

Con el Coco en el diván

Pilar Sordo y Coco Legrand

(humor y familia)



uqbar
EDITORES

Con el Coco en el diván

Con el Coco en el diván

Pilar Sordo y Coco Legrand

(humor y familia)



CON EL COCO EN EL DIVÁN

© Pilar Sordo Martínez, Alejandro González Legrand

© Uqbar Editores, 2007

Teléfono 56 2 2247239

Santiago de Chile

www.uqbareditores.cl

ISBN N° 978-956-8601-07-2

eISBN N° 978-956-9171-29-1

RPI N° 163.575

Dirección editorial: Isabel M. Buzeta Page

Corrección de texto: César Farah

Diseño portada: C. di G.

Diagramación digital: ebooks Patagonia

Foto Portada: Óscar Vergara

Queda prohibida sin la autorización escrita de los titulares del copyright, bajo las condiciones establecidas por las leyes, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la reprografía y tratamiento informático, así como la distribución de ejemplares de la misma mediante alquiler o préstamos públicos.

ÍNDICE

I. CONVERSACIÓN INTRODUCTORIA

II. A PROPÓSITO DE NUESTRAS DIFERENCIAS...

III. DIAGNÓSTICO SOCIAL

IV. A MODO DE “CONCLUSIÓN”

Antiguamente nuestros padres y abuelos decían: “La letra con sangre entra” y justificaban así tanto la severidad de su instrucción como la rectitud de la formación valórica que pretendían entregarnos. Las preguntas trascendentales del hombre en esos tiempos eran: ¿Quién soy? ¿De dónde vine? ¿A dónde voy? ¿Cuál es mi misión en la vida? ¿Ser o no ser? No como hoy en que todo parece reducirse a la mezquina interrogante: “¿Y? ... ¿cómo voy ahí?”

Vivimos otros tiempos, que duda cabe, son días de comida rápida, televisión digital, internet de banda ancha y teléfonos celulares de última tecnología, que funcionan como verdaderos controles remoto del ambiente informatizado que nos rodea.

Somos parte de los cambios todos los días. Estamos inmersos en sucesos, rodeados por comportamientos, nuevos usos y costumbres, aparentemente desprovistos de sentido entre sí, pero con un fondo común que los explica. No quiero insistir en el “determinismo tecnológico” –ya planteado en algunos de mis espectáculos– pero a estas alturas pocos podrían negar que son estos nuevos dispositivos de información y comunicación los que, además de configurar nuevas formas de conocer e interrelacionarnos, nos abren a otra mirada respecto del mundo y de nosotros mismos... Yo me he pillado digitando mi clave redbanc en el horno microondas; teniendo que llamar a mi propio celular para encontrarlo; obligado a tener un teléfono inalámbrico para recorrer la casa, buscándolo desesperado. Algo parecido sucede con el volante: adicto a la velocidad, inventando espacios para avanzar más rápido, cambiándome de pista una y otra vez para ganarle al de al lado. Cuántas veces nos juntamos con amigos en un bar y no hacemos otra cosa más que hablar por celular ¡con los que no llegaron! ¿Esclavo del *zapping* y de la sensación de resolver todo a través del *clic* en el *mouse* o en el control remoto...?

Decir que vivimos días de transformaciones es tan lugar común como “profetizar” que en esta época “el cambio es lo único permanente”. Y, sin embargo, es cierto: ante este nuevo escenario, nuestras tradicionales interpretaciones y certezas, junto con quedar jaque mate, parecieran exigir actitudes y mentalidades más flexibles, más proclives a la constante adaptación.

Durante mis treinta y seis años de trayectoria artística me han otorgado cientos de premios, de diversa índole, pero todos responden y complementan la impagable satisfacción, la alegría, el orgullo que se siente cuando uno es reconocido por lo que eligió hacer en la vida. Yo soy uno de los que disfruta de ese dulce néctar: el reconocimiento. Sin embargo, nunca en todos estos años de apasionada entrega imaginé recibir uno “por su permanente capacidad de reinención”. Fue el diario Estrategia, “el diario de negocios de Chile”, el que me premió en la categoría Emprendedor, junto a medios de comunicación, empresarios, instituciones y empresas. Así fue como me

convertí en un “Emprendedor con Estrategia”. Al principio me sentí tan honrado como divertido con ese juego de palabras y me sumergí en la búsqueda del sentido profundo de esa etiqueta.

Mentiría si les dijera que mi vida ha sido de objetivos, de perseguir metas, de plantearme desafíos. Nada más lejos de mi ferviente vocación por vivir el día a día: la cotidiana pasión arriba de un escenario, la invisible nariz de payaso puesta para desnudarles el alma y hacerlos reír. Esa ha sido mi estrategia: la fe en el humor. Cuando el mensaje está gastado, cuando el “deber ser” pierde su fuerza para transformarse en moralina vienen el tedio y la desconfianza. La risa y la distensión con contenido pueden tener un rol sanador, mejoran la salud, la convivencia entre las personas. Tan convencido estoy de esto, que me he animado a compartir con ustedes el humor y la reflexión de algunos libretos, como también, recuerdos y observaciones actuales. Todo con el fin de contribuir con nuestra sociedad, con tantas familias chilenas de hoy que lo necesitan... Porque con humor, la letra entra.

