

# 24 consideraciones

*de las que no hablan los profesores*



**José Eugenio Borao Mateo**

Edición del autor  
Taipei, 23 de mayo de 2010  
© José Eugenio Borao Mateo (texto y dibujos)

#### **Nota del autor a la edición en castellano:**

La presente colección de ensayos, tal como se explica en el prefacio, sirvió en su momento (otoño de 2007) para provocar comentarios, adversos o favorables, e inspirar ideas a mis alumnos de español con las que pudieran enfrentarse a la clase de composición. Así pues, el contenido de estas páginas ha de entenderse en este contexto de estudiantes taiwaneses, que, como todos los orientales del área confuciana, valoran mucho el esfuerzo y el trabajo, pero a su vez les cuesta desarrollar la creatividad y el pensamiento independiente en la articulación de ideas.

Este libro se publicó en chino el 23 de mayo de 2010, tirándose 3.000 ejemplares. Por eso, esta edición fotocopiada que tienes en las manos fue impresa ese mismo día con la única finalidad de facilitar el acceso al contenido del texto chino para aquellos que por algún motivo –como el de la familiaridad con el autor— quieran saber lo que éste cuenta. Es importante señalar que quien pueda hacer una mirada atenta y comparativa de este original en castellano y la versión china encontrará sin duda diferencias, no sólo por la dificultad en la traducción, sino por el trabajo de los editores ajustando los títulos, párrafos, expresiones e ideas para que, en su opinión comercial, den una mayor acogida al libro entre el público taiwanés.

Quisiera señalar, por último, que el orden del presente índice no se corresponde a la secuencia original, a veces marcada por las efemérides del momento; por el contrario los ensayos han sido reagrupados en función de cinco categorías seleccionadas *a posteriori* para dar al libro una cierta uniformidad. *JEB*

# Índice

|  |    |
|--|----|
| Prefacio   | 5  |
| <br>   |    |
| I. AUTOMEJORA  | 7  |
| 1. Ser es más importante que tener.  | 9  |
| 2. Aprender a inducir motivaciones   | 11 |
| 3. La importancia de la actitud estudiando una lengua                                | 13 |
| 4. Hacer una tesis no se aprende, se enseña.   | 15 |
| 5. Saber motivarse para hacer deporte.   | 17 |
| 6. Es importante tomar experiencia de lo que se hace en cada momento.                | 19 |
| <br>   |    |
| II. VALORES MORALES  | 21 |
| 7. Cuando comemos no estamos solos.  | 23 |
| 8. A veces es más fácil ganar dinero que administrarlo bien.                         | 25 |
| 9. El sueño por el estrellato es una actitud de riesgo.                              | 27 |
| 10. El Año Nuevo invita a mirar al futuro, pero también se ha de mirar<br>al pasado. | 29 |
| 11. Tener valores y creencias es muy humano.   | 31 |
| <br>   |    |
| III. CONTROL DE EMOCIONES  | 33 |
| 12. Saber perder cara y aprender a reírse de uno mismo.                              | 35 |
| 13. Podemos resolver problemas haciendo buen uso de las<br>emociones.                | 37 |
| 14. Sin disciplina es imposible saber administrarse bien el tiempo.                  | 39 |
| 15. No hay que ceder a las presiones, sino entenderlas y saber<br>responderlas.      | 41 |

|  |    |
|--|----|
| IV. SOBRE CÓMO COMUNICARSE   | 43 |
| 16. Lo mejor para comunicarse bien es tener ideas claras.                    | 45 |
| 17. Hacer amigos es fácil, lo difícil es mantenerlos.                        | 47 |
| 18. Contra la violencia de género, educación de virtudes.                    | 49 |
| <br>   |    |
| V. REDES SOCIALES  | 51 |
| 19. Conocer la ciudad de uno es muy asequible, pero difícilmente ocurre.     | 53 |
| 20. Los elementos de una celebración se cumplen muy bien en la Navidad.      | 55 |
| 21. Los cambios familiares influyen en la celebración del Año Nuevo Chino.   | 57 |
| 22. Hay que valorar el trabajo de médicos, enfermeras y cuidadores.          | 59 |
| 23. En los desastres siempre se puede hacer algo.                            | 61 |
| 24. Las elecciones y la prensa libre son la mejor forma de control político. | 63 |
| <br>   |    |
| Perfil de autor  | 65 |

# Prefacio

El origen de estos ensayos tuvo lugar en mi clase de Español Avanzado durante el primer semestre del curso 2007-2008. Mi objetivo era en primer lugar desarrollar la composición de los alumnos motivándoles a escribir semanalmente discutiendo sobre un tema. Para ello creé un blog en el que el domingo salía un nuevo artículo en español, el lunes siguiente lo comentábamos en clase, y los alumnos tenían una semana para responder al texto. Unos repondían los primeros días, pero a los otros el texto les parecía difícil y había que ayudarles; por eso el miércoles o jueves de esa semana se les facilitaba una traducción del texto para entender mejor su contenido. Las traducciones las hacía con gran entusiasmo una de las mejores alumnas, Sara Pan.

Por otro lado se trataba de que los alumnos respondieran con un poco de creatividad y espíritu crítico, por eso el contenido tenía que ser fácil de entender, familiar para el lector y dentro de su ámbito de intereses. Los temas se fueron sucediendo hasta el mes de diciembre, de modo que al final del semestre me encontré con 16 artículos traducidos a la espera de hacer algo con ellos. La ocasión se presentó un año después cuando se los ofrecí a la sección de juventud (少年) del *Guoyu ribao* (國語日報), que tuvo la amabilidad de publicar un artículo cada dos semanas en una serie cuyo título era 《鮑教授的 24 堂課》, es decir, “24 lecciones del Prof. Bao” (nota: Bao=Borao). Como es de suponer, este título me obligó a escribir 8 artículos más, que Sara también tradujo con el mismo entusiasmo, aunque hacía dos años que se había graduado.

Justo el mismo día en que salió publicado el primer ensayo, me sorprendió gratamente el recibir un email de la editorial Linking (聯經) de Taipei interesándose en publicarlos en forma de libro. Tuvimos una reunión para hablar de ello, y ellos mismos me sugirieron títulos para los 8 temas restantes, que acepté por su interés; finalmente la editorial propuso como título del libro: 《老師沒講的 24 件事》 (literalmente: *24 asuntos de los que no hablan los profesores*). Durante el año en que fueron saliendo los artículos en el *Guoyu ribao* (2009-2010) también tuve otras satisfacciones, como el conocer a gente que los leía y los discutía con otros, en blogs, en familia o en la escuela. Ésta es pues la historia de la gestación del libro que tienes en tus manos. He de añadir por último que meses después de la publicación por Linking, la editorial China Youth Press (中國青年出版社) de Beijing, adquirió los derechos para editar el librito en la China continental, saliendo publicado en la primavera de 2011.

Estas páginas son en su mayor parte fruto de mi reflexión sobre las actitudes y maneras de ser de mis alumnos de español en NTU, a los que he venido observando a lo largo de 20 años. Dichas observaciones a veces son superficiales, pero a veces no, ya que el trato de un profesor de segundas lenguas extranjeras con sus alumnos puede ser duradero ya que la relación académica puede prolongarse 2, 3 o más años y además tiene lugar en un contexto en el que se da interacción; es decir, los alumnos escriben y hablan sobre sí mismos, hacen representaciones breves, manifiestan sus intereses y ambiciones, etc. Por consiguiente, es fácil conocerles bien, apreciarles, crear con algunos una relación duradera, e incluso aprender de ellos. Por eso, en algunas de las descripciones y comentarios algunos de mis antiguos alumnos podrán fácilmente reconocerse.

Las ideas que circulan a lo largo del libro se escribieron de manera sencilla para facilitar su comprensión. A veces, estas ideas parecerán obviedades, pero es cierto que en alguna ocasión cosas muy básicas pueden echarse en falta en la vida de personas adultas. Una idea que de un modo u otro se repite es la de que “lo mejor es enemigo de lo bueno”, es decir hay que tener grandes aspiraciones, pero a la vez un sentido realista de las cosas que nos permita alcanzar metas posibles. También hay algo de pensamiento estóico, en el sentido de que las dificultades no son sólo para soportarlas pacientemente, sino para buscar después caminos alternativos de solución de los problemas. También se repite la idea de la importancia de saber “contemplar” las cosas, algo que choca con nuestro mundo más interesado por lo “excitante” y lo “instantáneo”. Cualquiera podrá también encontrar ideas asimilables al espíritu confuciano de respeto, moderación, orden, etc., pero sin que ello suponga una negación de la creatividad e independencia. Otra idea es que el dinero, por supuesto, ayuda a obtener la felicidad, pero no es la felicidad; ésta se encuentra más en la familia, la amistad, la salud, la aceptación por un grupo, la práctica de virtudes, como la solidaridad y la generosidad, y en la fidelidad a los propios valores.

Quisiera decir, para acabar, que las ideas de estas páginas se proponen al lector para que las considere y evalúe solo, o las discuta con amigos, y saque sus propias conclusiones. Normalmente son cosas de las que los profesores no hablan en las clases, o sólo a veces las discuten con sus tutorandos, pero aun así para muchos serán relevantes, al menos eso espero. La gente joven, que tiene menos cosas que conservar, sin duda tiene más libertad para plantearse problemas. Desearía, pues, que estas simples páginas sirvieran a estos jóvenes lectores para ejercer esa libertad y decidir qué virtudes y valores deben hacer arraigar en sus vidas.

José Eugenio Borao Mateo, Taipei, 23 de mayo de 2010.

# I

# Automejora





## 1. Ser es más importante que tener.

Cuando llegan los exámenes se altera la vida de un estudiante. El estudiante perezoso se da cuenta de que el tiempo ha ido pasando y apenas ha abierto los libros y se pone ansioso y nervioso. Por el contrario, el estudiante regular y previsor está más sereno ante esa situación pues la ha venido preparando desde hacía tiempo. A todo el mundo le parece importante obtener buenas notas en los exámenes, porque son el reconocimiento a un trabajo y una fuente de prestigio entre los compañeros. Pero, ¿son



esas razones suficientes para movernos a estudiar o trabajar? ¿Por qué realmente estudiamos, o trabajamos?

Un estudiante de primera enseñanza no se hace estas preguntas, y si se las hiciera las respondería de forma sencilla, poniendo a sus padres como razón última de sus esfuerzos. Ellos le han dicho que debe estudiar, sacar buenas notas, y, en lo posible, estar entre los mejores de la clase. Además le dan facilidades para que así sea, le acompañan a la escuela, le libran de trabajos domésticos (como llevar la basura a la calle), o le matriculan en academias de repaso, todo a cambio de buenas notas. Un estudiante de segunda enseñanza pensará que además las buenas notas le abren el acceso a una buena universidad. Pero cuando uno ya está en la universidad, de la categoría que sea, descubre que estudiar allí no es garantía de obtener un buen empleo. Ve que unas clases le gustan y otras no. En muchas ocasiones los padres están lejos, y goza de gran libertad para asistir o no a clase, por lo que más de una vez puede preguntarse: yo, ¿para qué estudio?; yo, ¿por qué estudio?

Lo primero es fácil de responder, estudiamos para obtener cosas. Hay gente que tiene muy claro lo que quiere ser y hacer en la vida, y estudia para alcanzar esa meta. Pero la mayor parte de la gente no sabe qué es lo que quiere. Por eso,

los motivos de su trabajo son más genéricos. Por ejemplo, uno estudia para obtener un título que le facilite obtener un trabajo, y le abra cómodamente las puertas a las otras etapas de la vida: casarse, adquirir una hipoteca para comprar una casa, formar una familia y poder descansar tranquilamente en la vejez.

Por el contrario, la segunda pregunta aunque parece igual a la primera (y a veces lo es), en realidad no se refiere a aspectos prácticos de la vida, sino a otros más idealistas, pero igualmente importantes, aunque normalmente no nos preguntamos por ellos. Por ejemplo, uno puede estudiar, no sólo para pasar un examen, sino además para saber cosas. Uno puede estudiar una lengua para viajar, o para tener un futuro profesional, pero también puede hacerlo para conocer la lengua de un país y a través de ella su cultura. Uno puede trabajar más pensando sólo en acumular dinero, o en que podrá mejorar las condiciones materiales de su familia.

Uno puede trabajar buscando premios, reconocimientos y prestigio, o buscando ocasiones en que pueda ofrecer un servicio, grande o pequeño, a la sociedad, aunque no reciba premios. Uno puede coger un trabajo adicional pensando que podrá llevar más dinero a su casa, pero otra persona preferirá renunciar a esa oportunidad pensando que es mejor pasar más tiempo en casa con la familia. Algunos pensarán que es mejor ganar más dinero para poder pagar la atención de una persona mayor, y otros preferirán ser ellos quienes compartan esa atención. Otros tendrán tanto dinero que estarán preocupados gran parte de su tiempo pensando en cómo conservarlo y aumentarlo, mientras que muchos otros tendrán el suficiente para vivir, y quizás tengan la cabeza más libre para otras cosas, y no estén preocupándose por si la bolsa sube o baja.

En resumen, hay gente que cuando te conoce quiere saber de ti principalmente ¿cuánto tienes, cuánto ganas?, mientras que otros lo que quieren saber de ti es ¿cómo eres, qué haces? Pero ¿son muy diferentes estas preguntas? Yo creo que sí. No sólo porque lo que se tiene (sueldo, ahorros, casas, coches, etc.) pueda perderse inesperadamente, sino porque el ser de una persona (virtudes, cualidades, desprendimiento en el uso de dinero, su relación con los demás, su actitud ante la enfermedad, etc.) es algo más permanente, ya sea en tiempos favorables o en otros de adversidad. No es de extrañar que la literatura siempre haya tratado mejor al vagabundo que al avaro. Por eso si ante la pregunta de “tú, ¿para qué trabajas?” se hubiera que elegir sólo una respuesta, la de “tener más dinero”, o la de “ser mejor persona”, pienso que la elección no debería ofrecer lugar a dudas.

## 2. Aprender a inducir motivaciones.

La motivación es una palabra que tiene el significado de mover, y de sentirse atraído por algo. Es decir, es lo que a uno le mueve a hacer o conseguir algo. Es diferente a la aptitud y a la actitud, aunque está relacionada con ellas. Hay cosas para las que no hace falta motivación, por ejemplo, dormir, comer, ganar dinero, ligar, curiosear o ir a ver una película. Para éstas no suele hacer falta un esfuerzo especial, porque estamos motivados instintivamente. Pero para el estudio, o cualquier tarea intelectual, sí que hace falta una motivación especial, pues eso exige esfuerzo, y los resultados no son inmediatos, ni siempre adquieren la forma de pasión. ¿Qué es, pues, lo que nos puede motivar?



A veces se oye a profesores o padres quejándose de los alumnos o de los hijos, diciendo que éstos no tienen motivación. Otras veces una persona confiesa de sí misma no estar motivada y que no sabe qué hacer. La falta de motivación puede ser un tipo de enfermedad, que se llama abulia, o desgan. Pero una persona joven no suele ser abúlica, suele ser perezosa, sencillamente porque está cansada. Cuando una persona joven está cansada no es porque haga muchas cosas, sino lo normal es porque no hace nada. Uno se levanta tarde, se pasa el día viendo la televisión, llega tarde a clase, y cuando quiere hacer algo de provecho se engancha a internet por la noche. Con lo cual, duerme poco, se vuelve a levantar tarde y el ciclo se repite sin saber cómo salir de él. Los días pasan, y los exámenes se acercan. Entonces uno se pone a trabajar, pero no por motivación sino por miedo.

