, y quizá la primera sea saber contra qué nos rebelamos.

—Contra el mal, contra la injusticia, contra la mediocridad...

Bien. Pero empezando por el mal, la injusticia y la mediocridad que haya en uno mismo. No podemos ser como esos rebeldes de pacotilla que ni estudian, ni dan ni golpe, ni pueden ponerse a nadie como ejemplo de nada. Lo suyo más que rebeldía son ganas de incordiar.

La historia está llena de ejemplos de rebeldes que cuando llegaron al poder se volvieron burgueses. Y de rebeldes que, al fracasar, se convirtieron en resentidos que sólo sabían hacer crítica destructiva.

Es muy fácil decir que algo está mal
y que hay que cambiarlo.
Lo difícil —y lo que hace falta—
es aportar ideas positivas
y conseguir cambiarlo realmente.

Ante el dolor, la humillación o la desgracia

La adversidad y el dolor se presentan en la vida de todos. Es una realidad sencilla y patente ante la que caben reacciones muy diversas.

Unos se crispan, maldicen y patalean. Otros se refugian en la melancolía, pero la melancolía es como una mano engañosa que se tiende hacia nosotros y que nunca logramos alcanzar: es pasajera, volátil, fugitiva.

La adversidad y el dolor no deben verse como cosas tan terribles. La mayoría de los pensadores que han afrontado seriamente el problema dicen que con ellos viene una enseñanza siempre útil para nuestra vida; que cuando se saben recibir pueden transformarse en algo positivo.

Los golpes de la adversidad
son amargos,
pero nunca estériles.

Los padres deben dar ejemplo de serenidad frente a los reveses de la vida, de mantener la alegría, de esos valores que se manifiestan cuando, frente a un golpe de destino, lo sabemos aceptar. En la adversidad suele descubrirse al genio, en la prosperidad se oculta, afirmaba Horacio.

La alegría es una muestra de que va bien todo el entramado de virtudes de una persona. Es como un síntoma claro de que una vida está bien construida, que posee resortes — como decía Cervantes— para echar las penas fuera del alma y ser feliz.

El dolor y la adversidad constituyen todo un espectro de contrastes en las personas. Unos, con muy poco, se desesperan. Otros, con mucho más, se crecen. El problema no está en que esas adversidades o esos dolores sean muchos o pocos, sino en la riqueza espiritual de las personas que los sufren, en su categoría personal y en el modo en que los asumen. Por eso ha llegado a decirse que la valía de las personas suele ir en función inversa a las facilidades que han tenido en sus vidas.

Autosuficiencia y consejo

Cuentan que en un puente estrecho, de aquellos típicos que se encontraban hace unos siglos como colgados entre las dos orillas de un torrente, se paró en cierta ocasión un mulo, afirmándose con terquedad en el sitio.

Intentaron arrastrarlo por la cabeza, empujarle, e incluso molerle a palos las costillas, pero no había modo de hacerle avanzar. A uno y otro extremo del puente la gente esperaba con impaciencia.

Hasta que llegó uno que parecía entender de mulos, se acercó, agarró al mulo por el rabo y tiró de él hacia atrás. Al sentir que le querían hacer retroceder, el animal salió como una flecha hacia adelante, dejando el paso libre.

Hay personas que son como aquel mulo: el mismo espíritu de contradicción. Parece que están esperando a saber de qué se habla para decir que ellos piensan lo contrario. Su norma principal es decir y hacer lo opuesto a lo que se diga o se haga.

Para educar a esas personas, quizá lo mejor sería contratar los servicios de un experto en testarudos, como ése de la anécdota, para que les diga en cada momento lo contrario de lo que de ellos se quiera conseguir.

Es triste ser tercos como aquel mulo, o tan autosuficientes que nunca sepamos aceptar un consejo. Todos necesitamos de alguien que nos ayude y nos comprenda; de alguien, al menos, con quien poder desahogarnos alguna vez.

Desahogarse un poco
y pedir ayuda
a quien nos la puede prestar
es ya un paso importante.

Primero, porque significa que ya nos hemos dado cuenta de que necesitamos esa ayuda.

Después, porque al explicar las cosas a otra persona, suelen adquirir más objetividad y entonces ya las comprendemos mejor. Además, el mero hecho de contarle produce ya un gran desahogo.

Y por último, porque seguro que nos pueden ayudar mucho con algún buen consejo.

—Algunos dicen que quienes piden consejo para todo van como a remolque de los demás, que son gente de poca personalidad.

Pedir consejo no implica seguirlo siempre, ni descargar en quien nos aconseja la responsabilidad de la decisión. No quita que sigamos siendo los autores y supremos responsables de nuestras vidas. El consejo hay que tomarlo de quien nos merezca confianza, y luego decidir por nuestra cuenta.