COCO LEGRAND

Seguramente les parecerá extraño escuchar o leer algo del Coco Legrand tan serio y reflexivo, pero desde que conozco a este talentoso hombre, no ha dejado de asombrarme con su capacidad de observación y de reflexión acerca de muchos temas y muy principalmente sobre la realidad en que vivimos hoy los chilenos. Nos desnuda con gracia y eso nos gusta. Por eso no sólo reímos cuando lo escuchamos, sino que también nos induce a reparar en el fondo de esas “verdades” que devela para nosotros de manera tan genial y natural.

Pareciera que eso de que “con humor, la letra entra” fuera uno de los secretos de su éxito: el gran cariño de la gente y la base que sostiene su constante aporte a nuestra convivencia. No sólo ha sido ampliamente reconocido por su público, también la Academia y los medios de comunicación han destacado su talento. Le han dicho de todo: gurú, maestro, monstruo, sociólogo del humor, barómetro de la realidad nacional... Ante tan solemne perfil, él comenta: “si yo sólo soy un ‘hueón’ que prende el ventilador y al que le cae, le cae”.

En nuestras conversaciones durante el año pude conocer de primera fuente sus inquietudes, sus temores, sus dudas... Todo expuesto en su particular humor, siempre a manera de divagación tímida, que, lentamente, toma vuelo hasta transformarse en apasionado monólogo cercano al delirio. Y fue así como nació este libro. El Coco desde su humor reflexivo y yo desde mi visión psicológica, revisamos la familia chilena, cómo la vemos, cómo ha cambiado y, por qué no decirlo, lo que nos duele y nos preocupa.

Pretendemos pasar por los temas que hoy nos inquietan, pero, por sobre todo, nos interesa fotografiar ante ustedes cómo vivimos los chilenos “puertas adentro”. Por eso este libro es “más de observaciones que de respuestas”, no hay juicios, sólo pretende mostrar la forma en que está funcionando esta sociedad nuestra y chilena en los inicios del siglo veintiuno.

PILAR SORDO

I.

CONVERSACIÓN INTRODUCTORIA

Una tarde de marzo del 2007, Pilar Sordo y Coco Legrand conversan mientras beben sus cafés.

—Ya, ya, pero todo el rato no has hecho otra cosa que hacerle el quite a la pregunta.

—¿Cuál pregunta?

—“¿En qué piensas?”

—¿Otra vez?

—¿Cómo que “otra vez”?... Si no me respondiste... pasemos a otra cosa... pero sin hacerme reír y hacer de todo una chacota, ¿bueno?

—Yo sólo soy un hocicón del pensamiento: prendo el ventilador y al que le cae, le cae.

—Creo que nos haces reír por la gracia con que lo dices, pero también la mayoría de lo que dices tiene un fundamento.

—¿La mayoría?”

—No te pongas arrogante, Coco.

—Cómo no serlo: mi signo es Leo.

—Aquí vamos de nuevo.

—Pilar, a propósito de chacota, me preocupa el que la gente no distinga entre estas tres palabras: humor, seriedad y dramatismo.

—A ver, cuéntame...

—Lo contrario al humor no es la seriedad, aclaro, lo contrario es el drama. Las palabras serio, seriedad, seriamente... ¡están tan desprestigiadas! Las asociamos a solemnidad, a catástrofe, a algo malo, negativo, perjudicial... Si tu esposa, novia, polola, amante te dice: “Tengo que hablar seriamente contigo...”, te echa a perder el día, te agarra un dolor de estómago, una diarrea galopante, quedas más asustado que quinceañera con atraso... Lo mismo pasa si tu jefe va a tu oficina y te dice: “Pérez, tenemos que conversar acerca de un asunto muy serio...”. Y a lo mejor no se trata de nada malo, sino que de cualquier cosa... Qué sé yo... El plan de promociones y ascensos dentro de la empresa, el calendario de vacaciones, las metas que hay que cumplir durante el año... Pero lo primero en que pensamos es algo malo...

—Nuestra cultura, nuestra idiosincrasia, nos tiene programados de ese modo...

—Esa manía nuestra de poner cara de culo pa’ andar por la vida. Es típico del chileno que estudia, se recibe, agarra un buen trabajo o hace un posgrado, da lo mismo si es en Chile o en el extranjero, llega a la pega y pone cara de culo. Somos un país lleno de tipos

car'e culo que pululan por las calles: viejas con car'e culo, viejos con car'e culo, jóvenes con car'e culo... ¡Y lo que es más patético aún: están naciendo pequeñoschilenos-y-chilenas-con-car'e-culo!...

—Quemantes acusaciones e importante distinción, Sr. Legrand...

—Nos hemos llenado de gente que anda así por la vida porque no ha activado su *switch* interior para vivirla con sentido del humor.