La gente se motiva por dos razones, una es cuando ve que una cosa lleva a otra, es decir, que te sumerges en un itinerario que te conduce a alguna parte, y de ti depende el continuar o no. La segunda razón es parecida a la anterior. Consiste en que de repente descubrimos que hay cosas que nos atraen y queremos saber o experimentar más. El hombre siente una atracción innata por el bien, la verdad y la belleza. El conocimiento de lo primero nos da la satisfacción

de respetar a los demás y de sentirnos respetados. La relación con la verdad nos mueve a investigar cosas, a observar relaciones, a encontrar nuevas ideas o soluciones a un mismo problema, a ver qué es lo que funciona y lo que no funciona en una situación concreta, a intentar conciliar opiniones opuestas, etc. Y cuando experimentamos algún logro, por ejemplo, que un amigo nos agradece un consejo que le hemos dado, entonces nuestra motivación por comprender y leer sobre este tipo de problemas crece más. Es cierto, que a veces hay problemas de difícil solución, o incluso sin solución, y entonces mucha gente llega a decir que la verdad de las cosas es relativa, o incluso que no existe. Pero, ¿tienen razón o es simplemente una abdicación en la búsqueda de la verdad? Finalmente, la belleza también nos motiva, y más aún porque ésta puede tomar muchas formas, a veces cambiantes, y sin embargo tienen su belleza oculta, que nos lleva a disfrutarla o a comunicarla a los amigos.

Vayamos a un terreno más práctico. ¿Qué hacer cuando no nos sentimos motivados por algo que pensamos debemos hacer? En primer lugar considerar si somos capaces o no de hacerlo, ya que si está lejos del alcance de nuestras aptitudes, es mejor abandonarlo y cambiar a otra cosa. Pero si ése no es el problema, creo que conviene pensar que cualquier cosa es interesante y merece la pena dedicarse a ella. Además si empezamos a hacerla nos empezará a gustar y a medida que nos guste volveremos a ella con más interés. La mayor parte de la gente no suele hacer aquel trabajo que, cuando era estudiante, pensaba que haría de mayor. Y, sin embargo, si esta gente acepta su trabajo, le acaba gustando. La vida nos lleva por caminos inesperados a los que debemos adaptarnos. El mejor modo para adaptarse es descubrir aquellas pequeñas cosas que más nos gustan de nuestra tarea, hacerlas lo mejor posible, aunque nadie nos lo agradezca; hacerlas también con la mayor precisión posible y acabarlas con elegancia, aunque nadie la aprecie. Al menos nosotros nos deleitaremos viendo en ellas su bien, su verdad y su belleza.

### 3. La importancia de la actitud estudiando una lengua

No es lo mismo aptitud que actitud. Lo normal es que una persona inteligente aprenda bien una lengua, pero a veces hay gente muy lista que le cuesta mucho aprenderla. Puede haber razones objetivas, por ejemplo, que no cante bien y quizás por eso pronuncie mal. Por el contrario también se da el caso de que hay gente que habla muy bien una lengua extranjera y nunca ha salido de su país. Es difícil que una persona tenga a la vez buena aptitud y buena actitud, pero si Aladino pudiera darte sólo uno de estos dones, ¿cuál le pedirías?



Conviene no confundir la actitud con el "estudio machaca", es decir, el que se basa en un esfuerzo a presión; por ejemplo, abusando de la memorización. Las personas que han conseguido aprender una lengua han disfrutado estudiándola. Quizás, porque han experimentado lo que es perder el miedo a hablar con un extranjero, o el superar la vergüenza por equivocarse. Otros, han disfrutado porque han visto cómo había un progreso que podían medir mes a mes, algo así como perder peso, o mirar la cartilla del banco.

Yo conocí en un congreso de Hispanistas en Japón a una profesora rusa de Almati que hablaba correctamente el castellano, y ése era el primer viaje que hacía fuera de su país. Su secreto, según ella, era el de haber tenido unas cintas y algunos libros. Sin duda, era verdad, pero creo que esa profesora había tenido además una "voluntad de hierro", es decir, interés, constancia y disfrute por el estudio de la lengua. También para ella el español habría sido una ventana abierta al mundo en un país cerrado como era la antigua URSS.

Ciertamente los materiales son importantes, pero no es lo más relevante. Recuerdo que hace años fui a Pekin a hacer un trabajo de investigación en algunas bibliotecas, y aproveché la ocasión para visitar el Departamento de

Español de Beita. Entonces no había casi nada. Ahora habrá cambiado mucho. Pero recuerdo que tenían una máquina antigua de escribir, unos estantes con pocos libros, y un magnetófono con algunas cintas desordenadas en un aula. Sin embargo, los alumnos con los que hablé se manejaban bien en español.

Es cierto que hay gente con más facilidad que otra, y que, en general, a las chicas se les dan mejor las lenguas que a los chicos. Pero, en cualquier caso, es importante fijarse mucho. Recuerdo que uno de los primeros alumnos que tuve en la Universidad Nacional de Taiwan, y que tiene ahora un español excelente, leía muy despacio los textos, breves o cortos, fijándose bien en las palabras. También, mi madre decía que mi abuela escribía muy bien, sin faltas de ortografía, porque cuando leía el periódico se fijaba mucho en las palabras. Y, digo yo, que además de las palabras también podemos fijarnos en frases y en "modos de decir".

Hay mucha gente que dice que lo mejor para aprender es hacerlo de forma natural, como la de un niño, que aprende sin darse cuenta, utilizando las frases que oye, etc. Pienso que eso es verdad, pero tratándose de estudiantes adultos, una buena preparación gramatical, sin abusar, es también muy importante. De hecho, hay niños que aprenden mal, o tarde, y si al final aprenden a desarrollar su comunicación es porque van a guarderías y luego a la escuela, en donde se pasan ocho horas cada día hablando, leyendo, oyendo, cantando, etc. Pero ese es un tiempo que no dispone un adulto. Por último, hay gente que va a estudiar español a España y cuando vuelve está desanimada, pues su español apenas ha progresado. Quizás sólo se ha relacionado con estudiantes de su propio país, o ha vivido aislada en un apartamento, o ha tenido pocas amistades.

Aunque no me puedo poner como modelo de estudiante de chino, recuerdo que cuando lo estudiaba lo mejor era hacer los ejercicios que te mandaban, copiar un texto, leer en voz alta, etc. Los profesores decían que por cada dos horas de clase, había que dedicar al menos dos horas al estudio personal. Sí, aceptemos esta verdad casi de perogrullo: es más importante la actitud del alumno al estudiar, que la capacidad del profesor al enseñar. O como decía un profesor de Fu-jen, el más emérito del departamento, "el español no se enseña, se aprende".

#### 4. Hacer una tesis no se aprende, se enseña.

Es una verdadera responsabilidad la de los profesores el enseñar a pensar; es decir, promover el pensamiento crítico, o analítico. Hay dos modos de trabajar analíticamente en clase: el oral y el escrito, a través de la conversación y el debate, o a través de un trabajo. Lo primero es difícil en las clases de lengua extranjera, por la falta de dominio de la misma, pero no imposible. Otro modo de fomentar el pensamiento crítico es a través de un trabajo de unos cuantos folios. A veces los profesores no lo piden, bien porque dudan de su eficacia, pensando que antes de empezar a discutir sobre las cosas hay que



conocerlas bien, o porque se piensa que el alumno utilizará la técnica del “corta y pega”. Otras veces la razón por la que no se hacen trabajos es porque exige esfuerzo al profesor, pues tiene que corregir, y evaluar algo subjetivo; y porque a veces las clases son muy numerosas.

Entonces la solución más conveniente es el examen. Pero, podría ser que en algunas asignaturas más deliberativas el profesor esté privando al alumno de que dé lo mejor de sí mismo. Esto me hace recordar ahora que cuando estaba en mi último año de carrera tuve una conversación con un arquitecto joven que me recitó de memoria una frase del escritor Gibran Khalil Gibran, y que me ha servido muchas veces de inspiración: “El maestro que camina a la sombra del templo rodeado de sus discípulos, nada da su sabiduría, sino, más bien, de su fe y de su afecto. Si él es sabio de verdad, no os pedirá que entréis en la casa de su sabiduría, sino que os guiará hasta el umbral de vuestro propio conocimiento”.

Pienso que en los departamentos de las facultades humanísticas los alumnos deberían hacer tres o cuatro trabajos cada año (no cuatro en toda la carrera). Al principio pueden ser trabajos de síntesis en los que se presente un tema después de haber hecho varias lecturas. En los últimos años de carrera habría que hacer una presentación más elaborada, consultando libros (citándolos en notas a pie de página), y utilizando un método sencillo de contraste de ideas para llegar tal vez a una conclusión crítica. Donde es más fácil desarrollar la



crítica es en los ensayos. Allí no es necesario utilizar métodos complejos de investigación. Se empieza leyendo e interiorizando lo leído; luego comparándolo con cosas que ya sabemos, para pasar a hacernos una pregunta interesante. Será más interesante cuanto más sentido universal tenga; es decir, que pueda interesar a cualquier persona, de cualquier parte, en cualquier época. Naturalmente esto es difícil de hacerlo, pero al menos hay que intentarlo. El paso siguiente es el de buscar posibles respuestas a esa pregunta, y cuando ya se ha elegido una (hipótesis), hay que hacer observaciones (método) que nos permitan asegurar que eso que hemos supuesto es cierto. Así habremos llegado a una conclusión (tesis). Es difícil, pero los profesores son comprensivos en los primeros años de los estudiantes y suelen ayudar. En realidad, es más fácil de lo que parece ya que en la vida ordinaria siempre trabajamos con hipótesis: “Creo que ya habrá llegado a casa”; con un método de trabajo: “voy a llamar al teléfono fijo de su casa para ver si realmente está”; y concluimos con una tesis al ver que responde: “Hombre, Juan, veo que ya has llegado”.

Si en los últimos años de carrera uno se ha entrenado en hacer buenos ensayos, entonces podrá animarse a hacer estudios de postgrado porque seguro que disfrutará en ellos, aunque las tesis de master o doctorado sean más difíciles. Hay alumnos de master que tras obtener los créditos correspondientes nunca logran acabar sus tesis. No es que no dediquen tiempo, o no vayan a la biblioteca o no estén reflexionando. Les falta entrenamiento. A veces no saben qué pregunta quieren responder, otras no saben cómo encontrar una respuesta adecuada, y otras trabajan sin método para justificar la respuesta que creen acertada. Por eso en muchos trabajos o tesis debajo del subtítulo de “conclusión”, lo que hay es un resumen de lo que se ha dicho, o una clasificación, o una repetición de ideas conocidas expresadas de modo diferente, pero no una verdadera conclusión. Siempre me acordaré de las palabras de un antiguo profesor mío en su intervención en un tribunal de una tesis doctoral. Era el último de los cinco evaluadores, y empezó diciendo: “Después de oír al doctorando en la defensa de su tesis, y de oír los comentarios a la tesis de los otros miembros del tribunal, yo todavía me pregunto.... ¿cuál es la tesis?”.

Si un estudiante normal se gradúa de la universidad sin saber argumentar y concluir en una tesis, posiblemente la responsabilidad sea de los profesores. Pero si no es capaz de construir un simple ensayo coherente la responsabilidad posiblemente sea suya pues oportunidades las habrá tenido. Tal vez ocurrió que cuando éstas eran obligatorias, se las tomó de modo rutinario; y cuando fueron opcionales, no les dio importancia.



## 5. Saber motivarse para hacer deporte.

No es lo mismo hacer ejercicio que hacer deporte. Uno hace ejercicio para mover el cuerpo, para encontrarse bien, o por motivos de salud. Cuando la gente joven baila o los mayores practican taichi, están haciendo ejercicio, no deporte. El que hace deporte, no busca mejorar la salud, aunque ésta la adquiere de modo natural. Es una persona sana, se encuentra bien, y está en forma. Hay deportes individuales como el atletismo, en donde se persigue la superación individual. En esos deportes admiramos la elegancia, la fuerza y la voluntad del atleta. Es decir, más su técnica que su creatividad. Por otro lado, hay deportes que reflejan una lucha elegante y caballerosa en donde la labor de equipo es importante y en donde se aprende a saber ganar y a saber perder. ¿Contribuyen los dos tipos de deporte a desarrollar la personalidad de la misma manera? ¿Es uno mejor que el otro?



Si yo tuviera que recomendar un tipo u otro de deporte a una persona con aptitudes físicas normales, le recomendaría el deporte en equipo, ya que además enseña el valor de la cooperación en el esfuerzo. Esto lo vemos en el fútbol o en el baloncesto, pero también en el ciclismo o incluso en la Fórmula Uno. En éstos nos seduce la colaboración, el trabajo en equipo y la figura estelar de ese superdotado que remata brillantemente el trabajo de los demás.

Centrémonos en el fútbol, el deporte más popular del mundo, y a veces el más espectacular. Es como una partida de ajedrez, en donde podemos observar cómo la lucha ofensiva de un equipo intenta romper la defensa del contrario. Allí vemos a los centrocampistas, que analizan los movimientos del equipo de modo global realizando jugadas largas, mientras que los delanteros lo ven todo en detalle, y se concentran en jugadas cortas. Como en la pintura china, los espacios vacíos son muy relevantes, pues en un instante pueden ser el lugar en donde se fragua un gol. El rugby es bonito a veces, pero es un tipo de juego que se detiene continuamente. Por el contrario, el fútbol tiene momentos en donde el balón no para de moverse de uno a otro lado del campo, con ataques y contraataques.

Ciertamente esa belleza puede motivar a los chicos, y también a las chicas, a practicar el fútbol.

Por lo dicho, el deporte en general, y el fútbol (y el baloncesto) en particular, son actividades que pueden generar un valor social muy importante hasta el punto de que, en lugares donde se practica mucho, la vida social, laboral y política se explica utilizando metáforas tomadas del fútbol. El que practica el fútbol (o el baloncesto) está continuamente enfrentado a elecciones. Sabe que puede jugar con estilo individualista o pasar la pelota, sabe que a veces puede ceder un gol a un compañero o que debe tomar el riesgo de chutar a puerta, sabe que en ocasiones debe seguir corriendo aunque ya no pueda más, y que debe eliminar el juego sucio, y sabe que todo eso pertenece a un código no escrito llamado deportividad. Finalmente, sabe que su constante entrenamiento contribuirá a los mejores resultados del equipo. Sí, una sociedad es más sana cuanto más deporte practica.

En España los chicos siempre se reunían antes en la calle o en la escuela para correr detrás de una pelota, y ya no dejaban el fútbol en su vida. Por esto, siempre he tenido curiosidad por ver la evolución del interés de este deporte en Taiwan, como si fuera un indicador social. Lo que más me sorprendió hace años fue que en todas las escuelas de enseñanza secundaria de Taipei había en el centro un campo de fútbol, pero éste no se utilizaba nunca para jugar al fútbol. En Taida y otras universidades siempre había gente jugando al fútbol los fines de semana, pero en su mayoría eran extranjeros. En vísperas de los mundiales de fútbol el número de personas que iba a jugar crecía, pero sólo por un tiempo breve. De todos modos, en los últimos años parece que el interés ha crecido. Hay pubs en donde se puede ver en directo partidos entre el Madrid y el Barcelona, que atraen a las peñas seguidoras de esos equipos a las 3 de la madrugada. En julio de 2006 vi a mucha gente gritar enloquecida en el Estadio Deportivo de Taipei viendo la final televisada del mundial entre Francia e Italia. Y hoy, 13 de octubre de 2007, grata sorpresa, he visto en la zona deportiva de Taida unos seis partidos de fútbol jugándose al mismo tiempo. Pienso que para que la gente joven haga deporte no hay que motivarla mucho, solamente darle tiempo y oportunidad.