Como el niño que aprende a nadar o a montar en bicicleta, poco a poco debe ir soltándose de quien le enseña, para poder aprender. Luego, sin que le estén sujetando, seguirá recibiendo consejos para mejorar su estilo. Pero tan equivocado sería sostenerle

indefinidamente como dejarle caer mil veces mientras no logra aprender la técnica del equilibrio.

Es muy duro para cualquiera no tener a nadie que le sepa dar un consejo oportuno en los momentos de dificultad. Les sucede a veces a las personas mayores, y sucede con más frecuencia a los niños. Muchos no tienen ningún amigo de su edad ni ningún adulto a quien abrir su corazón, nadie en quien confiar.

Pero más aún sufren aquellos que sí tienen en quien confiar, pero no quieren hacerlo porque son demasiado orgullosos y se empeñan en rumiar pesadamente en soledad lo que seguramente se arreglaría con facilidad en una sencilla conversación de padre a hijo, o de hermanos, o de amigos.

Siempre contribuirá en gran medida a la paz y la alegría en la familia que todos se preocupen por ayudar.

Pero a veces resultará más importante
que aprendamos a dejarnos ayudar,
a escuchar esa voz amiga
que tiene la lealtad de darnos un buen consejo.

Son muchos los que recuerdan con emoción uno de esos encuentros providenciales con un consejo que determinó el cambio de rumbo de una vida.

Corregir en la familia. Las cuatro reglas

El adolescente tiende por naturaleza a enjuiciarlo todo, tiene una considerable visión crítica de lo que le rodea.

—Eso no tiene por qué ser malo. Puede ser muy positivo.

Por supuesto. Pero para que lo sea realmente, para que esa crítica sea positiva, habría que establecer una especie de reglas del juego. Podríamos intentar resumirlas en cuatro:

Primera. Para que alguien tenga derecho a corregir, tiene primero que ser persona que esté capacitada para reconocer lo bueno de los demás, y que sea capaz también de decirlo: que no corrija quien no sepa elogiar de vez en cuando.

Porque si una persona no reconoce nunca lo que su hijo o su mujer o su marido hacen bien —y seguro que harán cosas bien, probablemente más que las que hacen mal—, ¿con qué derecho podrá luego corregirles cuando fallen? El que nada positivo encuentra en los demás, tiene que replantear su vida desde los cimientos: algo en él no va bien, tiene una ceguera que le inhabilita para corregir.

Segunda. Ha de corregirse por cariño. Tiene que ser la crítica del amigo, no la del enemigo. Y para eso, tiene que ser serena y ponderada, sin precipitaciones y sin apasionamiento. Tiene que ser cuidadosa, con el mismo primor con que se cura una herida, sin ironías ni sarcasmos, con esperanza de verdadera mejoría.

Tercera. Tampoco debe darse la corrección sin antes hacer examen sobre la propia culpabilidad en lo que se va a corregir. Cuando algo marcha mal en la familia, casi nunca nadie puede decir que está libre de culpa.

Además, cuando uno se siente corresponsable de un error, corrige de forma distinta. Porque corrige desde dentro, comenzando por el reconocimiento de la propia culpa. Y el corregido lo entenderá mucho mejor, porque empezamos por compartir su error con el nuestro, y no lo verá como una agresión desde fuera sino como una ayuda desde dentro.

—Bueno, estás poniéndolo difícil...

Es que la crítica destructiva es tan fácil como difícil es la constructiva.

Resulta muy eficaz que en la familia haya fluidez en la corrección, que se puedan decir unos a otros las cosas con normalidad. Que los agravios o los enfados no se queden dentro de los corazones, porque ahí se pudren.

—Te falta la cuarta regla.

Cuarta. Es una regla múltiple, inspirada en las que señala López Caballero. Se refiere a la forma de llevar a cabo la corrección:

ha de ser cara a cara, pues no hay nada más sucio que la murmuración o la denuncia anónima del que tira la piedra y esconde la mano;

a la persona interesada y en privado; si no, suele ser contraproducente;

sin comparar con otras personas: nada de “aprende de tu primo, que saca tan buenas notas”, o “del vecino de arriba que es tan educado...”;

con mucha prudencia antes de juzgar las intenciones: hay que presuponer buena voluntad;

no hablar de lo que no se ha comprobado bien, pues de lo contrario, juzgamos con una frivolidad que espanta; corregir sobre rumores, suposiciones o sospechas, supone hacer méritos para ser injusto: recuerda aquello de que el bien debe ser supuesto, el mal debe ser probado, y eso otro de oír la otra campana, y saber quién es el campanero...;

específica y concreta, no generalizadora; sabiendo centrarse en el tema, sin exageraciones, sin superlativos, sin abusar de palabras como siempre, nunca...;