Y lo contrario al humor no es la seriedad: se llama drama. Y son los dramáticos, esos hijos de su santa madre, los que tienen al planeta en este estado, porque no tienen conciencia de su entorno, son negativos, quejumbrosos, siempre les está yendo como el forro... El dramático es un tipo que se mete en un taco y cree que porque el auto es de él, todos los que van delante suyo son *hueones*... Y todos los que van detrás son *conchesum*... ¡No puede ser! Y van tocando la bocina como enajenados: “¡Beep! ¡Beep! ¡Beep! ¡Apúrate pu'h, hueón!” Pero si les tocan la bocina a ellos, saltan como locos del asiento pa' insultarte por el espejo retrovisor: “¡¿Qué te pasa, conchetum...?!” Los dramáticos se mienten permanentemente, son infelices desde lo más profundo de su ser: comen lo que no les gusta, trabajan en el lugar que odian, se acuestan con la vieja que no les calienta... ¡Eso se llama infierno!...

—Es como si lo fuera...

—Con los años he descubierto que hay dos formas para que en Chile te vaya bien. Una es siendo genial y talentoso, pero el problema es que te reconocen después de muerto... La otra es ser incompetente, con las ventajas de que te reconocen en vida y tienes más modelos para fijarte... Porque incompetentes hay en todas las profesiones y de muestra, un botón: el “Transantiago”. Buses nuevos, estudios en el extranjero, reconversión de las máquinas, plan piloto para el funcionamiento, distribución gratuita de tarjetas de plástico para el cobro, ingenieros de tránsito y expertos... Pero ninguno llevó la huincha de medir para ver si el bus pasaba por los pasos bajo nivel. Hasta los tribunales de justicia tienen jueces que se declaran incompetentes. Está de moda el incompetente, la lleva.

—No es tan así, Coco...

—En todo caso, ese día 11 de marzo del 2006 tuve la certeza de que comenzaba la era de Acuario, la del poder femenino, el regreso al matriarcado... Ya no les bastaba con mandar en nuestros hogares, ahora iban a gobernar la nación, pero con equidad y espíritu progresista: cincuenta por ciento de puestos laborales para hombres y el otro cincuenta por ciento para mujeres. ¿Y si ese no es cuoteo, qué es? ¿Y qué hay de los homosexuales? Tanta preocupación por el sexo de nuestros líderes, como si gobernaran con los genitales...

—¿Tendrá algo que ver?

—Incompetentes hay en todos lados. Ellos se encargan de hacernos a todos la vida más difícil. Insisto: basta con un título, un posgrado, un buen puesto, para que el incompetente ponga car'e culo. Se les infla el pecho, dan ganas de decirles: “¡suelta el

aire!”, porque caminan como pato de silabario. Entran al edificio de su empresa, ¡y no saludan al portero, creen que es transparente!... MBA sobre MBA, doctorado sobre doctorado: se reciclan permanentemente... Seguramente, también les dijeron cuando niños: “la risa abunda en la boca de los tontos...”. Así que no se permiten andar de buen humor, no le sonríen a nadie. Creen que eso los va a convertir en payasos, que les va a quitar la autoridad sobre la gente, que sus jefes los van a evaluar mal.

—Existe mucha gente así, por eso mis MBA han sido en la vida.

—¡Por supuesto que sí!... Pasamos gran parte de nuestras vidas en nuestros lugares de trabajo, compartiendo con gente a la que no queremos, haciendo no siempre lo que más nos gusta, aunque siempre tenemos la opción de elegir: hacer que esa experiencia sea grata o desagradable.

—Hacer la diferencia...

—Somos los únicos seres del planeta que estamos conscientes de que vamos a morir. Ningún otro animal lo sabe y, así y todo, nos empeñamos en hacerle la vida desagradable a los demás... Y en especial, la nuestra.

—¿Y, tú, qué haces para cambiar ese escenario?

—Rezongo, comparto mi malestar con las personas a través de lo que más me gusta y mejor hago, pero con humor, porque “Con humor...

—...la letra entra”.

—¡Muy bien!

—¿Y?

—Con todas las leseras que te cuento, podrías escribir un libro... —Podríamos... —Podríamos...

—¿Estamos?

—Estamos.

—Qué bueno...

—¿Y cómo se llamaría?

—Mmm... Déjame ver... “Con el Coco en el Diván”

—Ingenioso, buen título...

—Mucho más de lo que te imaginas...

II.

A PROPÓSITO DE NUESTRAS DIFERENCIAS...

A comienzos de febrero del 2006, yo sabía que muchas cosas iban a cambiar con la llegada de Michelle Bachelet a La Moneda, así es que me propuse desarrollar mi lado femenino... Leí tu libro: *¡Viva la diferencia!*... entre otros libros sobre el tema... Y descubrí muchas de las diferencias que nos distinguen y complementan como hombres y mujeres. Una noche invité a mi mujer a salir, a comer... porque ¿qué otra cosa puede hacer uno a esta edad si no es salir a comer?! Le dije que la amaba, que estaba muy feliz de haber compartido todos estos años juntos... En fin, le dije muchas cosas que aquí no voy a repetir, excepto que me había tomado la *pastillita ésa*... Por si acaso, pa' andar más relajado... Después de la cena, volvimos a nuestra casa, le preparé un traguito y reiteré todo lo dicho anteriormente... Porque a ellas les gusta, están diseñadas, construidas, para sentirse necesarias... Algunas incluso van al baño y dejan la puerta abierta por si alguien llegara a necesitarlas...