## **6. Es importante tomar experiencia de lo que se hace en cada momento.**

Los alumnos que están a punto de graduarse –si no tienen que ir al servicio militar— viven sus últimos meses de universidad agitados buscando trabajo. Las clases dejan de tener el interés que tenían antes y se encuentran un poco confusos. Es cuando descubren que la formación que han recibido en la universidad no tiene una clara relación con lo que se espera de ellos en la profesión. Hacen su primer *curriculum vitae* y ven que apenas pueden decir nada relevante. Descubren que es importante tener determinadas cualidades personales y actitudes hacia el trabajo en las que nunca habían pensado; y se preguntan si serán capaces o no de resolver los problemas de su trabajo. Unas preguntas que podríamos hacernos ahora son: ¿es lo mismo ser eficiente que eficaz?, ¿cuál es el valor de la experiencia?

La persona eficiente trabaja mucho y consigue sus objetivos en un tiempo razonable. Las personas eficientes suelen ser trabajadoras, metódicas y se dedican a trabajos cuya realización depende de ellos mismos, no de circunstancias externas. Por eso las personas eficientes suelen acabar bien las cosas en el tiempo previsto. Encontramos personas eficientes entre los contables, enfermeras, secretarias, trabajadores en una fábrica, etc. Una persona eficaz es más bien la que resuelve pequeños –o grandes— problemas en los que hay que poner un poco de reflexión, intuición y creatividad para encontrar la solución. Así, un médico, un farmacéutico, un vendedor, un fontanero o una persona que repara electrodomésticos, son personas a quienes si hacen bien su trabajo, les llamamos eficaces. Pero cuando cualquiera, sea eficiente o eficaz, acaba y presenta bien su trabajo decimos que es además un artista. Así, un jugador de fútbol, puede ser muy eficiente creando jugadas para su equipo, muy eficaz en su puesto de defensa (quizás porque no deja pasar a ningún delantero), o un artista si mete goles bonitos. De un torero nunca diremos que es muy eficaz o eficiente matando toros; si entusiasma al público diremos que es un artista.

La diferencia entre eficaz y eficiente es la misma que la que hay entre magnánimo y magnificente. El sufijo “-ficiente” viene de la palabra latina “facio”, hacer. Es decir, el magnánimo es la persona que es generosa con sus cosas, tiempo o dinero (especialmente dinero) ofreciéndolo para una causa justa. Pero el magnificente es la persona que dedica constantemente sus recursos (dinero, tiempo y energías) en construir o hacer algo grande e importante, y que además al final lo acaba. Cuando uno busca trabajo no le piden que sea magnánimo o magnificente, eso es cosa del jefe, pero sí se espera de esta persona que sea al menos eficiente; y, quizás más adelante, que sea eficaz. Que sea artista o no importa menos, aunque sólo los artistas son después los más apreciados. ¿Hay alguna otra cualidad importante a considerar entre la gente que trabaja? Sí, la experiencia.

La adquisición de experiencia está al alcance de todos, es una cuestión de tiempo. Las sociedades antiguas estaban regidas por la gente más experimentada, los ancianos; de hecho, la palabra senado, se refiere etimológicamente a la asamblea de los mayores. Pero así como la acumulación de dinero es objetiva, y cuanto más se ahorra más se tiene; con la edad no pasa lo mismo pues la experiencia que se acumula puede ser más valiosa o menos. Además, el pesimista utiliza su experiencia para justificar su inacción, mientras que el optimista la acumula para saber cómo afrontar un reto. Experiencia significa saber discernir entre lo bueno y lo malo, lo conveniente y lo inconveniente, lo oportuno y lo inoportuno, lo eficaz y lo ineficaz, lo útil y lo inútil, la realidad y la apariencia, la verdad y la verdad a medias. En otras palabras, la experiencia por sí misma no tiene mucho valor, es un medio que sirve para obtener mejor los fines que uno ha decidido previamente que quiere conseguir. Pero, en cualquier caso, lo que llamamos “tener mucha experiencia” es un elemento importante, muy valorado y que lleva al liderazgo entre quienes tienen los mismos fines.

Es posible que en todo ciclo profesional uno pase por ese proceso de eficiencia, eficacia, experiencia y arte. Lo importante es identificar las posibilidades de uno, y de quién aprender para dar los siguientes pasos. Pero no hay que tener prisa por darlos, hay que consolidar la experiencia, y actuar un tiempo desde ella, disfrutando de ese dominio sobre las cosas. De lo contrario, podría ser cierto el famoso Principio de Peter, que dice que “las sociedades no funcionan porque la gente siempre está en su nivel de incompetencia”. ¿Por qué es así? Porque en cuanto la gente alcanza su nivel de competencia es automáticamente promocionada al nivel siguiente, en el que vuelven a ser incompetentes.

# II

## Valores morales



## 7. Cuando comemos no estamos solos.

La educación dentro de las relaciones entre personas se manifiesta de diferentes modos. Normalmente se trata de acciones imperceptibles para los que están al lado, como exponer con serenidad los puntos de vista, soportar de modo optimista aquello que desagrada, el evitar mostrarse prepotente, refrenarse en decir cosas que puedan ofender y que son irrelevantes para la cuestión que se está tratando, evitar muletillas al hablar, reír sin estridencias, estornudar ayudado de un pañuelo, etc. De hecho, todos estos factores bien combinados dan una imagen muy atractiva de las personas. Otro factor, y no menos importante, es la elegancia al comer; asunto del que vamos a ocuparnos.



Una cosa es los diversos tipos de comida, diferentes en cada cultura, y otra el modo de comerla. No nos haremos la pregunta de qué es mejor, si los palillos o el tenedor, pues seguro que las dos cosas son igual de buenas; pero sí que podríamos preguntarnos qué es lo que tienen de común ambas cosas, y la respuesta es clara: estos dos objetos nos ayudan a no tocar la comida con las manos. En algún momento la cultura oriental se dio cuenta de esa cualidad e incorporó los palillos a su estilo de vida, por el contrario la cultura occidental tuvo que esperar al Barroco para descubrir la importancia del tenedor. La valoración de la higiene también ha modificado mucho el modo de comer, por ejemplo, utilizando servilletas o platos desechables. Así pues, hay tres elementos a considerar en las comidas, lo que se come (la nutrición), los cuidados de preparación (la higiene), y la manera de comer (los modales).

La razón por la que la comida ha ido variando es porque ha ido experimentando nuevos sabores y valores nutritivos. Si la higiene ha ido fijando nuevas pautas de conducta es porque hemos ido comprobando que su descuido puede tener un efecto negativo en la salud. ¿Pero ha habido evolución en los modales a la hora de comer? Y, si la ha habido, ¿cuáles han sido las razones para ello? Yo pienso que sí ha habido cambios, y las razones han sido tanto

estéticas, es decir, “saber estar” correctamente delante de los demás, demostrando que uno es una persona educada, así como la creciente valoración del respeto a los demás. Vamos a verlo.

El comer es una actividad fisiológica y por tanto muy natural, pero cuando su fisiología es demasiado evidente puede llegar a ser desagradable, especialmente para quien te acompaña comiendo. Una manera de observar los modales es el modo en cómo uno trata los restos de la comida, como huesos, espinas de pescado, piel del pollo, huesos de olivas, peladuras de la fruta, etc. En la comida oriental se resuelve el problema eliminando estas cosas antes de presentarlas a la mesa, pero aún así siempre quedan restos, que se ponen fuera del plato o del cuenco. En la etiqueta occidental se procura apartarlos discretamente, pero manteniéndolos dentro del plato. La globalización no sólo ha unificado las comidas, sino que cada vez más ha unificado el lenguaje de los modales. Así, salvo claras excepciones culturales como en países del Sudeste Asiático, procuramos no tocar la comida con la mano.

Voy a hacer ahora tres consideraciones con las que creo que será fácil estar de acuerdo. Primero, el acceso a la comida ha de hacerse sin espectáculo. Así, la situación de alguien mordisqueando una salchicha pinchada en un tenedor, como si estuviera tomando un helado, tiene algo de repelente. Segundo, ha de evitarse que la boca sea un escenario de acción. A veces notamos esto en personas que mastican abriendo y cerrando la boca, o que hablan con la boca llena de comida, o que muestran los labios grasientos. Tercero, hay que evitar los ruidos durante la comida. Normalmente proceden de aspiraciones, por ejemplo, al sorber la sopa, o al beber la leche, o al apurar los últimos granos de arroz de un cuenco. Lo peor es cuando, después de la comida se escuchan eruptos, esos ruidos sonoros por los que —normalmente los hombres— manifiestan su satisfacción por la comida ingerida. De hecho, es tan importante la etiqueta que instituciones como el Ministerio de Asuntos Exteriores de cada país, y en Taiwan ocurre lo mismo, editan manuales de etiqueta para uso de los diplomáticos.

Ciertamente la evolución y unificación de las normas de etiqueta se debe a una sensibilidad cada vez más común, basada en un respeto hacia los demás. De ahí ese clásico refrán español que dice: “En la mesa y en el juego se conoce al caballero”. Pero si debemos respetar a los demás también uno debe saber respetarse a sí mismo. Es decir que estando solo no se debería hacer aquello que no se haría estando en presencia de los demás. Dicho de otro modo, que uno debe prepararse un té de la misma manera que se lo prepararía a otra persona.



## **8. A veces es más fácil ganar dinero que administrarlo bien.**

Ganar dinero y administrarlo bien es una parte muy importante de las culturas, y de la cultura china en particular. De pequeño se reciben sobres rojos, y gran parte de las conversaciones se refieren a conocer el precio de las cosas y compararlo con los servicios que ofrecen. Pero, ¿para qué queremos el dinero? Ésta es una pregunta que parece fácil de responder cuando se tiene poco dinero, y difícil de responder cuando se tiene mucho, pero aún así en los dos casos es difícil dar una buena respuesta, pues ésta no depende de la cantidad de dinero que se tiene sino de la actitud hacia él.

La relación de las personas con el dinero tiene cuatro fases: trabajar para adquirirlo, ahorrarlo, hacerlo crecer y gastarlo. Aunque esto es algo natural, no obstante hay que tratar de evitar en cada una de estas cuatro fases que el dinero se convierta en un ídolo y que el modo de conseguirlo sea una religión; de lo contrario, algo que debería traer la felicidad podría convertirse en un problema. Por ejemplo, se pueden cometer errores al elegir una profesión pensando sólo que con ella ganaremos más dinero, en vez de elegir aquella más adecuada a nuestra manera de ser. Otro error sería el de ahorrar dinero exclusivamente para uno mismo, sin querer compartirlo de ninguna manera con nadie. Otra equivocación en el manejo de dinero es la de querer hacer que crezca rápidamente a través de cálculos (bolsa, juego, lotería), o en acciones mercantiles de beneficio rápido, pero tal vez algo ilícito, o sin preocuparse por los consumidores. Este afán puede llevar, a veces, a que si no crece como esperamos, nos engañemos con un uso irresponsable de las tarjetas de crédito.

Podría parecer que estas observaciones no tienen importancia para la gente joven, sino que son más bien para la gente mayor, pero no es así, pues la actitud hacia el dinero, el modo de consumir y la valoración de las cosas, es algo que se enseña y se aprende principalmente en la familia, institución compuesta tanto por adultos, como por niños y jóvenes. Por ejemplo, si compramos impulsivamente o no, si compramos unas cosas u otras, si cambiamos rápidamente de teléfono móvil o no, si contemplamos o no la posibilidad de hacer donaciones a asociaciones caritativas o a ONGs, si sabemos fijarnos límites en los artículos de lujo, etc., son dilemas que resolveremos según la educación que hayamos recibido y los valores que hemos aceptado.

En Occidente el dinero también es muy importante, pero no siempre es lo más importante. Recuerdo una canción española de hace muchos años, que aún puede escucharse en Youtube, que decía: “Tres cosas hay en la vida, salud, dinero y amor. El que tenga estas tres cosas, que le dé gracias a Dios”. Y seguía diciendo. “El que tenga un amor, que lo cuide. La salud y la platita que no la tire”. Realmente, no se puede definir mejor con tan pocas palabras una sana filosofía de la vida basada en el equilibrio entre la salud, el dinero y el amor. Es probable que todo el mundo esté de acuerdo con esta sencilla filosofía, al menos en teoría, pues en la práctica fácilmente nos traicionamos por la fuerza seductora del dinero, y a veces por la atracción del trabajo.

El dinero o el trabajo no son un fin, sino un medio. Recuerdo a un antiguo colega que con el que trabajaba en Taipei, al que le vino la posibilidad de ocupar un puesto directivo importante en una universidad en Hualien y lo cogió sin dejar totalmente su primer trabajo. Pero, para ello tenía que volar cada semana. Un vuelo suele ser algo atractivo, pero un vuelo semanal no, y supongo que no es fácil acostumbrarse a ello. Cuando llevaba algunos meses con ese trabajo le pregunté, ¿tú trabajas para vivir, o vives para trabajar? No me contestó, sólo me dijo: “Sí, sí, entiendo lo que me dices”. Fue una lástima saber que murió de cáncer unos meses después. Y, como todo el mundo sabe, un caso como éste no es aislado.

¿Para qué queremos el dinero? La gente joven lo quiere para comprarse un ordenador, o para hacer un viaje, para vivir independientemente, o para aumentar las relaciones sociales. La gente mayor es la más proclive a cometer excesos con su trabajo o con sus posibilidades financieras, y así hay gente que coge todas las oportunidades de trabajo posibles, o que emprenden un nuevo negocio cuando quizás aún no han consolidado el que empezaron no hace mucho. Cuando al final se ha adquirido mucho dinero puede ocurrir que la única preocupación sea la de conservarlo y seguir aumentándolo mediante buenas inversiones. Si se tiene éxito, la alegría se desborda, pero también la preocupación de seguir manteniendo el nuevo dinero que va llegando. En cualquier caso, si el dinero llega a convertirse en una obsesión, puede ocurrir que al final uno piense tanto en él, que se olvide de la salud, del amor y de, como acababa la canción española, dar gracias a Dios.

## 9. El sueño por el estrellato es una actitud de riesgo.

Admiración de ídolos y sueños de estrellato son dos caras de la misma moneda. El adolescente es una persona que está descubriendo muchas cosas de la vida y por tanto a veces es inseguro, y tal vez para ocultarlo se muestra radical. Por estas razones fácilmente se sentirá atraído por imágenes o iconos relucientes, o por cantantes que dicen cosas a la vez radicales y convincentes, a los que por eso mismo se les profesará una profunda admiración, aunque seguramente efímera. Tras dedicar tiempo a conocer aspectos de la vida de sus ídolos muchas personas extrovertidas y con cualidades naturales, físicas o emocionales, podrían empezar a soñar en ser uno de ellos.