hay que hablar de una o dos cosas cada vez, porque si acumulamos una larga lista, parecerá una enmienda a la totalidad más que un deseo de ayudar;

sin reiterarlas demasiado: hay que dar tiempo para mejorar..., y además, la excesiva machaconería se vuelve también contraproducente;

hay que saber elegir el momento para corregir o aconsejar, que ha de ser cuanto antes, pero esperando a estar —los dos— tranquilos para hablar y tranquilos para escuchar: si uno está aún nervioso o afectado por un enfado, quizá sea mejor esperar un poco más, porque de lo contrario probablemente se estropeen más las cosas en vez de arreglarse;

y poniéndose antes en su lugar, haciéndose cargo de sus circunstancias, procurando — como dice el refrán— calzar un mes sus zapatos antes de juzgar.

Actuando así, se corrige de modo distinto. Incluso veremos que muchas veces es mejor callarnos: hay quien dijo que si pudiéramos leer la historia secreta de nuestros enemigos, hallaríamos en sus vidas penas y sufrimientos suficientes como para desarmar toda nuestra hostilidad.

Aprender a equivocarse. El perfeccionismo

Todos hemos conocido chicos y chicas pequeños que acaban siendo personas raras por culpa de una especie de terror a hacerlo mal.

Ese chico, o esa chica, a lo mejor no quiere jugar al fútbol o al baloncesto en el colegio, porque dice —y no es para tanto— que no juega bien. O jamás sale voluntariamente a la pizarra, porque le aterra la posibilidad de no saber contestar perfectamente. O no quiere participar de un juego que no conoce, porque no quiere arriesgarse a ser el perdedor hasta que haya conseguido dominar bien todas sus reglas.

Los perfeccionistas son personas que tienen cosas muy positivas: creen en el trabajo bien hecho, procuran terminar bien las cosas, ponen ilusión en cuidar los detalles.

Pero tienen también bastantes negativas: viven tensos, sufren mucho cuando ven que no siempre pueden llegar a la suma perfección que tanto anhelan, su minuciosidad les hace ser lentos, y con frecuencia son demasiado exigentes con quienes no son tan perfeccionistas como ellos.

Una de las cosas más difíciles de aprender es a equivocarse. No me refiero al hecho en sí de fallar, de cometer un error, que eso es muy fácil. Hablo de equivocarse y no venirse abajo, de saber reconocer un error sin sentirse terriblemente humillado. Que no nos suceda como a Guille, el hermanito de Mafalda, aquella vez que su hermana lo encontró llorando desconsoladamente:

—¿Qué te pasa, Guille?

—Me duelen los pies —responde entre pucheros.

Mafalda se fija en los pies del crío y le explica:

—Claro, Guille, te has puesto los zapatos cambiados de pie, al revés.

Guille, tras un instante para comprobar el hecho indiscutible, comienza a berrear más fuerte. Mafalda le interrumpe:

—¿Y ahora?

—¡Ahora me duele mi orgullo!

Los fracasos son algo connatural al hombre, le siguen como la sombra al cuerpo. Todos nos equivocamos, y normalmente más de lo que creemos. Por eso, cuando los perfeccionistas se derrumban al comprobar que no son perfectos, demuestran con ello ser personas que cuentan poco con la realidad.

Debemos aprender a darnos cuenta de que no es una tragedia equivocarse, puesto que la calidad humana no está en no fallar, sino en saber reponerse de esos errores.

—¿Y no crees que tenemos algo de culpa a veces los padres?

Se equivocan los padres que crían a sus hijos con estilos perfeccionistas. Quizá educan a su hijo para que jamás suspenda o jamás rompa un plato, cuando más bien deberían educarle para que se esmere en ser un buen estudiante y procure que no se le caiga el plato, y —sobre todo— para que sepa sacar fuerza de cada error y sea capaz de volver a estudiar con ilusión o de recoger los pedazos del plato roto.

Porque errores los cometemos todos. La diferencia es que unos sacan de ellos enseñanza para el futuro y humildad, mientras que otros sólo obtienen amargura y pesimismo. Conviene educar a los chicos de modo que tengan capacidad de superar los tropiezos con deportividad.

Da pena ver a personas inteligentes venirse abajo y abandonar una carrera o una oposición al primer suspenso; a chicos o chicas jóvenes que fracasan en su primer noviazgo y maldicen contra toda la humanidad; a otros que no pueden soportar un pequeño batacazo en su brillante carrera triunfadora en la amistad, o en lo afectivo, o en lo profesional, y se hunden miserablemente. El mayor de los fracasos suele ser dejar de hacer las cosas por miedo a fracasar.