...Continúo, cuando me empecé a sentir un poco tirante, la llevé a la pieza, la besé apasionadamente y cuando quise hacerle el amor, me dijo: “¡Ah no, gordo, no... hoy no tengo ganas!”, “pero... gorda...”, “¡no, no!... sólo quiero que me abracés!”, “pero, gorda... ni siquiera...”, “no, no... ¡lo que pasa es que tú no sabes conectarte con mi sensibilidad femenina!” ¡Ahí me di cuenta de que mi esposa estaba leyendo los mismos libros que yo, porque también hablaba de la necesidad de conectarse con la sensibilidad de la pareja! ¡Imagínate yo!... Muy bien, por esta vez, pasó... Me acosté, me di vuelta pa' mi lado, tres combos en los coquitos y a dormir... ¡Sí, señor!... Pero como estoy dispuesto a desarrollar mi lado femenino, me dije: “mañana la voy a encantar de otra forma”. Fue así que la llevé a la Quinta Región, a Viña del Mar, porque ella es nacida y criada en esa zona, ella estaba fascinada y yo, feliz...

Le puse la mujer de mármol... Porque en la mañana ella va al mar y en la tarde al *mall*... Después del instinto de madre, lo que más desarrollado tienen las mujeres es el instinto de la oferta. La mía está incapacitada psicológicamente para resistir una oferta... Pero si la oferta trae regalo... ¡mejor que el diablo te lleve!: se descontrola, se le sueltan las amalgamas... Por eso siempre que vamos al *mall* yo la tomo de la mano. Y no de tierno. Es que si la suelto, se vuelve loca, lo compra todo. Ese día le di rienda suelta a sus impulsos: “¡Hay unos vestidos que están en oferta y no están ná' de caros! Hay uno azul, muy bonito, que va con unos adornos bien lindos, muy finos y hay uno verde y otro beige... ¡El azul. Me lo llevo de todas maneras!... Ahora, si me hacen un precio...” “Date un gusto, gorda, ya estamos viejos, criamos a nuestros hijos, este es el momento, cómprate los tres...”, le dije. “¿Y los zapatos?... ¿Compro un par que le combine a los tres o...?” “¡No, mi amor, por favor, no se preocupe: lleve los tres pares...” Agarró los zapatos, perfume francés, un pañuelo de seda, una blusa muy linda, una muñequera para jugar tenis (y ni trota), tres carteras, una para cada tenida, y, cuando la cuenta ya iba

cerca del millón de pesos, me toma del brazo y me dice: “Ya, gordo, vamos...” “¿Adónde?” “¿Cómo que ‘adónde’?... A la caja, a pagar, pues...” “¡Ah, no... hoy no tengo ganas, gordita, sólo quiero que me abracés!”

¡Puso una cara de odio reprimido!... para defenderme, tímidamente dije: “¿Te das cuenta, gorda, que no sabes conectarte con mi sensibilidad financiera?”

III.

DIAGNÓSTICO SOCIAL

La gran fisura está en el living de nuestras casas y no afuera.

COCO LEGRAND

1. VIVIR EN PAREJA

“Tener pareja” es igual que ir a la universidad: no basta con entrar a ella,
hay que mantenerse dentro

Parejas jóvenes = suma de proyectos y “casas piloto”

*Imperio de lo desechable y falta de perdón:
¿perdonar es “bancarse” al otro?*

*Falta de compromiso, evitación del dolor, felicidad a ultranza:
“Si lo estás pasando mal, déjalo”*

Dos componentes del amor: erotismo + voluntad

2. PADRES CON NIÑOS PEQUEÑOS

Educar entre tanto estímulo y contradicción se está transformando
en una dificultad mayor

El afán de convertir a nuestras guaguas en “viejos chicos”

*“... ¡en la casa se come lo que se sirve y, además,
se agradece lo preparado!”*

Los tres pilares: responsabilidad, libertad, fuerza de voluntad

*“...con los hijos pequeños lo más importante es la mezcla de
ternura y firmeza”*

3. NUESTROS HIJOS ADOLESCENTES

...los padres no nos podemos cansar de ser padres

La lata y la tecnología

“Pili, ¿tú gritas en tu casa?”

¡Debemos seguir haciéndoles cariño!

La generación ON-OFF

Digámosles que los queremos aunque nos caigan tan mal a veces; que los amamos y que estamos felices de que estén creciendo con nosotros

No querer pagar costos emocionales es un objetivo creciente

Sexualidad anticipada: impulsos eróticos a más temprana edad

¡En el siglo 21 sigue vigente la prueba de amor!

Pudor versus actividad sexual precoz

Conciencias alteradas y adultos poco sanos

Excesos que matan

*Proyecto de vida:
más que elegir una carrera, encaminarse en pos de un sueño*

4. MASCULINIZACIÓN DE LA MUJER

¡Mujeres, basta de quejas!