La idea de convertir una persona en un dios es tan antigua como la humanidad. La moderna cultura de la imagen ha logrado popularizar esa posibilidad y ha fabricado a lo largo del siglo XX multitud de ídolos (cantantes, actrices, deportistas, etc.) cuyo cuerpo y gestos se admiran y casi se veneran. Sin duda esto ha sido posible porque las imágenes de personas de atractivo físico y de personalidad seductora han podido reproducirse de modo masivo en revistas o en el cine. Recientemente, la multiplicación de los canales televisivos y su lucha por disputarse la audiencia, ha generado que los programas de creación de ídolos se hayan extendido, democratizando la posibilidad de convertirse en uno de ellos. Internet no ha hecho sino acercar este sueño y considerarlo más realizable.

Es muy deseable que un grupo de amigos se reúna para hacer su propia película y desarrollar sus cualidades creativas, o que otros formen una banda musical y sueñen con grabar muchos discos, también es muy positivo bailar en público en una *troupe* para pasarlo bien y hacerlo pasar bien a los demás, incluso en soñar en que el baile pueda ser tu profesión. De hecho, la mayoría de la gente se percibe a sí misma como llena de muchas cualidades, y le gusta expresarlas. Pero, intentar dar el paso hacia el estrellato, como cantante o modelo, es otra historia, mucho más seria, aunque sea muy fácil probar fortuna.

¿Qué hacer si uno se siente llamado al estrellato? La llamada, en sí, no es ni buena ni mala. Por un lado, la actividad musical, el teatro, el cine, el deporte de élite son importantes y necesarios, y, de hecho, han cambiado al mundo; por tanto, las estrellas hacen falta, nos ayudan a proyectar nuestros sueños, nos ayudan a reflexionar y sentir. Además es una profesión en la que se gana dinero, aunque pueda ser efímera. Pero, por otro lado el aspirante a estrella debe saber que el estrellato es una profesión de riesgo, tanto porque puede estimular la vanidad ciega, como por la dependencia total al mercado.

Es arriesgado apostar por el estrellato porque la lógica de las actividades relacionadas incitan la vanidad con la promesa de conseguir una fama rápida. La vanidad de alienta y el ídolo puede acabar creyéndose que está por encima del resto de las personas. Lo que más emborracha es el aplauso, y todo el mundo sabe que el borracho no es dueño de sí mismo. Quizás por eso no es extraño que la mayor parte de las estrellas aparezca en las revistas por asuntos escandalosos, que tal vez no habrían ocurrido de otro modo.

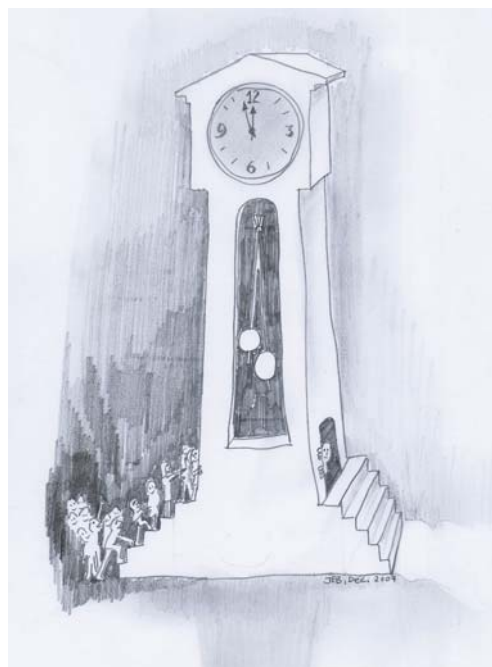
Por otro lado, aunque las estrellas sean necesarias, el camino en que éstas son reclutadas en los programas televisivos de selección e identificación de ídolos, o en los casting de películas, lleva a conseguir ídolos de diseño, de “usar y tirar”. Es el modo de hacer de este negocio. De no ser así los programas se acabarían pronto. Quien quiera ser una estrella ha de saber que será un producto de laboratorio, y que por tanto estará a merced de tus promotores, que le exigirán a veces aparcar sus valores para satisfacer el mercado. Y al final se descubre que, en la mayoría de los casos, la fama era irreal y efímera, basada en el negocio de los otros. En resumen, el peligro de las estrellas es “estrellarse”.

De hecho la tentación por el estrellato no es sólo para gente de 15 a 20 años, que quieren ser cantantes o actores de cine. O para padres que piensan que la chispeante personalidad de su hijo o de su hija tiene un futuro prometedor. Hay otras actividades diferentes pero que en el fondo reflejan también sueños de estrellato. Hay quien adora su realización personal, otros su prestigio, su fama, o su éxito material. Hay también gente a la que le gusta ser “profesor-estrella”, o “juez-estrella”, como es el caso de un conocido juez español que se preocupa más por poner bajo su jurisdicción casos mediáticos, que por resolver los que ordinariamente le llegan.

Necesitamos estrellas, y si podemos serlo debemos ser una de ellas, siempre y cuando todo ello no nos aparte de la realidad y sepamos utilizarlo convenientemente, incluso para fines nobles si es posible. Pero, como ser una estrella de verdad está al alcance de muy pocas personas, hace falta tener talento, un espíritu templado y buena suerte, lo mejor es prepararse para algo que todo el mundo sí puede lograr, y es el ser un ídolo en su propia casa; y recibir la estima y el homenaje del esposo, o de la esposa o de los hijos.

## 10. El Año Nuevo invita a mirar al futuro, pero también se ha de mirar al pasado.

Hay cosas que hacemos solos, como un examen, y otras en compañía, como cantar en un coro. Lo mismo ocurre en la experiencia del paso del tiempo. Un cumpleaños es un paso personal, pero el Año Nuevo es un paso que se hace colectivamente. En el primero caso uno es el centro de atención de amigos y familiares, y en el segundo uno se siente atraído por el misterio del tiempo, a través de alguno de sus símbolos: un reloj, una campanada, unos fuegos artificiales, o un climax multitudinario de espera.



Por eso en muchas ciudades los ayuntamientos congregan a cientos o miles de personas para experimentar ese momento especial del paso del año. La tradición en Madrid es que la gente suele tomar doce granos de uva, al compás de las campanadas que marcan la hora en el reloj de la céntrica plaza del Sol. Recientemente en Taipei se ha hecho muy popular una concentración festiva similar enfrente del ayuntamiento, y, aunque la gente que ha ido un año difícilmente vuelve el siguiente por la incomodidad y esfuerzo que ello supone, todavía son miles lo que se congregan en el centro más emblemático de Taipei para recibir el Año Nuevo siguiendo las modas de la globalización. Algo igual pasa con el Año Nuevo Chino, aunque su recepción tiene una estética más entrañable, de júbilo familiar pues cada uno toma un papel activo encendiendo una traca, manifestando así el estruendo que produce la rotura de algo: una puerta, un cajón, o un ciclo de tiempo. En este caso, quien cruza el tiempo hacia el año siguiente no es un individuo, ni una ciudad o aglomeración de personas, sino una familia particular.

El fin de año simboliza además del paso del tiempo, la fugacidad de las cosas. A veces uno espera con interés o curiosidad ese día, y, de repente descubre que ya está a 6 de enero. ¿Cómo hacer más largo el tiempo, o un día? Esta pregunta posiblemente ha estado en la mente de todos los hombres durante generaciones, sin posibilidad de dar respuesta por la objetividad del tiempo, o al menos por la objetividad del movimiento de las agujas del reloj. Unos romanos

decían con pavor y resignados: “tempus fugit” (el tiempo huye, se escapa), y otros respondían: “carpe diem” (agarra el día, aprovecha cada momento). Ciertamente una aproximación subjetiva al tiempo puede ayudarnos a alargarlo. Por ejemplo, siendo más conscientes de su transcurso, dedicando tiempos a la autoconsciencia de que existimos, como Descartes, cuando decía “pienso, luego existo”. Si uno pasa mucho tiempo absorbido en una recepción pasiva de cosas, por ejemplo, en llamadas telefónicas, en el ordenador, viendo la televisión, oyendo música, el tiempo subjetivamente le pasa más rápidamente, pero si uno lee el periódico o un libro, es decir que controla mejor lo que está absorbiendo, y puede saborear mejor la lectura, e incorporarla a su acervo cultural, de manera que pueda utilizar después esas ideas o lecturas, entonces es una persona más consciente de que vive en el tiempo, y tiene más perspectiva de su vida.

Hay quien dijo que la vida no es todo el objetivo que uno espera conseguir o poder alcanzar un día, sino lo que pasa mientras se espera la llegada de ese momento. A veces la gente desespera en los ratos de espera, pero esos momentos también pueden “ser vividos”, bien leyendo, o simplemente pensando. El poeta español Antonio Machado decía hace casi cien años en un poema que él pasaba el tiempo hablando con “ese hombre” que siempre iba con él. Al tratarse del verso de un poema, cada uno puede entenderlo como más le guste o le convenga, desde un simple soliloquio, hasta una oración. Pero lo que sí parece cierto es que los ratos de silencio son algo que la sociedad moderna no sabe administrar.

Lo más curioso es que ese momento en el que convencionalmente acaba un año y empieza otro no es cosmológicamente muy diferente al día anterior o al siguiente, incluso en cada país transcurre en horas comparativamente diferentes. Sin embargo, tiene un significado especial que nos hace mirar tanto hacia adelante como hacia atrás. Normalmente miramos hacia adelante, haciendo propósitos, y llenándonos de ilusión y de esperanza en que finalmente se realizarán nuestras aspiraciones. Y eso es muy bueno pues la esperanza es lo que más seguridad produce. Pero el Año Nuevo también debería ser un momento de mirar hacia atrás. Un momento de examen o de balance. Al menos así lo conciben las empresas cada fin de mes. Debería ser un momento de evaluación que nos llevara a realizar propósitos asequibles. Y, por supuesto, debería ser también un momento de acción de gracias, pues hasta los que se consideran más desafortunados, siempre pueden encontrar alegría en algo próximo, o que les pertenece. Pero ¿dar gracias a quién? Tal vez a los padres, a los antecesores, al cónyuge, a los amigos, o, de un modo más abstracto, a Dios o al cielo.

## **11. Tener valores y creencias es muy humano.**

En los muchos o pocos años de vida que hayamos recorrido posiblemente nos hemos hecho dos tipos de preguntas, unas profundas, difíciles de responder, y otras prácticas, quizás más fáciles. Por ejemplo, no es lo mismo preguntarse ¿cuál es el sentido de la vida?, que preguntarse, ¿cómo reaccionar ante una injusticia? Para resolver lo primero acudimos a nuestras creencias, mientras que para dar respuesta a lo segundo, recurrimos a nuestros valores. Valores y creencias son parecidos, o están relacionados, pero no son iguales. Los valores tienen una fundamentación más objetiva, mientras que éstas se fundan más en la autoridad de otras personas y en la reflexión que hacemos sobre sus palabras.

Los valores pueden ser personales o sociales, y en ambos casos ayudan a las personas o las sociedades a señalar qué cosas son importantes, deseables, apropiadas, etc. Por ejemplo, un valor que cada vez tiene más adeptos es el del cuidado del medio ambiente. Por un lado sabemos que la Tierra nos proporciona fuentes de vida y de sustento; y, por otro, hemos visto que la Tierra tiene sus límites. Esto ha creado en las últimas décadas una creciente y sana sensibilidad por mantener el equilibrio ecológico, por reciclar los desperdicios, por proteger especies de animales que podrían extinguirse, etc. Lo mismo podríamos decir de otros valores a preservar como la familia, la tolerancia, la democracia, la patria, etc.

Aunque hablar de creencias es más difícil, sin embargo todos tenemos unos principios que nos ayudan a ver una cosa con simpatía o con sospecha, o a tomar elecciones importantes, o a distinguir entre el bien y el mal, etc. Hay gente que cree sólo en sus propios deseos, o en la importancia del trabajo o del dinero, en el destino, en los espíritus, o en Dios, y ello les ayuda a elegir si deben hacer una cosa u otra. De hecho, cuando estamos muy seguros de que las cosas son de un modo y nos es difícil cambiar de opinión, pero no sabemos explicar bien las razones profundas de ello, entonces estamos ante una creencia. ¿Que importancia tienen los valores y las creencias?

Normalmente, tanto los valores como las creencias dan seguridad y estabilidad a las personas o a una cultura, y cuando se pierden o difuminan pueden aparecer momentos de crisis. No obstante, hay mucha gente que dice que no cree en nada, pero luego dice que hay cosas que se deben hacer y otras que no, o participa en ritos populares de cierto carácter religioso. Quizás se justifica

diciendo que son sólo cosas culturales o sociales. Quizás para ellos la cultura o las costumbres sociales arraigadas tienen un valor muy importante. De hecho, preocuparse por valores como la cultura, el amor, la familia, la política, el país, el planeta, etc., o por creencias relacionadas con los ancestros, el destino o la religión es, o puede ser, muy importante, pero se corre el riesgo de absolutizar unos y excluir otros.

La creencia más específica es la religión. Las religiones tratan de unir lo natural con lo sobrenatural consiguiendo dar seguridad y tranquilidad a los hombres cuando en algún momento de su vida se hacen preguntas sobre el dolor, la muerte, las relaciones con los demás, el sentido de la vida, o sobre el más allá. A veces la religión no tiene respuestas completas a esas preguntas, pero al menos ofrece más explicaciones que las que dan las ciencias. Otras veces, se acusa a la religión de ser una superstición, pero no siempre es así. Quizás la principal diferencia entre religión y superstición sea que en el primer caso se le pide a un ser supremo que te dé una ayuda, y dependerá de él si te la concede o no. En el segundo caso, es la persona la que obtiene la ayuda “controlando” la voluntad de ese ser superior, o de las fuerzas de la naturaleza, a través de una técnica, o de unas palabras mágicas, o colocando las cosas de un modo concreto. En el primer caso el ser superior está lejano, pero se recibe su benigna influencia (es lo que ocurre en las religiones cristianas), en el segundo caso está muy cerca y es urgente escapar a su influencia o al menos controlarla en beneficio propio. Por eso no es exacto decir que todas religiones son iguales.

¿Es posible vivir sin valores o sin creencias? Sí, de hecho mucha gente vive sin ellas. ¿Cómo se vive mejor con creencias o sin ellas? Es difícil responder. Cuando uno no tiene responsabilidades en la vida, probablemente es más alegre vivir sin ellas, o, como decía Dostoevsky en *Crimen y Castigo*, de un modo muy radical: “Si Dios no existe, todo está permitido”. Mucha otra gente cuando adquiere creencias encuentra un sentido a su vida. Otras personas cuando las pierden, encuentran un vacío y buscan otros sustitutos. Tal vez se les pueda aplicar aquel sarcasmo del escritor inglés Chesterton: “Lo malo de que los hombres hayan dejado de creer en Dios no es que ya no crean en nada, sino que ahora están dispuestos a creerse cualquier cosa”. ¿Llegará algún día en que la ciencia o la técnica sustituyan los valores o las creencias? De momento, no parece posible ya que las dos cosas se encuentran en categorías diferentes, pero, si eso ocurriera, el hombre se transformaría en algo parecido a los robots de las películas futuristas.



# III

## Control de las emociones



## 12. Saber perder cara y aprender a reírse de uno mismo.

Es posible que una educación basada en la competencia lleve a situaciones en las que sea difícil, o muy duro, perder. Por ejemplo, al no aprobar un examen, o al no saber actuar como la mayoría de los compañeros. Pero todo el mundo sabe que en una carrera deportiva sólo hay uno que gana, otro que es segundo, etc. La derrota es objetiva, pero la sensación de ridículo tiene mucho de subjetivo y es relativa. En una misma situación, hay personas que sienten ridículo y otras que no. Por eso tal vez sea



más fácil aceptar una derrota, que experimentar una situación de ridículo. Incluso, enseguida conocemos la personalidad de alguien al ver cómo se enfrenta a situaciones de derrota o de ridículo. Si no sabe perder o huye, la calificamos negativamente. Si esa persona felicita al vencedor y sabe reírse de sí misma, nos parece genial, y “nos cae” muy bien.