Una aclaración sobre la humildad

Son muchas las personas —explicaba con gracia C. S. Lewis— que piensan que humildad equivale a mujeres bonitas tratando de creer que son feas, o personas inteligentes tratando de creer que son tontas.

Y como consecuencia de este malentendido se pasan la vida intentando creerse algo manifiestamente absurdo y, gracias a eso, jamás logran ganar en humildad.

No debe confundirse la humildad
con algo tan simple y ridículo
como tener una mala opinión
acerca de los propios talentos.

La humildad nada tiene que ver con una absurda simulación de falta de cualidades.

—Pues es un error bastante extendido.

Ya lo creo, y durante siglos se han alzado contra él muchas voces sensatas que venían a recordar cómo la humildad no puede violentar la verdad, y que la sinceridad y la humildad son dos formas de designar una realidad única. La humildad no está en exaltarse ni en infravalorarse, sino que va unida a la verdad y a la naturalidad.

Quizá, para aclarar conceptos, podemos dejar claro primero lo que no es humildad:

No se logra la humildad en la familia humillando a los demás (así, suele conseguirse habitualmente lo contrario).

Ni regateando los legítimos y prudentes elogios a las buenas acciones de los hijos o del cónyuge, con la excusa de evitar que se envanezcan.

Tampoco conviene a la humildad la continua comparación con otras personas, puesto que a una persona no le viene la justa medida por su relación con otras, sino, ante todo, por lo que de natural debiera ser.

Ni consiste tampoco en echarse encima toneladas de basura. Porque, además, esas personas autoculpastas no suelen creerse lo que dicen. Se pasan la vida diciendo que tienen muy mala memoria, que son un desastre, que no dan una a derechas...; pero suelen decirlo de modo genérico, y no les gusta que sea otro quien lo dé a entender, y menos si se desciende a lo concreto: cuando van conduciendo, por ejemplo, la culpa será siempre de otro conductor, del coche, o de la carretera, o de que le han distraído; y en el deporte, resultará que le han dado mal el balón, o que el terreno no estaban bien; etc.

Tampoco es humildad esa triste y victimista actitud de quien dice "es que soy así" y se abandona a sus propios defectos sin molestarse en luchar por mejorar. Eso puede ser comodonería o inconstancia, pero nunca humildad.

¿Soportarlo todo? Error de una madre

«Es una cosa que ha ido empeorando en casa de día en día desde hace ya tiempo —se lamentaba con amargura una chica de diecisiete años.

»Antes, mi madre tenía más autoridad, pero ahora está como arrinconada y apenas le obedece nadie en nada de lo que dice.

»La casa se ha convertido en una especie de pensión donde la gente sólo aparece para comer, dormir y pedir dinero. Cada uno vive a su aire, es frecuente que llegemos tarde a casa sin avisar, y es raro el día que no discutimos.

»Mis dos hermanos pequeños han perdido el respeto a mi madre. Le llevan siempre la contraria, y alguna vez, en medio de esos enfados, han llegado a insultarla. Me duele ver

cómo la tratan, pero no me atrevo a decirles nada, porque la verdad es que tengo que reconocer que yo a veces también he actuado bastante mal y no estoy en condiciones de echarles en cara nada.

»Mi padre está siempre fuera, desde que cambió de trabajo, y cuando llega a casa no está para nada. Además, como tiene un genio fatal, mi madre prefiere no decirle nada de los disgustos que le damos, y hace bien, porque creo que sería casi peor.

»Ella sufre mucho y soporta todo con una paciencia y una humildad admirables.»

—Pues creo que es un error consentir esas actitudes a los hijos.

Por supuesto, pero estando ya consolidadas, no es nada fácil reconducirlas. Tendría que servir este ejemplo como experiencia para plantear bien las cosas desde el principio, porque la actitud de esa madre ni es paciencia ni es humildad, como pensaba su hija. No puede ser virtud dejarse avasallar de esa manera. En la familia, como en todos sitios, hay que empezar por exigir que a uno le traten con respeto, y eso no es orgullo ni vanidad.

Hay veces en que a una persona le toca sufrir un drama familiar muy doloroso, y a lo mejor casi lo único que puede hacer es soportarlo todo pacientemente. Pero lo normal es que todos tengamos que dejar las cosas claras todas las veces que haga falta hasta conseguir que se nos respete.

Quien insulta, sobre todo si es con frecuencia, se descalifica a sí mismo. Y quien lo soporta habitualmente con gesto de víctima puede ser admirable o heroico, pero a veces resulta que es, más bien, simplemente un poco tonto o un poco tonta.

Hay que poner la energía precisa
para defender los propios derechos,
y esto es compatible con la humildad.

Habrà que buscar una solución concreta a cada caso, pero raramente la postura ideal será soportarlo todo y callarse eternamente.