El juego lésbico es distinto a la experiencia homosexual del varón

5. ADULTOS JÓVENES: UNA REALIDAD ESPECIAL

Abundancia de ego y escasez de humildad

6. CUARENTA Y TANTOS

Esta es la parte del camino para consolidar logros, ver crecer a nuestros hijos y ayudarlos en su adolescencia o en su temprana adultez

*Época en la que uno se pregunta
cómo quiere vivir la mitad de la vida que le queda*

Libertad y desapego

Nuestro país le teme a la vejez

Dolor y aprendizaje

El camino espiritual y la felicidad como opción

7. RITOS FAMILIARES

Es imperioso resucitar algunos, perseverar en los vigentes y crear nuevos,
pues es vital que la familia se reúna, se comunique, se mire a los ojos

*Hay fiestas que más bien dan la impresión de ser un castigo,
de obligarnos a andar felices, a que gastemos,
aunque no tengamos ni uno*

8. INVASIÓN TECNOLÓGICA

¿Cómo reconocer y controlar sus efectos?

1. VIVIR EN PAREJA

—¿En qué piensas?

—Típica pregunta de mujer.

—No sólo de “mujer”

—Es casi patrimonio de ustedes, las mujeres.

—En este caso, de una mujer que es tu amiga y terapeuta... Hasta “musa” te he oído llamarme.

—¿Por lo que dije en Viña?

—Sí, ese inolvidable 27...

—No me acordaba de la fecha.

—Porque eres hombre...

—Ah, claro...: “El hombre expulsa, la mujer retiene...”

—Ustedes olvidan todas las fechas importantes...

—No es mi aniversario de matrimonio...

— Tienes razón...

—Pilar, hace algunas décadas atrás, hablé sobre los cambios que estaba viviendo nuestra generación, la de los años ’60. Recuerdo con nostalgia los tiempos en que el aire era limpio y el sexo, sucio.

La mayor parte de nosotros nos sentimos algo tímidos ante la mujer, sobre todo la primera vez. Conforme se van acumulando edad y experiencia, la mujer recurre a una serie de estrategias para evitar que el hombre pierda su timidez inicial, y empiezan a confundirnos con sus perfumes, miradas, risitas, su modito de andar, sus peinados, aritos, su manera de cruzar las piernas, la mini falda... Siempre parecen estar riéndose de uno.

La mujer ha llegado a convencer al hombre de que una invitación a comer, a bailar, ir al cine o al teatro, en lugar de ser motivo de gratitud por parte de ellas, es un honor para el varón, por el cual debemos sentirnos muy contentos y profundamente reconocidos.

La gran conquista femenina es haber conseguido inculcar en la mente masculina el convencimiento de que dejar pagar a una mujer es algo tan vil, mezquino y despreciable, que nadie que se jacte de ser caballero puede permitirlo. ¡Aunque muchas de ellas ganan el doble que el hombre!

A medida que va conociendo mujeres, el hombre va venciendo su timidez, hasta llegar a perderles el miedo y creer que las puede dominar con una mirada. ¡Vana ilusión! Es lo mismo que ocurre con la moto: el verdadero peligro surge cuando uno cree que ya sabe manejarlas. Igual que cuando el hombre ya es capaz de hablar con ellas sin tartamudear, se arriesga imprudentemente a tutearlas y a “tirar las manos”, con un mágico resultado: van a dar de cabeza al matrimonio, igual que el motociclista va a dar de cabeza contra un

poste. Sólo que éste puede dejar tirada la moto en la calle y no volver a montarse en ella. En el caso del matrimonio, un hombre decente no puede permitirse lujos similares.

Pasan los años y el hombre pierde por completo su timidez ante el llamado sexo débil, pero para entonces ya está viejo y su osadía le resulta inútil. Si tiene dinero y gasta en mujeres, lo llaman viejo huevón. Si no tiene dinero y anda detrás de pendejitas, lo tildan de viejo verde.

Los hombres no tenemos más remedio que reconocer una gran verdad: las mujeres siempre llevan las de ganar, son más audaces, más fuertes, más tenaces y, desde luego, mucho más inteligentes que nosotros. Ningún hombre es capaz de conseguir un par de zapatos o un abrigo de piel nuevo haciendo pucheritos.

Mira, te cuento más, el otro día me encontré con un amigo al que no veía hace mucho tiempo y me contó que piensa casarse por segunda vez con su primera mujer, de la cual estuvo separado seis años, y que —entre medio— se había casado dos veces más: la última vez, con un par de mellizas para ahorrarse una suegra (típico caso de “tartamudez matrimonial”); problema que no sólo sufre mi amigo, sino muchos chilenos más que requieren de un perito contable para llevar el cómputo de todas las idas y venidas al registro civil, demandas de pensión alimenticia, ceremonias de matrimonios... ¡¿Cómo mierda lo hace ese pobre cristiano para poder acordarse de los aniversarios de matrimonio o de los nombres de los hijos de cada matrimonio y las fechas de sus cumpleaños?! Para mí sería imposible llevar ese estilo de vida.