¿Qué es el ridículo? Es una sensación que nace cuando no hemos controlado bien una situación, o porque hemos mostrado ignorancia de algo conocido por todos, o porque no hemos hecho correctamente una cosa delante de los demás. De repente nos damos cuenta que todos esperaban de nosotros que la hubiéramos hecho bien, o percibimos que para los demás era muy fácil. El ridículo, o la sensación de “pasar vergüenza”, es una situación involuntaria que sigue a la acción que la ha creado. En ese momento de fracaso o de error nos gustaría desaparecer de las miradas de los demás y evaporarnos. De hecho, mucha gente dice en ese momento: “tierra, trágame”.

Pasar vergüenza es diferente a tener vergüenza. Esto es algo más bien psicológico, propio de nuestra personalidad, y que paraliza nuestro actuar por “el miedo al qué dirán”. Cuando ese miedo injustificado le posee a uno de modo muy fuerte, entonces decimos que estamos ante una persona vergonzosa. Pero, en

ocasiones, “tener vergüenza” tiene un sentido positivo, pues se trata de una virtud, el pudor, que nos detiene cuando vamos a hacer cosas que no están bien o no nos parecen apropiadas. Por eso, de la persona que no sabe controlarse en aspectos sociales o morales, que “se pasa” en su actuar como si no tuviera vergüenza, decimos que es un sinvergüenza.

Por último, el perder cara es otra situación muy parecida a las anteriores, pero que en la sociedad china presenta diferencias importantes. Aquí, una persona que ha “perdido cara” seriamente ha pasado a una situación objetiva de inferioridad. Ha descendido un peldaño en la valoración de los demás, y tiene que hacer algo para volver a subirlo, si quiere recuperar la consideración que anteriormente tenía. “Perder cara” tiene algo de objetivo ya que está relacionado con un código de comportamiento social no escrito, pero que todo el mundo conoce, aunque a veces los límites nos sean precisos.

Pienso ahora en tres preguntas. ¿Debe importarnos hacer el ridículo? ¿Debe paralizarnos el “miedo al qué diran”? ¿Debe preocuparnos perder cara? A nadie le gusta hacer el ridículo, ni que los demás se rían de él, pero hacer el ridículo no debería preocuparnos, porque, como se dijo arriba, suele ser algo involuntario. Por eso hay que aprender a salir airoso de esas situaciones con una sonrisa, o un comentario divertido. Así, enseguida, nadie se acuerda. Además si el ridículo viene causado porque no sabíamos algo, eso no debe importarnos, pues también es cierto que sabemos muchas otras cosas. Tampoco debe paralizarnos el “miedo al qué dirán”, cuando uno hace lo que piensa que debe hacer en ese momento. Pero también hay que ser realista y no ponerse ideales tan altos o metas inalcanzables que no respondan a nuestras aptitudes. ¿Qué hacer cuando hemos perdido la cara? Todo el mundo quiere recuperarla rápidamente e intenta hacerlo a través de disculpas. Pero a veces éstas son insuficientes porque nos falta coraje para admitir las cosas. Si esto es lo que ocurre, entonces hay que reconocer el error, y, si es necesario, pedir perdón.

Lo importante para ser feliz es saber que no podemos ganar siempre, ni ser los primeros, y que equivocarse es humano. Es decir, uno tiene que aceptarse como es, y debe saber reírse de sí mismo. Además, como todo el mundo sabe “hay personas a las que se puede admirar, pero no se logra amar”. Dando la vuelta a esta idea, también podríamos decir que “hay personas a las que nunca admiraremos, pero que siempre las querremos”.

### **13. Podemos resolver problemas haciendo buen uso de las emociones.**

A veces los profesores, los padres o los amigos observan el fracaso de sus estudiantes, de sus hijos o de sus compañeros cuando observan en éstos comportamientos extraños, que presentan por lo general formas de “escapismo”, como el no asistir a las clases, huir de las obligaciones, o el no continuar unas relaciones, todo ello sin aparentes motivos especiales. A veces estas situaciones degeneran en casos graves como el quedarse todo el día en casa y no relacionarse con nadie, pasando muchas horas con el ordenador. Algo diferente, pero parecido, puede verse en gente un poco más mayor que cambia súbitamente de trabajo sin especial razón, o se aísla exageradamente ante un reto que considera muy fuerte, por ejemplo, un examen importante, de manera que no atiende el teléfono durante mucho tiempo. Sin duda, esto tiene que ver con las emociones, que en sí mismo no son ni buenas, ni malas, depende de cómo se controlen y se administren.

Las emociones son algo que se experimenta normalmente en la relación con los demás: dentro de la familia, de la escuela, del círculo de amigos, en la calle, en el trabajo y en relación con personas del otro sexo. Las emociones pueden ser de amor u odio, de arrojo o miedo, de alegría o llanto, de exhibicionismo o vergüenza, de excesiva confianza o de pesimismo, etc. Pero también se refieren a la manera en que uno acepta o rechaza un comentario que le hacen sobre algo personal, o del modo en que uno se enfrenta a una elección difícil, o a la capacidad de crear un grupo de trabajo (en la escuela o en la oficina), o de organizar una fiesta, o de disipar la tensión, por ejemplo, con una sonrisa, etc. Además la gente a la que consideramos más inteligente, es decir, la que tiene más capacidad de adquirir más conocimientos, no siempre es la más creativa, o la que resuelve problemas personales, o la que tienen una mayor sensibilidad para el arte, o la que razona de modo más convincente. La combinación de las estas emociones hace que la gente sea diferente, y el que todos seamos diferentes hace que el mundo sea más interesante.

Así pues, podemos decir que además de la inteligencia que medimos con un coeficiente intelectual (IQ), también existe otra inteligencia tan importante como la anterior, pero que se relaciona con las emociones, y que algunos científicos la tratan de medir a través de un coeficiente de inteligencia emocional (EQ). Incluso hay investigadores que piensan que esas potencialidades de la inteligencia emocional se pueden entrenar y mejorar. De hecho, algunas empresas emplean estos coeficientes para tratar de mejorar las relaciones interpersonales de sus empleados. De todos modos, aunque esa potencia emocional exista como motor o freno de la acción, parece que los expertos aun no estén muy de acuerdo en su definición por la falta de valores estándar a los que poder hacer referencia.

En cualquier caso, no siempre tiene que haber emociones fuertes, pero cuando éstas aparecen y no podemos administrarlas convenientemente se pueden crear problemas, que pueden llevar bien a la “explosión” o bien a la inhibición. Si estos impulsos emocionales nos ayudan a entender rápidamente los problemas y resolverlos, entonces es perfecto. Pero, ¿qué hacer cuando las emociones nos dominan? Lo peor que podemos hacer es adoptar una actitud escapista permanente. Por el contrario, hay que considerar, en primer lugar, que uno no es una nulidad total, sino que tiene elementos positivos que los demás saben valorar. Descubrirlos da autoestima, y es lo que ayuda a dar la vuelta a las situaciones difíciles. En segundo lugar, hay que ver el lado positivo de las cosas, y no dejar que nos domine un pequeño problema. Por último, hay que saber dejarse ayudar, hablando con amigos, con hermanos, profesores, etc., y, por supuesto con los padres, aunque a veces esto parezca difícil por la distancia generacional o cultural, que pueda haber con ellos.

Naturalmente, si el caso es muy especial habrá que visitar a algún profesional que sepa reconducir la situación. Normalmente, las escuelas y las universidades tienen psicólogos preparados para ello, y a ellos hay que acudir en primer lugar, con toda naturalidad. Pero, como los problemas del temperamento y de las emociones a veces son un poco misteriosos, a veces vemos con sorpresa que funcionan soluciones “poco científicas”, como le pasó a mi sobrino Carlos que tenía durante años unos movimientos espasmódicos raros, y que se curaron de repente cuando mi madre lo llevó hace años a visitar a un sacerdote con fama de milagrero. En cualquier caso, no hay que guardarse los problemas para uno mismo, esperando a que el tiempo lo cure todo. Hay que tener la inteligencia de hablar y de dejarse ayudar.

## 14. Sin disciplina es imposible saber administrarse bien el tiempo

A veces hay que animar a la gente joven a que encuentre ocasiones de hacer deporte, de participar en clubs universitarios, de conocer la propia ciudad, de cultivar una afición o hobby, de pasar el tiempo con los amigos, etc., aunque en realidad no suele ser muy necesario, pues están naturalmente inclinados a ello, y saben poner esas cosas en su horario semanal. La cuestión es que hacer estas cosas tan importantes se puede convertir, por falta de control, en un problema muy serio llamado dispersión. Una variable de la



dispersión es el diletantismo, que puede tener lugar cuando uno desempeña un trabajo de tipo intelectual. En el fondo ambos problemas tienen una misma causa, la falta de voluntad, o mejor dicho, el tener una voluntad desordenada.

Una persona dispersa es aquella a la que todo le parece interesante, por lo que a todo eso debe dedicar una parte de su actividad. Así, esta persona participa en más de un club de la universidad; tiene varios trabajos (por ejemplo, es ayudante de un profesor, o da clases particulares, o trabaja una hora en una tienda, o hace estas tres cosas a la vez) para ganar suficiente dinero con el que hacer un buen viaje en verano. El principal problema que crea la dispersión es que lo realmente importante para un estudiante, que es estudiar (y, por supuesto, pensar y reflexionar), suele quedar para el final, porque es una tarea más difícil de hacer, pues exige concentración. Y si un día, o dos, o más no se estudia, en realidad no pasa nada, o, al menos, parece que no pasa nada. Pero este tipo de concesiones llevan a un círculo vicioso en el cual el estudio se deja para la noche, ya que “la noche es joven”, es decir, que puede alargarse lo que quieras. Además, la noche es tan larga que no empezamos por el estudio, sino por la música, y por el chat en internet. Por último, como el cuerpo necesita descansar, uno duerme apurando hasta el último minuto posible, es decir, que si vive en la universidad, no se levanta hasta quince minutos antes de que empiece la clase y se toma el desayuno mientras el profesor la empieza. Y, naturalmente, uno nunca elige

clases que empiecen a las 8 de la mañana, sino a las 10 o más tarde.

A veces “el remedio es peor que la enfermedad”, es decir que las soluciones que se buscan, en realidad agrandan el problema; por ejemplo, acumular muchas clases un día para así tener más tiempo libre en la semana. Pero, si ese es caso, en ese día uno tiene más clases que las que su cabeza puede soportar, el rendimiento no será bueno. Otras soluciones son las de evitar asignaturas difíciles, o en carreras humanísticas preferir “buscar información” a hacer “trabajos de reflexión”. Los resultados son mediocres: se empiezan muchas cosas, pero no se acaba bien ninguna; las clases dejan de tener el valor prioritario que tenían los primeros años, y el único interés que ofrece la universidad es el del diploma, y si esa persona es capaz, intenta acumular el máximo de diplomas sin un propósito claro.

La palabra diletantismo viene del latín “diligio”, que significa amar, es decir, que una persona diletante ama todo. Cree que en todo hay que poner atención intelectual. Cualquier libro contiene sabiduría, cualquier elemento de la naturaleza debe ser observado, cualquier duda ha de ser inmediatamente consultada en Google. Una persona diletante es la que se pasa horas observando fenómenos, pero sin llegar a formar conclusiones. Esta actitud es especialmente terrible cuando uno hace una tesis de master o doctorado, pues el peligro es que no la acaba nunca. Otra forma de diletantismo es la del que quiere hacer todo rápidamente, sin perder tiempo en cada etapa de la vida, sin encontrar tiempo para la reflexión o saborear lo que se está haciendo. Por ejemplo, el último año de carrera lo pasa casi exclusivamente preparando el acceso a master, y una vez que está en el master busca un trabajo para ganar experiencia, pero en realidad no se concentra nunca en lo que hace, no saborea el saber que podría estar adquiriendo.

En resumen, cuando una persona dice que no tiene tiempo, quizás lo que está diciendo es que no sabe cómo administrárselo. Posiblemente hace demasiadas cosas, y además sin orden. Esa falta de orden se puede reconocer hasta en su mesa de trabajo, en su estantería de libros y en su armario de ropa. Ante la “falta de orden” el remedio está en “la disciplina en el horario”, que empieza por irse a dormir no muy tarde y levantarse razonablemente pronto, e intentando dormir ni más ni menos de 7 u 8 horas cada día. Si no hay disciplina el horario pasa a depender de una filosofía muy elemental: se come cuando se tiene hambre, se duerme cuando se tiene sueño y se estudia sólo la noche antes de un examen.



## **15. No hay que ceder a las presiones, sino entenderlas y saber responderlas.**

Algo que la gente experimenta en cualquier edad es la presión. Normalmente la presión nos viene desde arriba, de padres, profesores, jefes, e incluso del gobierno, de la economía, o de cosas que difícilmente conocemos. A veces, nosotros mismos nos creamos la presión, bien porque nos exigimos demasiado o aceptamos todo tipo de retos que el trabajo, las relaciones, los amigos, etc., nos ofrecen. Hay gente que dice que le gusta trabajar a presión. Pero todo el mundo sabe que una presión continuada no es buena, incluso puede producir enfermedades. La presión hasta puede darse en la familia, ese ámbito de relaciones, que en principio nos relaja y nos da seguridad.

En la familia la presión suele ser vertical. Además de la presión universal de la suegras hacia las nueras, está la de los padres exigentes con los estudios de sus hijos, que esperan de ellos buenos resultados no sólo porque creen que eso abre puertas al futuro de los hijos, sino porque trae buen nombre y fama a la familia. Otra presión de los padres que puede ser agobiante es la de forzar a sus hijos a casarse, aunque éstos creen que aún no ha llegado el momento. Pero la presión también puede ser horizontal, cuando es ejercida por hermanos o cuñados. Ésta puede ser “duradera” pues uno no puede escaparse de su familia, al menos, sin gran daño de la armonía familiar. El modo de afrontar estas presiones será el de ver las cosas con perspectiva de tiempo, o el tratar de entender los motivos de los demás, o el de ver maneras de persuadir a los otros, esperando el mejor momento para hablar, o utilizando intermediarios, y siempre evitando la confrontación.

Entre las presiones horizontales se encuentran las de las presiones de grupo (peer pressure), que aunque pueden darse a todas edades y profesiones, suelen tener más impacto entre los adolescentes o entre la gente joven en general. La presión se puede referir a cosas de pequeña importancia, como seguir la moda en el vestir, o en peinarse, comprarse el último modelo de teléfono móvil, ir a estudiar en el extranjero dentro de un plan de intercambio, pasar la noche debajo de la lluvia viendo los fuegos artificiales del año nuevo, etc. Pero otras veces puede haber elementos morales involucrados, de modo que se te fuerza a realizar cosas que no quieres, porque no coinciden con tus valores. Por ejemplo, saltarse una clase, fumar, probar drogas, hacer algún acto delictivo que luego habrá que ocultar (tal vez con mentiras), o hacer cosas propias de adultos, etc.

Normalmente, esas conductas a las que se es presionado, se dirigen a procurar que actúes igual que el resto del grupo al que perteneces o al que estás próximo. La presión puede ser ejercida de muchas maneras: con gestos, con palabras, con chantajes, con amenazas de marginación o exclusión del grupo, e incluso con violencia física.