Mi generación fue testigo del naciente compromiso a medias. Hoy se anda con alguien... Lo que antiguamente llamábamos pololeo, que es casi como un leve compromiso frente a la pareja; “mi pareja” es la otra forma de plantear un compromiso a medias, no completo... La verdad, yo no sé de qué sirve, porque el “yo ando” definitivamente es un pololeo. Y “mi pareja” es, sin lugar a dudas, un acuerdo para andar juntos, vivir juntos o, tal vez, probar un tiempo, que es lo que hoy elige mucha gente para ver si funcionan o no...

Y muchos de ellos terminarán en matrimonio. Ya sea por amor, por olvido de la píldora, por culpa de un preservativo marca chanco o porque a tu pareja le han empezado a meter cosas en la cabeza: especialidad de madres, tías y otros parientes del sexo femenino... Cuando estás enamorado no sólo te comportas como idiota, además piensas que eres especial, que las cosas que haces no las hace nadie más en el mundo.

En cualquiera de los estados, los primeros meses son extraordinarios: vivimos en las nubes, andamos como angelitos saltando a poto pelado de una nube a otra... ¡Todo es amor!, a excepción de cuando tienes que convenir el lado de la cama en que vas a dormir o quién va a usar primero el baño. Y lo más complicado, decidir en cuál departamento vivirán: en el de ella o en el tuyo.

Los flamantes tortolitos van juntos al supermercado, se turnan en la cocina, cada cual tratando de impresionar al otro con distintas recetitas y secretos... Cuando estás enamorado hasta eres capaz de practicar el conocido deporte de aguantarte los pedos... ¡delante de ella ni uno solo!

Pero todo esto termina al cabo de un año: al hombre le empieza a aflorar de a poco el machismo y se le olvida hasta cómo hacer un café, o bien, porque la mujer empieza a ocupar todos los espacios de lo que asume como “su casa”...

En el fondo, el problema se genera porque lo que más te gusta hacer con tu pareja es disfrutar y lo que menos te gusta es compartir... Quizá porque lo primero que ellas hacen es imponer sus reglas. Y ahí están, siempre bajando la tapa del W.C. y con un dulce: “¡Ya estaría bueno que te fueras acostumbrando a bajar la tapa del baño!...”

¡Hace rato que dejaste de vivir solo!”...

Otra cosa que les cuesta entender a nuestras parejas es el ritual nuestro de cada día en el baño... A los hombres nos gusta estar tranquilos y “meditar” largamente hasta que se nos acalambran las piernas de tanta “reflexión”...

Ahora bien, lo que te permite conocer el amor que ella siente por ti, son tus ronquidos... Por lo general, todos negamos rotundamente que roncamos, nuestras madres jamás nos dijeron que roncábamos, pero ellas, nuestras esposas, son capaces de soportar estoicamente tan desagradable ruido...

Y cuando hablo de ronquidos, no me refiero a un simple tipo “aserradero”, ya que existe una amplia variedad de ruidos inconscientes: los hay parecidos a los ruidos que hacen los motores de aviones, “escapes de gas” que van acompañados de silbidos y otros que, definitivamente, podrían permitir reemplazar al león de la *Metro Goldwyn Mayer*...

...Como consecuencia de nuestros “ruiditos”, marido y mujer terminan desvelados: ella por tus ronquidos y tú por las patadas o manotazos que recibes... Sin contar otros tantos “secretos de la naturaleza” que ella practica contigo mientras roncas...

Son tantas y tan variadas las situaciones que suceden mientras vives en pareja... Tu ropa interior, por ejemplo, empieza a desaparecer y de a poco la vas encontrando convertida en trapito para limpiar... Lo raro es que lo que termina en trapero es la ropa de uno, nunca se sabe dónde termina la de ella... Lo que debe quedar bien claro es que el día que empiezas a vivir en pareja, pierdes totalmente la oportunidad de manejar el control remoto de la tele y jamás volverán a ver una película completa o algún programa de moda. Deberán resignarse a que su macho, control remoto en mano, cambie constantemente de canal. Es algo mágico, una suerte de tuto tecno; somnífero que termina en el desplome total del marido, pareja o compañero.

Para seguir viviendo en pareja es recomendable jamás olvidar la fecha de tu aniversario de matrimonio... Nunca serás perdonado, ¡arderás en el infierno!

Desde el punto de vista lógico y racional, todos los maridos deberíamos tener “ese día” muy presente, ya que representa el cambio más grande que sufre uno en la vida... “Para bien o para mal”.

Es curioso que todos nosotros, los casados, acordamos la fecha de matrimonio con nuestras esposas, pero siempre la olvidamos. Lo raro es que recordamos fácilmente el día que nos operamos de la vesícula, nuestro primer viaje a Buenos Aires o el día que nos titulamos profesionalmente... ¡Nada al lado del día en el que mediante un lacónico

“sí” entregamos la vida, bienes raíces, automóviles... ¡todo!.. a una señorita que conocemos muy poco, pero que amamos profundamente. Es en ese momento cuando hipotecamos nuestro porvenir y nos lanzamos en una loca tarea por contribuir a la explosión demográfica.

Tal vez exista alguna explicación psicológica para entender por qué los maridos no recordamos la fecha de nuestro matrimonio... Freud decía que uno tiende a olvidar todo lo que es desagradable...

Una forma inequívoca de saber la fecha de tu aniversario es cuando después de afeitarte, sales del baño y encuentras a tu esposa sollozando calladamente sobre la almohada... ¡ése es el día! Así es que corre a una florería a comprarle el mejor ramo de rosas que encuentres –“todo sea por la paz de la familia”– ve por chocolates, algún perfume, joyas, endeudándote sin límites... ¡Y, entonces, será difícil que con tanta deuda te olvides de la fecha al año siguiente!

Comunícate con humor con tu pareja, ésa es la estrategia, porque empequeñeces las derrotas y haces la vida más llevadera. Los que dicen que el matrimonio es una lotería, lo dicen para desprestigiar el juego.

“Tener pareja” es igual que ir a la universidad: no basta con entrar a ella, hay que mantenerse dentro

Parejas jóvenes = suma de proyectos y “casas piloto”

El reposicionamiento laboral y social de la mujer ha producido una revolución en los roles femeninos y masculinos, como también, en lo que podría ser el proyecto de vida de ambos; a esta revolución en los roles, debemos sumar el que hombres y mujeres estamos expuestos –gracias a la publicidad y los medios masivos, en alguna medida al menos– a una peculiar sobreerotización. Imposible no incluir en este comienzo de capítulo, el exacerbado individualismo al que propende nuestra sociedad y la presencia ineludible y diaria de lo “desechable”. Todos estos no son sino algunos de los factores que nos están influyendo diariamente, por lo tanto, no es extraño que Coco Legrand y muchos de nosotros estemos confundidos frente al tema de la pareja, pues lo que se entendía por pareja hasta mediados del siglo XX, claramente, ha experimentado muchos y acelerados cambios en los últimos y más recientes años.

Hoy, más que nunca, es frecuente que las parejas compartan proyectos individuales y no siempre es tan claro que tengan uno en conjunto, un proyecto de ambos para realizar en conjunto. El propósito es “estar juntos” pero no formar algo en común, lo que surja será por la suma de los dos proyectos y no por la elaboración de uno entre ambos. Hay mucha preocupación por tener los bienes necesarios para comenzar. El concepto de esperar, de “ir de a poco”, se ha extinguido por la facilidad con que “danzan” los créditos en una sociedad que nos educa en la impaciencia. Digamos que la máxima “espera” es a tener todo antes de que venga el primer hijo.

El imperio de lo desechable, la casi imposibilidad de establecer proyectos en conjunto, el cambio de roles entre ambos, y -ante el desconocimiento de qué tiene que hacer cada uno- la confusión que lleva a ambos a creer que les toca hacer todo, dan origen a otra importante fuente de conflicto, pues la pareja está hecha para complementarse y no para competir por quién hace las cosas mejor. Cada uno en su naturaleza -femenina y masculina- tendrá que aportar lo mejor de sí para contribuir al crecimiento de ambos en conjunto. La falta de ese proyecto conjunto explica por qué a las parejas jóvenes les cuesta tanto constituir un hogar. Sus viviendas parecen “casas piloto”, siempre ordenadas y no sólo con poca comida en el refrigerador, sino también con escaso calor de hogar. En los sectores más acomodados es común que los recién casados se desposen con todo regalado y, además, con la autoexigencia de “tenerlo todo”. Así, la novia termina yendo a una tienda a comprar velitas o algún otro arreglo que le otorgue un sello

propio a su hogar y no se note tanto que todo dentro de su casa es regalado. El primer desafío en conjunto que deben enfrentar las parejas de hoy es la concepción del primer hijo que, por buscarlo tarde tras conseguir cosas materiales y cierto prestigio laboral, tiende ahora, más que antes, a constituirse en una primera y gran dificultad que ejerce una presión tal, que vemos cada vez con más frecuencia, cómo sobrevienen crisis que terminan en separación.

En el libro *¡Viva la diferencia!*, me referí a las razones por las cuales las parejas están teniendo crisis al año o antes de los tres años de estar juntos y éstas, en buena parte, se encuentran muy relacionadas con la falta de voluntad y empeño en el “seguir amando”, pero, también, son fruto del cambio en el código de “lo femenino”. Hasta hace no mucho tiempo, las mujeres eran más retentivas, cuidaban más lo que tenían y estaban dispuestas a tolerar un mayor número de problemas o molestias. Hoy, ellas están “soltando” más -lo que naturalmente sería más propio de lo masculino- de modo que en la estructura de la pareja actual no hay nadie que retenga nada. Los dos están “soltando” por igual, “así es que si te quieres ir... ¡Ándate!... Creíh que te voy a estar pidiendo que te quedes. ¡Yo no le ruego a nadie estar conmigo! ¡Así lo hizo mi mamá y yo no voy a hacer lo mismo! ¡Mi vida va a ser distinta!”