¿Qué hacer cuando uno se siente presionado, especialmente en asuntos tales como alcohol, sexo, o drogas? Lo primero congratularse, ya que si uno se siente presionado en realidad es buena señal, porque eso indica que se poseen valores que contrastan con los que se nos ofrecen. Si uno no se sintiera presionado, podría ser que le diera igual cualquier cosa que se le ofrece, es decir, que no tendría personalidad. En segundo lugar, habrá que ver si esos valores que se poseen son todavía relevantes para uno mismo o hay que modificarlos. Pero, si siguen siéndolo, entonces habrá que defenderlos y buscar caminos para reafirmarlos y darles nuevo sentido ante las situaciones nuevas que han aparecido.

En tercer lugar, no hay que tener miedo de dar a conocer cuáles son los límites de acción que uno mismo se ha impuesto. No hace falta hacer una declaración explícita, pero sí suficientemente clara. Probablemente, la reacción de los demás no sea muy favorable en un primer momento, incluso te intenten ridiculizar. Pero, lo cierto es que si razones tu posición, acabarán respetándote. La gente siempre respeta a una persona que es coherente y consistente con lo que piensa.

De todos modos si uno se encuentra en una situación de presión de grupo muy fuerte, también cabe la posibilidad de evitarla marchándose, pero eso no siempre es bueno pues lo peligroso es aislarse. Por eso, la cuarta idea es la de buscar aliados, pues es mejor afrontar los nuevos retos no estando solo. Siempre habrá alguien igual que tú, con valores compartidos, en quien encontrar apoyo. Aunque sólo sea una sola persona, su apoyo ya es muy grande. Además siempre habrá alguien experimentado a tu alrededor, con quien tengas confianza y a quien le puedas pedir consejo. Y piensa, por último, que a veces, tú podrás ser esa persona que pueda ofrecer desinteresadamente un apoyo moral a otras.

# IV

## Sobre cómo comunicarse



## **16. Lo mejor para comunicarse bien es tener ideas claras.**

La capacidad de comunicarse es algo muy valorado en las relaciones entre personas; por ejemplo, en una entrevista para obtener un trabajo. A veces admiramos a gente porque es muy comunicativa, habla mucho, se le entiende bien, es el centro de atención en una reunión, etc. Sin duda esta persona posee unas cualidades naturales, pero ¿lo explica eso todo? Por el contrario, a veces hacemos preguntas a alguien sobre algo y, tras intentar responder, esta persona te dice, “lo sé, pero no sé como explicarlo”. Eso no suele ser verdad, si realmente se sabe una cosa, se sabe explicar bien. Quizás esa persona no entiende con claridad lo que pretende decir. También suele decirse que las chicas se comunican mejor que los chicos, pues éstos son más callados e introvertidos, ¿pero es verdad? Quizás no, más bien cada uno tiene su modo de comunicarse. Independientemente de los dotes naturales, comunicarse bien es en primer lugar tener capacidad para entender lo que una persona te dice, y en segundo lugar tener ideas y querer expresarlas.

Para conseguir entender a la gente hay que saber escucharla, y hacerlo con paciencia y con interés. Cuando decimos que no es lo mismo “ver” que “mirar”, ni “oir” que “escuchar”, es porque lo primero es general, mientras que lo segundo es direccional. Por eso a veces decimos que alguien te oye, pero no te escucha. Tal vez es porque esa persona está demasiado concentrada en sus propias cosas, o no le interesa lo que le dices. A veces somos nosotros mismos los que estamos tan metidos en nuestro propio mundo, que nos cuesta prestar atención a lo que nos dicen.

Para saber expresar las propias ideas hay que hacerlo en primer lugar con una expresión bien articulada. Es por eso que decía una profesora de inglés de mi departamento que los problemas de pronunciación son problemas de estudiantes perezosos, que no hacen el esfuerzo de vocalizar bien. En segundo lugar hay que expresarse con brevedad de palabras; hay que buscar precisión en los términos que se utilizan; hay que dejar claro que –si se ha cambiado de tema— entonces se está hablando de otra persona, o cosa. Por último, hay que saber simplificar la naturaleza de los problemas, centrándose en la sustancia de

los mismos, y no en aspectos periféricos; es decir, hablando en línea recta, direccionalmente, y no en espiral. Por eso, también podemos decir que no es lo mismo “hablar” que “decir”. Esto lo experimentamos con frecuencia al ver a gente que “habla mucho”, pero “dice poco”, como en las telenovelas, que García Márquez definía como unos dramas en los que parece que inminentemente va a pasar algo muy importante, pero en realidad nunca pasa nada.

Además de “hablar” y “decir” hay un tercer paso que es “concluir”, lo cual se consigue cuando relacionamos y comparamos cosas. Esto se aprecia muy bien en los ejercicios de expresión escrita. Por ejemplo, en mis clases de composición procuro dar una noticia de la prensa de ese mismo día. La leemos en clase, la traducimos y la comentamos un poco. Luego el alumno tiene que escribir un breve ensayo sobre esa noticia. El error común es repetir lo mismo pero con otras palabras, o ser redundante, repitiendo dos o tres veces la misma idea, o hablar “en espiral”, sin dirección. Acabar esos breves ensayos es la parte más difícil. Lo normal es dar una opinión, lo difícil es llegar a una conclusión, es decir, una opinión más o menos justificada.

Supongamos que piensas que no sabes comunicarte bien y quieres mejorar. Un primer ejercicio es el de presentarte a ti mismo a alguien. Busca, pues, a alguien de confianza que te ayude, e intenta hacer tu propia presentación. En esos casos uno suele ser un poco retraído y dar poca información, pero eso bloquea la continuidad de la conversación. Hay que saber contar cosas de uno mismo, de lo que haces, de lo que te gusta, de cómo piensas, etc. Un segundo ejercicio puede ser el de describir cosas que te rodean. Las cosas (también las personas) no sólo están en un sitio, sino que también están en relación a algo. Hablar de esas relaciones es un poco más difícil, pero ofrece mucha más información de las cosas.

Si estás en la universidad, deberías saber dar opiniones más complejas y tratar de defender tus ideas frente a opiniones contrarias. En definitiva, realizar un trabajo intelectual. Un buen entrenamiento es ir a ver una película, o ir a un museo o a una exposición de arte e intentar describir y valorar lo que experimentas. Estos comentarios son un ejercicio intelectual propio de una formación general universitaria. Uno no debe ir a un museo a ver, sino a mirar y a pensar. Poco importa desconocer la vida o el estilo del pintor o escultor ante cuya obra se está delante. Eso son sólo informaciones eruditas, lo interesante es tratar de hacer juicios o valoraciones estéticas, filosóficas o morales, de lo que se tiene delante, que si se hacen con carácter universal resultan más importantes.

## 17. Hacer amigos es fácil, lo difícil es mantenerlos.

Sobre la amistad se ha escrito tanto que es imposible decir nada nuevo. Mirando la palabra en castellano vemos que empieza con las mismas letras que amor, por tanto podemos pensar que la amistad es un tipo de amor, que también tiene sus reglas. En la amistad podemos distinguir varios grados: el de simples conocidos, compañeros o colegas, y amigos. Esta última



palabra encierra además tantos matices, que para aclarar una relación particular hemos de añadir adjetivos. Así, decimos que tal persona es “un buen amigo”, “un amigo íntimo”, “un amigo de la infancia”, “mi mejor amigo” o “un amigo de verdad”. Cuando tendría yo unos dieciséis años me quedé muy sorprendido cuando mi padre, una persona muy sociable, y que siempre hablaba de sus compañeros de trabajo, me dijo: “En realidad, las personas tenemos muy pocos amigos de verdad, a lo sumo tres o cuatro”. Entonces, si realmente es tan difícil tener amigos, ¿qué es lo que caracteriza la amistad? ¿Qué diferencia la amistad de eso que llamamos “tener relaciones” o “estar bien conectado”?

Sin duda lo más claro de la amistad es que se trata de una **relación desinteresada**; es decir, que no se crea para obtener ventajas personales, sino que se basa en afinidades naturales. El amigo es la persona que nos conoce bien, que siempre está detrás del teléfono disponible para lo que haga falta. Con esa persona podemos hablar de cualquier cosa con sencillez y claridad. Por eso, las personas tímidas, vanidosas, ambiciosas o egoístas son las que menos amigos tienen, ya que se buscan a sí mismas principalmente. Como todo el mundo sabe, el “egoísmo” es la inflamación del “ego”, esa palabra que significa “yo” en latín. A su vez, el amigo es el “alter ego”, es decir, el “otro yo”, alguien que es nuestro espejo, nuestra imagen, o con quien nos complementamos de modo natural. Esa persona a la que ayudamos sin que nos lo pida, y que además se deja ayudar, porque sabe que no se le exigirá nada a cambio. Quizás por lo que se acaba de decir, la gente joven tiene más amigos que la gente mayor, pero éstos tienen con sus amigos unos lazos más reales.

En ocasiones ocurre que en un mundo competitivo, o en un mundo pequeño con muchos intereses, es difícil trazar amistad con colegas, y por eso buscamos los amigos en otras partes. Ciertamente **la amistad no tiene límites**. Uno puede tener verdaderos amigos entre los vecinos, o entre gente de un mismo lugar de origen, o de trabajo, aunque haya una diferente posición social. En el origen de la amistad suele haber una confianza, es decir, alguna vez esta persona nos ha contado cosas personales con naturalidad y hemos correspondido a esa franqueza contándole algo nuestro. Por eso a una persona introvertida, o que se preocupa mucho de su cara, le cuesta tener amigos. De todos modos, creo que es más fácil vencer la introversión y la timidez, que escapar de la vanidad y el egoísmo, pues lo primero solemos identificarlo, pero difícilmente reconocemos lo segundo.

A su vez en la amistad no puede faltar la **lealtad**. No hay nada peor que sentirse traicionado por un amigo; por ejemplo, porque éste no ha salido en tu defensa cuando, en tu ausencia, alguien hablaba mal de ti. A veces la falta de lealtad muestra que una supuesta amistad era en realidad interesada, y habiendo cambiado la situación las relaciones cesan o se muestran de forma opuesta. Así, por ejemplo, en España, cuando un político o un periodista cambia interesada e inesperadamente de partido o de opinión decimos que “ha cambiado de chaqueta”, o que es un “chaquetero”.

Como muchas otras relaciones, la amistad es frágil y por eso hay que trabajar por su estabilidad, si no la amistad fácilmente se enfría y acaba desapareciendo. Los momentos en que las relaciones de amistad sufren un reto grande son varios, por ejemplo, cuando uno abandona una escuela, o cuando uno va a estudiar al extranjero, o cuando uno se muda de ciudad, o cuando se casa, o adquiere un empleo que exige mucha dedicación. A veces, me encuentro antiguos alumnos por la calle a quienes, tras charlar un rato, les pregunto por los compañeros con quienes antes tenían buenas relaciones. Normalmente suelen dar referencias de algunos de ellos, pero a otros les han perdido la pista. Esto me hace pensar que cuando un grupo de amigos se mantiene suele ser porque hay alguien que actúa como coordinador del grupo, y es su líder natural. ¿A qué se debe eso, a unas cualidades sociales naturales, o a un esfuerzo deliberado—que quizás a esa persona le cuesta menos—por mantener contacto y relación con los viejos amigos? Seguro que las dos cosas, naturaleza afectuosa y esfuerzo, son necesarias para mantener viva una relación de amistad.



## 18. Contra la violencia de género, educación de virtudes.

El 25 de noviembre, es el Día Internacional contra la Violencia de Género, un problema éste que parece definir las sociedades modernas. La violencia humana en general y la de género en particular siempre han existido, pero hoy día hay más muertes a manos de pareja que antes y no sólo en números totales sino relativos. Esto pone de manifiesto la sorprendente contradicción del género humano que ha avanzado tanto en el progreso tecnológico, pero tan poco en su maduración moral. Es cierto que hay más sensibilidad por los derechos

humanos, por los problemas ecológicos, por la igualdad entre el hombre y la mujer, pero las estadísticas muestran que el problema de la violencia doméstica va en aumento.

La imagen más generalizada de la violencia de género es la del varón maltratando a la mujer, fruto de una educación machista. Es decir, aquella que supone al varón superior y por tanto con más derechos que las mujeres; o, la que considera que a las mujeres no hay que darles demasiados estudios y formación pues tendrán luego problemas para encontrar un buen marido. Algunos sociólogos dicen que la violencia de género antes también existía, pero que se notaba menos porque quedaba dentro del ámbito familiar, pues la mujer estaba sometida, y aceptaba las humillaciones. Todo esto es verdad, pero el problema debe ser más complicado pues en las sociedades modernas vemos que en situaciones en que las mujeres no están sometidas (al menos económicamente) la violencia sigue existiendo. Las soluciones políticas que se han ofrecido son las de fomentar la denuncia, con las consiguientes “órdenes de alejamiento” o las “prisiones temporales”, pero muchas veces más que solucionar el problema, lo han agravado, demorando su expresión más violenta al momento en que el agresor sale de la cárcel.



Lo extraño es cuando la violencia se da entre personas que se han amado durante años, que han tenido hijos fruto de ese amor, que han compartido un proyecto de vida común, en lo afectivo y en lo económico. En esos casos es más difícil explicarse cómo la situación se ha invertido a extremos tan radicales. Quizás han olvidado que al igual que hay que trabajar por conservar los amigos, también hay que trabajar por mantener el amor en el matrimonio. Otra explicación parcial podría ser el considerar que el problema no sólo sea de género, típicamente el marido contra la mujer, sino también de violencia en general alimentada por la televisión, el cine y los videojuegos. De hecho, entre las personas que sufren dicha violencia también hay hombres, que mueren a manos de sus mujeres.

Los sociólogos describirán con detallados porcentajes la situación de violencia, pero no por eso tienen mejores fórmulas para luchar contra ella. Los comentaristas de radio, los columnistas de periódico, o cualquiera que opine ofrece una solución común: educación. Pero, desde mi punto de vista, la educación que se sugiere es periférica: discursos sobre el respeto, o “feminizar” al varón, sin tener en cuenta que los hombres y las mujeres tienen aspectos psicológicos diferentes que hay que respetar y conocer para poder convivir. Creo más bien que la raíz del problema está en el orgullo y el individualismo. Una sociedad que fomenta la competición genera, por un lugar, un sentido de orgullo entre los ganadores; y en segundo lugar crea individualismo, pues cada uno ve al otro como un rival en la consecución de su triunfo final, una persona a la que no se le debe nada, y por tanto a la que se puede ignorar. La virtud opuesta al orgullo (y al resentimiento, un tipo de orgullo) es la humildad, la aceptación de que la realidad no es blanca o negra, de que el otro también puede tener razón. Y la virtud contraria al individualismo es la solidaridad, el pensar que no estamos solos, que hay gente a nuestro alrededor que merecen un respeto y una ayuda aunque no la conozcamos.

La violencia de género, como cualquier violencia, es el punto final de una situación de crisis que no se ha sabido superar. Las crisis no son repentinas, tienen un largo proceso iniciado con una violencia gestual, luego verbal, y finalmente física, que no siempre ha sido unilateral. Uno de los personajes de una famosa zarzuela española estrenada hace cien años decía en el discurso de un banquete de bodas en el que él era el padrino: “Señores, yo digo que el secreto del matrimonio es saber comprimirse”. Para él comprimirse era reprimirse, es decir, saber callar a tiempo, no provocar, y saber reconocer los errores.

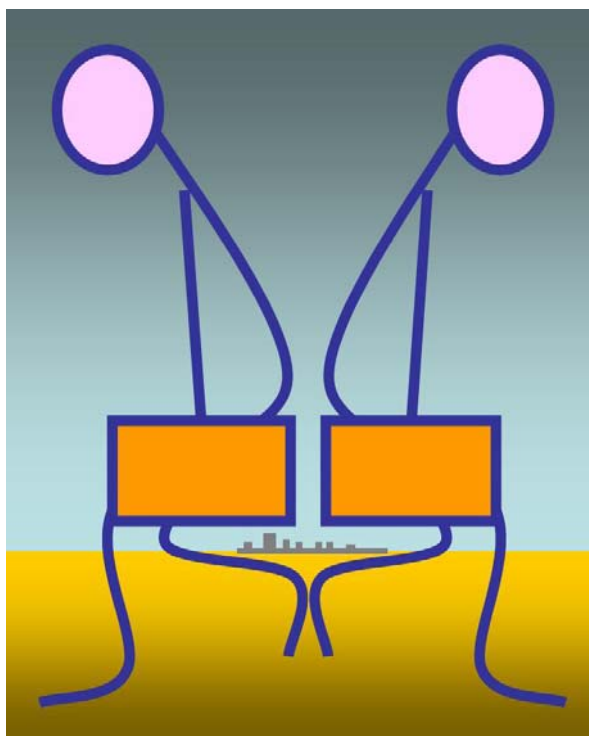
# 5

# Redes sociales



## 19. Conocer la ciudad de uno es muy asequible, pero difícilmente ocurre.

Hay gente que toda su vida ha vivido en el mismo sitio, y hay otros que por el trabajo de sus padres, o por otra razón, nacieron en un sitio y luego han vivido en muchos otros. Los primeros saben muy bien de dónde son, pero para los segundos es más difícil identificarse con un sitio. ¿Son del lugar en que nacieron, del lugar de sus padres, del pueblo en que pasaban los veranos, de la ciudad en que estudiaron, del lugar en que encontraron trabajo y permanecieron unos años? ¿De dónde es uno? Yo creo que en muchos casos la respuesta es clara: “uno es del lugar en que estudió el bachillerato”.



La personalidad es algo que se va haciendo y modificando a lo largo de la vida, pero especialmente dependerá de los hábitos y virtudes que uno haya adquirido en la niñez y en la juventud. En la niñez uno aprende elementos básicos de socialización y en la adolescencia uno descubre muchas cosas, tantas que a veces se encuentra inseguro, por no poder asimilarlas todas. Luego, cuando uno está en la universidad quiere conocer más aún, pues el mundo que uno tiene alrededor se le queda pequeño, y necesita experimentar y viajar. Hay una frase atribuida a Laoze que dice que “cuanto más lejos se va, menos se aprende”. Ciertamente eso no es verdad, pero encierra un elemento muy sugerente, y es el de la importancia de conocer lo propio antes de conocer cosas ajenas. En definitiva, de conocer bien cuáles son tus propias raíces, hasta el punto de saber explicárselas bien a alguien, lo cual no es fácil. El conocimiento de la propia ciudad es algo que “damos por hecho”, por eso nos asombra primero, y enrojece después, el ver que un extranjero sabe más cosas que nosotros sobre nuestra propia ciudad.

Cuando alguien me dice que quiere ir a estudiar al extranjero sin un motivo claro, sólo por el hecho de estar uno o dos años fuera estudiando, siempre le recomiendo que antes conozca bien su propia ciudad. Hay gente que parece que no puede vivir en el sitio en el que está. Pero, al final todos los sitios son muy parecidos. Conocer la ciudad en la que uno vive, o la ciudad “de la que uno es”, es algo que define bien a un ciudadano. Fácilmente podemos responder a un test de preguntas tales como: ¿cuáles son los restaurantes a los que podemos ir para celebrar algo importante?, ¿en dónde están las discotecas con “más marcha” de la ciudad?, o ¿dónde están los mercados de noche más populares, o los lugares comerciales más baratos?, etc. Todo eso es muy importante, y forma parte del horizonte vital de una persona. Pero, también uno puede, por ejemplo, contemplar el plano de su ciudad durante una hora para ver cómo es, y hacerse preguntas. Por ejemplo, ¿por qué las calles son de un modo y no de otro, cuál es la parte más antigua, hacia dónde crece la ciudad, cómo debía ser hace años, cuál es el distrito de negocios? Etc.

He aquí otro test. ¿Has entrado dentro de un ayuntamiento, o visitado barrios periféricos de la ciudad, o buscado sitios históricos, o subido montañas próximas, o pasado por el nacimiento o a la desembocadura del río que abastece de agua a tu ciudad? O, ¿has paseado por la ciudad a las 4 de la madrugada, o participado en la campaña electoral de un candidato municipal, u observado paso a paso cómo han levantado un edificio cerca de su casa, o cogido un autobús hasta el final de la parada para ver dónde acaba la ciudad? Todo esto son actividades que se pueden hacer con amigos, especialmente cuando no se sabe qué hacer o a dónde ir. Además las ciudades tienen espacios privados a los que uno puede acceder. Hagamos otro test. ¿Has estado en la redacción de un periódico, o visitado una galería de arte, o entrado en un templo diferente al de su propia religión, o en la oficina o despacho donde trabaja tu padre o tu madre?

Pero lo cierto es que muy poca gente se motiva por estas cosas. Quizás pensamos que nos gustaría tener tiempo para hacer todo lo que se sugiere aquí, pero nos parece que no disponemos de él, o que el fin de semana es para no hacer nada, o estar con los amigos, con la novia o con el novio cenando, etc. O quizás creemos que hacer todo eso no tiene sentido y es ridículo pues no sirve para nada, y preferimos ir a lo práctico. Y así, sin darnos cuenta la vida puede ser un “ir cada día de casa a la escuela y de la escuela a casa”.

## 20. Los elementos de una celebración se cumplen muy bien en la Navidad.

Cuando Navidad está a punto de llegar es natural pensar en el sentido de las celebraciones. Celebrar es pensar en algo de manera que nos mueva a una acción jubilosa. Celebramos aspectos relacionados con la vida, principalmente los nacimientos, las bodas y sus respectivos aniversarios. También celebramos el paso de una etapa a otra de la vida, como la graduación en la universidad, o la obtención de un buen empleo. Así pues, celebramos para recordar y para encontrar alegría; es decir, para alegrarnos con los recuerdos. Por eso no celebramos la muerte de un escritor famoso, sino que sólo la conmemoramos.



En las celebraciones inducimos la alegría primero con el descanso en el trabajo, que nos permite tener un tiempo libre dedicado a la celebración; en segundo lugar buscando la relación con otras personas, como los seres queridos o simplemente amigos o colegas. Esa relación es de comunicación ritual, y puede consistir en unas palabras que sólo se dicen esos días, un brindis, canciones, bailes, decorados especiales o, incluso, una representación teatral aunque sea de cinco minutos. Por último, está la comida, aspecto tan importante que por regla general cada celebración tiene una comida especial y abundante. Pienso que estas tres cosas han de estar en toda buena celebración.

De una manera específica los cristianos celebran la Navidad para alegrarse recordando el nacimiento de Jesucristo; y, cuando lo hacen bien, ponen en ello los tres elementos citados. En muchos países occidentales los días de Navidad son de una o dos semanas sin clase y unos días sin trabajo, especialmente el día 25 de diciembre. Estos días son ciertamente de descanso pues suelen marcar un antes y un después tanto en las clases (final de un trimestre) como en el trabajo rutinario (por ejemplo, inicio de un nuevo año fiscal). Tradicionalmente tienen un significado de comunicación familiar, tan grande como lo tiene el Año Nuevo

chino. La familia se reúne, canta villancicos, algunos participan en ceremonias religiosas, y en general hay una atmósfera de alegría en la calle y en los grandes almacenes. Hay gente que dice que la Navidad ha perdido su sentido porque está muy comercializada. Aunque eso tiene una parte de verdad, es cierto que la comunicación entre personas necesita gastar dinero, bien sea en regalos, en ropa nueva, en pasar unos días en la nieve con la familia o amigos, y, por supuesto en las comidas. Las comidas suelen ser especiales, en muchos sitios la noche de Navidad se toma pavo, o dulces especiales (como el turrón en España), o se bebe cava, etc.

La consideración de la Navidad genera una sorpresa misteriosa para cualquiera al darse cuenta de que el nacimiento de un niño judío, hace dos mil años, todavía se celebra en la mayor parte del mundo, aunque en unos lugares haya mayor referencia hacia esa persona, y en otros menos. En algunos países de raíces cristianas los tres elementos de la celebración se mantienen, pero en otros en donde el cristianismo es minoritario, o apenas ha existido, es más difícil encontrarlos. Quizás no hay un día de descanso, ni comidas especiales de celebración, pero sí existen los aspectos propios de la comunicación. Tal vez no hay belenes en la calle, o en las casas (algo más propio de la Europa meridional), pero hay árboles de Navidad, o decoraciones especiales, o la gente va vestida de Papa Noel (correspondiendo a un estilo más propio de la Europa septentrional), o se oyen villancicos en los grandes almacenes. Además la gente se desea felicidad, o se envía regalos, tarjetas, o tiene una cena especial la víspera de la Navidad. En resumen, quizás no conoce el significado original de la Navidad, pero participa inconscientemente de una atmósfera de amor, originada por el misterioso nacimiento de aquel niño judío hace dos mil años.

Algunos países han declarado un día de fiesta para las principales religiones que hay en su país, por ejemplo en Singapore. Allí todo el mundo, sea ateo o de la religión que sea, puede dedicar esos días a celebrar su propio misterio, o a descansar, o a regalarse a sí mismo. Y esto permite que las celebraciones se espacien a lo largo del año. Pero otros países han preferido eliminar fiestas y dedicar ese tiempo a trabajar. Eso responde a la lógica de la religión del trabajo, en donde, por ejemplo, si hay "puente" hay que recuperar el día de descanso. Es una religión tirana en la que se celebra poco, se descansa poco, y la comunicación y la comida son rutinarias. A sus buenos fieles se les ofrece un consuelo: si han trabajado mucho y bien, y la empresa ha ganado mucho dinero, tendrán una paga extra generosa. Pero ¿de qué sirve el dinero si no va acompañado de posibilidades especiales de descansar, comunicarte y de comer bien y en buena compañía?



## 21. Los cambios familiares influyen en la celebración del Año Nuevo Chino.

El Año Nuevo Lunar Chino está en el centro de la tradición cultural china, y por tanto también en Taiwan. Cualquier extranjero que lo experimenta enseguida piensa en la Navidad por analogía; por eso la comparación entre ambas fiestas se hace inevitable. Empecemos diciendo que, desde un punto de vista estricto, lo equivalente a la Navidad sería la fiesta que conmemora el nacimiento de Confucio, el creador de la base ética oriental en países como Japón, Corea o China. Por eso, y en buena lógica, una estudiante que tuvo al poco de llegar a Taiwan me explicó que la fiesta que íbamos a tener en la universidad una semana después de empezar las clases, el 28 de septiembre, aunque se denominara *día del maestro*, en realidad conmemoraba el nacimiento de Confucio. Por lo tanto, añadía ella, era equivalente a la Navidad cristiana, la fiesta que conmemora el nacimiento del fundador del cristianismo. En los años siguientes, siempre me parecía esa fiesta de Confucio como una fiesta mal acomodada en el calendario, pues suponía detener el esfuerzo del inicio de curso nada más empezar, aunque fuera sólo por un día. Además a continuación venía un mes de octubre repleto de fiestas: el día 10 la fiesta Nacional, el 25 la Retrocesión de Taiwan, y el 31 el nacimiento de Chiang Kai-shek. Naturalmente, nadie protestaba, no sólo porque fueran otros tiempos, sino porque una fiesta siempre agrada no sólo a los estudiantes, sino también a los profesores; y, como dice el dicho, “a nadie amarga un dulce”.

Desde un punto de vista sociológico, habría que decir que en Occidente la Navidad se caracteriza por ofrecer el calor propio del ambiente familiar, que tiene su momento culmen en la *nochebuena*, es decir en la noche del 24 de diciembre; mientras que la emoción telúrica del paso del año, tiene lugar en la *nochevieja*, la noche del 31 de diciembre. Ambos momentos coinciden en China en una única noche, la del *chu-xi*, festividad variable en función del calendario lunar. Esa noche posee una magia especial pues a las 12 de la noche todo el mundo enciende tracas, lanza cohetes, o tira petardos para saludar al nuevo año, como en la nochevieja occidental. Esa noche, así como los cinco días de vacaciones que la siguen, son de gran cohesión familiar. En esos días se visitan templos o tienen lugar algunos ritos, como el de la *apertura de negocios* en el primer día de trabajo.

Ciertamente, el Año Nuevo Chino es la fiesta familiar por excelencia, y por tanto está muy sistematizada. El primer día los padres mayores reciben a sus hijos casados, nueras y nietos. Al día siguiente reciben a su hijas casadas, yernos y nietos. En ambos casos los nietos reciben un sobre rojo con dinero. Y el resto de los días las visitas se extienden a otros familiares y amigos. Por lo dicho, estos son unos días para estar en tu casa, o en la de otros. No se sale a comprar pues todo fue comprado antes de la fiesta, y los comercios fueron limpiados a fondo y permanecen cerrados. El extranjero cree que vive en una ciudad o en un poblado fantasma de calles desiertas, pero en realidad las casas están llenas de familias comiendo, charlando, viendo la televisión, etc. El extranjero llega incluso a pensar que en Taiwan los familiares apenas se visitan durante el año, y que esperan a esta época del año para hacerlo. Pensará que es una cuestión cultural de distribución de tiempos, pero dicha idea dará paso a la perplejidad al comprobar que esa distribución de tiempos no es práctica, pues si bien no hay nadie en las calles, las autopistas están rebosantes de coches circulando lentamente.

La Navidad ha cambiado algo en Occidente. En esos días mucha gente se va a esquiar a la montaña, hace viajes al extranjero, y la conmemoración del nacimiento de Jesucristo está quedando desdibujada por la omnipresencia de Papa Noel en todos los grandes almacenes. La explicación de ello se debe tanto a la secularización de la sociedad, como a razones comerciales, al abaratamiento del transporte, a mayores facilidades turísticas, al desarrollo de la sociedad de bienestar, y, como novedad, al inicio de una crisis de la institución familiar, que en Taiwan también es patente, y que sin duda está afectando a la celebración familiar del Año Nuevo Chino. Así, cuando los jóvenes retrasan el matrimonio por no tener todavía un empleo estable, o por las razones que sean, da mucha vergüenza pasar el Año Nuevo Chino con los padres recibiendo sobre rojos, y escuchando un año más las preguntas de los visitantes acerca de cuándo te casas. O, por ejemplo, cuando los padres están divorciados, puede resultar difícil elegir la familia con la que pasar esos días; o cuando un matrimonio goza de libertad porque no tiene hijos, entonces en ese caso, a igual que en los dos anteriores, la alternativa del viaje se convierte en una opción importante a considerar.

## **22. Hay que valorar el trabajo de médicos, enfermeras y cuidadores.**

Una persona joven suele moverse rodeada de un ambiente de salud. Hace deporte, come con apetito, duerme sin problemas, planea hacer grandes cosas y tiene ambiciones. Pero, a poco que abra los ojos verá que a su alrededor hay gente que tiene limitaciones. En la calle verá ancianos que se mueven con dificultad, o tal vez tenga parientes enfermos, y hasta es posible que haya visto fallecer a alguno de ellos. Por otro lado, más de una vez esta persona joven habrá comprobado que cerca de ella hay gente de su edad con limitaciones serias, posiblemente de movimiento, bien por problemas genéticos, de nacimiento o por causa de un accidente de tráfico, o de una enfermedad. Ciertamente, la manera en que reaccionamos ante los problemas de salud o de movilidad de los demás, y cómo valoramos el trabajo de médicos, enfermeras y cuidadores es algo que nos define como personas.

Es muy interesante comprobar cómo las personas que se ponen en contacto con el dolor y sufrimiento de otras para ofrecerles una ayuda, no sólo causan felicidad en esa persona necesitada, sino que ellos mismos también se benefician de algún modo cuando ofrecen esa ayuda. Esto es algo que he vuelto a comprobar en una Clase de Servicio con alumnos de segundo año de la universidad, en la que los alumnos van a casas de pacientes tetraplégicos (gente que no puede mover ni las piernas, ni los brazos) para enseñarles el uso de ordenadores. Los pacientes con ayuda de un palillo movido con la boca pueden accionar un ratón especial y así, por ejemplo, logran comunicarse por e-mail con otras personas. Cada vez que estos alumnos prestan este servicio vuelven muy contentos, no sólo porque ven que han hecho algo relevante sino porque comprueban que las relaciones de ayuda pueden darse más allá de la familia, y descubren que en definitiva hay una única familia humana.

El lugar por excelencia en donde se ofrecen servicios de salud es en los hospitales. Un hospital es el lugar en donde normalmente nacemos y morimos, el lugar al que vamos, bien por nuestros problemas de salud, o bien para visitar a alguien al que ofrecemos consuelo en su enfermedad. Pasar un breve tiempo en hospitales, grandes o pequeños, como visitante o como paciente, observando la actitud de los médicos o enfermeras, del personal de servicio y voluntarios, de los pacientes y de sus familiares, es como asistir a una escuela de humanidad en donde se aprende mucho. Podemos pensar que la gente está allí trabajando por un sueldo, pero también lo hace porque quiere prestar un servicio, y lo quiere hacer lo mejor posible. Es cierto que a veces puede haber masificación, o el

hospital se concibe principalmente como un negocio, pero en otras ocasiones se puede apreciar a médicos verdaderamente interesados por el enfermo, que estudian su caso con interés para ofrecer el remedio más oportuno. Incluso es posible que estas observaciones pudieran llevar a alguien a pensar en dedicarse a la medicina.

De hecho ser médico no es fácil. Tienes que hacer una carrera mucho más larga que las demás, tus primeros años de trabajo los has de pasar haciendo guardias, tienes que seguir estudiando para aprender nuevas técnicas, y a veces tienes que atender a muchos enfermos en un tiempo limitado. Ser enfermera tampoco es fácil, tanto porque los horarios son también muy irregulares, con turnos de noche, como porque a veces los enfermos o sus familiares se ponen impacientes y reclaman demasiadas atenciones. A veces la escasez de médicos o de enfermeras en zonas rurales genera una presión en ellos difícil de soportar. Y este problema cada vez será mayor a medida que la población vaya envejeciendo. Lo más probable es que no seamos médicos, pero sí es posible que ante esta nueva situación sociológica los miembros de una familia tengan que hacer de enfermeras pues los pacientes crónicos donde mejor se encuentran es en su casa con sus familiares.

Pero como “hospitalizar en casa” a una persona mayor puede generar tensiones entre sus familiares, se suele buscar trabajadores extranjeros para los cuidados más intensos. En Taiwan muchos de estos vienen de Filipinas, de Indonesia o de otros países. Estas personas que pasan a formar parte de la unidad familiar deben de ser tratadas con deferencia y respeto, no sólo porque cumplen un papel importantísimo en la estabilidad familiar, sino porque la mayor parte de las veces han tenido que abandonar temporalmente su familia, su esposo e hijos, para poder ayudarles. Es decir, son personas que hacen un trabajo doble, pues sostienen dos familias a la vez. Por eso, si hemos de preocuparnos por los familiares enfermos, también hay que hacerlo por sus cuidadores, y no “mirar para otro lado” ante sus necesidades, ni tampoco obligarles a hacer trabajos adicionales para los que no han sido contratados, como llevar a los niños a la escuela, o hacer las tareas domésticas, o llevar la basura a la calle, o pedirles que ayuden en el negocio familiar.

## **23. En los desastres siempre se puede hacer algo.**

Mucha gente, incluso los más jóvenes, ha experimentado, oído o visto en la realidad o en la televisión un desastre causado por fuerzas naturales. Unas veces el desastre es muy devastador como el tsunami en las costas de Indonesia a finales del año 2004, o el trágico terremoto de Haití a principios de 2010. Otras no lo es tanto, como terremotos menores, inundaciones causadas por tifones, etc. La primera reacción que se tiene es la de impotencia y la segunda de dolor. Esta sensación golpea fuerte pues los medios de comunicación suelen ofrecer imágenes vívidas del sufrimiento de las personas. A veces son tan reales que nos hace dudar de si el fotógrafo tiene o no derecho a publicarlas. Cuando han pasado unas horas o unos días podemos preguntarnos, ¿qué puedo hacer yo para ayudar a paliar el sufrimiento de las personas? La sensación de impotencia vuelve, pues no vemos posibilidad alguna de contribuir en nada. Pero, ¿es cierto que no podemos hacer nada?

Al volver a poner la televisión, veremos al gobierno del propio país tratando de hacer algo. Si es un terremoto, preparará equipos de rescate con perros entrenados para identificar cuerpos vivos bajo escombros, etc., y todos nos alegramos cuando días después la televisión muestra que ese equipo ha logrado rescatar a dos, cinco o veinte supervivientes. Esto calma nuestra conciencia, pues, de algún modo, “ellos” también son “nosotros”. Otra posibilidad para poder ayudar nos la ofrecen algunas ONG cuando anuncian sus esfuerzos por llevar ayuda, y nos presentan modos de colaboración económica para comprar medicinas, alimentos, etc. A veces, querríamos ayudar, pero la comodidad nos lo impide. Cuesta esfuerzo ir a depositar dinero en una cuenta bancaria para esa ONG, además quizás ni la conozcamos, y dudamos de si al final nuestra ayuda llegará realmente a su destino, o, por el contrario, servirá sólo para pagar el viaje de un responsable de la ONG en visita de inspección. También puede ser que pensemos que nuestra ayuda va a ser tan pobre que no va a resolver ningún problema serio.

Algo diferente es cuando el desastre pasa cerca de nosotros, bien en el propio país, como cuando el terremoto del 21 de septiembre de 1999 en el centro de Taiwán, o en países vecinos. Si es algo que ocurre cerca de donde estamos —y dependiendo de nuestra edad, salud y disposiciones—, tal vez podamos

ofrecernos a participar en algún equipo de voluntarios que se dirija al centro del desastre, o a acudir a la llamada del gobierno a la población para hacer algo concreto por las víctimas, como facilitarles alojamiento temporal, etc. En cualquier caso, siempre nos quedamos con la sensación de que poco o nada podemos hacer, y “preferimos mirar para otro lado”. Es cierto que nunca podremos devolver la vida a los que han muerto; también parece verdad que poco podremos hacer por los que han sobrevivido acompañados de grandes secuelas físicas o morales. Aunque aquí tal vez esté más a nuestro alcance ayudar, pues si esas secuelas van a durar tiempo, y no nos olvidamos del desastre, quizás en unos años tengamos más recursos y posibilidades para ayudarles. Pero, ¿no hay, al menos, alguna lección que podamos sacar de estos desastres naturales?

Quizás podría contestarse esta pregunta a través de un refrán español que dice: “No hay mal que por bien no venga”. Pienso que esas personas, en su desgracia, nos están ofreciendo a nosotros una ayuda muy valiosa, y es la de despertar nuestras conciencias. Es decir, su desgracia puede ayudarnos a ver que a nuestro alrededor también hay gente que sin haber sufrido una calamidad semejante, sufre con la misma intensidad que si la hubiera experimentado, aunque las causas de su dolor sean otras. Tal vez son una enfermedad, un defecto de nacimiento, un accidente, una situación de desempleo, etc. Es por eso, que su situación no sale en la televisión y no le damos importancia; pero para esa gente próxima a nosotros, sí que podemos hacer algo, y tal vez mucho.

En la actualidad, es fácil encontrar programas que ofrecen un servicio a la sociedad. Por ejemplo, en las universidades hay clubs de servicio social con planes concretos de acción. Además en las escuelas los alumnos tienen que tomar créditos en “clases de servicio”. Uno puede hacer el típico servicio de barrer el pasillo del departamento, o recoger las hojas de los árboles caídas en el jardín. Estas cosas son necesarias y educativas, pero cada vez más las universidades ofrecen programas de un servicio efectivo fuera del campus. Por ejemplo, ayudando en la comunicación de familias que han “adoptado” un niño que vive en el extranjero, o yendo a centros hospitalarios, orfanatos, centros de ancianos, etc. a ofrecer regularmente una ayuda voluntaria. Si estas actividades te permiten además aprender algo mientras realizas dicho servicio, entonces pertenecen a lo que se llama “Service Learning”. Esto es algo que sí está a tu alcance, y es una buena preparación para tal vez, algún día, enfrentarte seriamente a un desastre.

## 24. Las elecciones y la prensa libre son la mejor forma de control político.

En algunos países cuando se avecinan unas elecciones la vida social se politiza mucho: hay pancartas por la calle, anuncios en los periódicos, octavillas en los buzones, entrevistas en la radio, mítines, y debates televisivos, a veces hay hasta muertos. En otros países la actividad es menor. En realidad, lo deseable es que la actividad fuera pequeña, si con ello se indicaría que no hay grandes disputas entre los ciudadanos de una nación. De hecho, muchos analistas dicen que lo ideal es que la política fuera algo tan normal que en realidad resultara aburrido. Pero, lo cierto es que las sociedades modernas son muy complejas y a veces se generan climas de opinión muy contrapuestos sobre temas muy específicos, que dividen a la población.



Cuando hay una crisis política grande, los grandes temas de disputa en unas elecciones legislativas suelen ser acerca del modelo de estado, la soberanía territorial y la seguridad. La seguridad es un término amplio que se refiere tanto a la economía, como a la convivencia étnica como a problemas derivados de la pobreza, y, por supuesto, a poder pasear tranquilamente por la calle en la noche. Efectivamente, si estos problemas no existen, o son menores, las elecciones se presentan de un modo más rutinario, y la discusión se centra en problemas de bienestar social, desarrollo económico y administración.

Pero podemos ver que si bien la democracia es un sistema al que aspira la mayor parte de los países en la actualidad, en realidad es un sistema que puede ser frágil. Aristóteles decía que hay tres modos principales de gobierno, la monarquía, o el gobierno de una sola persona; la aristocracia, o el gobierno de los altos (es decir, de los sabios), y la democracia, o el gobierno del pueblo. Añadía

que los tres podían corromperse. La corrupción de la monarquía era la tiranía, es decir, cuando el monarca gobierna sólo para sus intereses; la corrupción de la aristocracia era la oligarquía, cuando los altos no son los sabios sino los ricos, que a su vez gobiernan con la intención de querer ser aún más ricos. Finalmente la corrupción de la democracia es la demagogia, situación que se da cuando los gobernantes saben cómo controlar al pueblo en beneficio propio; por ejemplo, en vísperas de elecciones haciendo inauguraciones, o prometiendo cosas inalcanzables, pero presentándolas como reales. Este tipo de promesas siempre se dirige a grupos numerosos de votantes, como los ancianos (grupo dependiente, y cada vez más numeroso), o los jóvenes que van a votar por primera vez, y no tienen muy claro a quién van a votar.

Las democracias se caracterizan por la separación de los poderes legislativo, ejecutivo y judicial, y se corrompen cuando uno de ellos quiere interferir en los otros. Ciertamente el poder es muy peligroso. Alguien ha llegado a decir que el poder siempre corrompe y que el poder absoluto corrompe absolutamente. Esa es la razón por la que los mandatos presidenciales están limitados en muchos sitios a cuatro, seis u ocho años. Otra razón por la que puede ser fácil corromperse es porque en algunos países un candidato tiene que correr con los gastos de su campaña electoral, lo cual le crea muchas dependencias que luego tiene que satisfacer. La solución contraria de listas electorales confeccionadas por un partido tampoco es ideal, pues los elegidos se deben a su partido, que les puede imponer una férrea disciplina de voto en las votaciones, pudiéndose crear otros problemas, como que las minorías no sean respetadas.

Una persona que vota por primera vez tal vez siga el criterio de sus padres, pero poco a poco va formando su propia opinión política. Para elegir a un político de modo responsable tendrá que considerar varias ideas, y aquí se sugieren algunas. Por ejemplo, la tiranía, la oligarquía y la demagogia, aunque son conceptos antiguos pueden adaptarse fácilmente a los tiempos modernos. Un político no debe ir a la política a conseguir beneficios personales, sino a prestar un servicio. A un candidato no se le debe elegir por su curriculum académico, sino por su programa. Si ese candidato repite, habría que ver si intentó cumplir o no su programa anterior. Una opinión política, no por que sea general, tiene que ser la mejor; para formarse una opinión hay que leer el periódico con frecuencia, oír la radio y ver la televisión. Hay prensa que defiende a un partido o a otro ciegamente, mientras que otra tiene un carácter más independiente. Los periodistas independientes son los que ofrecen un mejor servicio a su país, aunque a veces su profesión sea muy arriesgada, porque son atacados por los políticos y a veces sufren amenazas. Y, por último, no hay que olvidar que si una persona no es honrada en asuntos privados, es muy difícil que lo sea en asuntos públicos.



## Perfil del autor

(Véase su fotografía en la página 35)

El profesor José Eugenio Borao Mateo es doctor en historia por la Universidad Autónoma de Barcelona. Nació en Zaragoza (España) pero vive en Taiwan desde hace veinte años, en donde enseña lengua y cultura española en el departamento de lenguas extranjeras de la Universidad Nacional de Taiwan. Como historiador su principal área de investigación ha sido la presencia española en el norte de Taiwan durante el siglo XVII, un tema del que ha publicado varios artículos y libros, siendo el más reciente *The Spanish experience in Taiwan (1626-1642). The Baroque Ending of a Renaissance Endeavour* (Hong Kong University Press, 2009), con el que recibió el premio Golden Tripod Award (金鼎獎) en 2009.

Su relación con sus alumnos de la Universidad Nacional de Taiwan, bien como profesor o tutor, le ha permitido obtener un buen entendimiento de las buenas cualidades de sus alumnos, como de las dificultades a las que éstos deben de enfrentarse; lo cual se refleja indirectamente en este libro. Todavía sigue en contacto con un buen número de sus antiguos alumnos y está orgulloso de que algunos de ellos sean ahora profesores universitarios, o diplomáticos ejerciendo su servicio en países de habla hispana.

Su interés y conocimiento de Taiwan le ha llevado a publicar algunas otras observaciones culturales en periódicos locales. Pero, además de su interés por la historia y la cultura, él se considera un artista por la colección de esculturas en hierro que ha venido realizado en Taiwan en la última década, y, de hecho, él es el ilustrador del presente cuadernillo.