El siglo XXI comienza marcado por ciertos cambios en nuestra sexualidad –matizados por las operaciones estéticas, el miedo al envejecimiento y el culto al cuerpo– y las parejas tienen que reinventarse continuamente también en este ámbito tan íntimo. Necesitan aumentar no sólo su nivel de compromiso, sino también la sensación y el convencimiento de que la persona que eligieron es la misma con la cual desean seguir juntos. Esto, a su vez, implica el desarrollo de la voluntad de continuar y no el abandonarse a las solas “ganas” de estar con él o ella; voluntad y comprensión para aceptar los conflictos como partes de la vida diaria, aprender juntos y brindarse apoyo en las dificultades, entendiéndolas como oportunidades. Confiar en que los problemas tienen una solución posible y que juntos podrán encontrarla.

*Imperio de lo desechable y falta de perdón:
¿perdonar es “bancarse” al otro?*

Las reparadoras de calzado están en vías de extinción, comienzan a escasear también los servicios técnicos, pues cada vez parece resultar más práctico comprar los aparatos nuevamente que pagar y esperar una reparación. En nuestra sociedad todo funciona con rapidez. Poco a poco hemos ido aprendiendo que no vale la pena arreglar los objetos, que todo se bota y se reemplaza por otro similar o mejor todavía, pero nuevo. Y algo parecido comienza a suceder también con el concepto de perdón, es que perdonar tiene que ver, como dicen nuestros adolescentes, con “bancarse” al otro. Cada vez cuesta más a las parejas perdonarse. La tolerancia comienza a disminuir y, quizá por lo mismo, tolerancia y paciencia son vistas como signos de estupidez y baja autoestima. En este escenario es muy difícil generar o hacer crecer a una pareja.

Falta de compromiso, evitación del dolor, felicidad a ultranza:

“Si lo estás pasando mal, déjalo”

Andar, amigo con ventaja, amigo con cover, pareja, andante, compañero... son las expresiones que se utilizan actualmente para definir una relación de pareja y, de paso, evitar la sensación de compromiso. Este lenguaje no hace sino traslucir el tremendo miedo que jóvenes y adultos, en general, manifiestan frente a lo que suena a definitivo, al temido “para siempre”. El tema del compromiso se debate entre comprometerse formalmente y con todas las de la ley o “vamos a probar un tiempo para ver si resulta”.

Otra fuerte y permanente presión social se materializa en mensajes publicitarios que prácticamente nos obligan a “ser felices” y a “sentirnos bien”. En un contexto como este, todo acto doloroso debe ser evitado, por lo cual el amor es visto como un sentimiento que puede ser pasajero, “mientras lo sienta, estaré contigo. Si este sentimiento se acaba, lo lógico será que te deje”. Por eso escuchamos tan seguido frases como: “Si lo estás pasando mal, déjalo”; “para pasarlo mal, no vale la pena”; “yo no sé cómo aguantas...”.

Dos componentes del amor: erotismo + voluntad

Recordemos que el **amor** tiene dos componentes que son igualmente importantes: uno es el sentimiento de que, para que sea amor de pareja, éste debe tener incorporado un alto grado de **erotismo**, porque de lo contrario estaríamos hablando de un amor amistoso. Si bien es muy cierto que el amor debe cultivarse y trabajarse todos los días para hacerlo crecer, también hay otro componente fundamental que permite que una pareja dure para todo la vida: la **decisión de amar**, de establecer el compromiso, decidir estar con el otro “a pesar de”. Quizás por lo mismo es que el amor se prueba más cuando hay dificultades que cuando lo pasamos bien. Parece fácil amar cuando me están queriendo, pero cuesta más, cuando nos han hecho daño y tenemos que re-estructurar nuevamente nuestro compromiso. Por esto es que las personas que llevan muchos años juntas mencionan que se han casado muchas veces con la misma persona.

“Tener pareja” es igual que ir a la universidad: no basta con entrar a ella, hay que mantenerse dentro. Y eso se hace con trabajo y esfuerzo cotidiano. Tolerar las frustraciones es fundamental y también aprender a perdonar...

2. PADRES CON NIÑOS PEQUEÑOS

Todas estas parejas que surgen de esos compromisos a medias, muchas veces no contemplan el nacimiento de un hijo, esto es una muestra de que todo lo improvisamos en esta vida, no sólo el Transantiago... Todo, ¡maldita sea!, todo.

¿Quién te enseña a ser marido?

¿Quién te enseña a ser papá?

¿Quién te enseña a ser abuelo?

¿Quién te enseña a ser hombre?

¡Una mujer!... tu propia madre, y mientras ella orina sentada con toda la panorámica del baño, a ti te enseña a hacerlo de pie y contra la pared.

Estarán de acuerdo conmigo, entonces, que nuestro drama no está ni en lo político ni en lo económico. Nuestro verdadero problema está en el living de la casa, ahí está el gran quiebre, la gran fisura; porque nadie te enseña nada de la vida.

Cada vez estamos más distantes, cada vez expresamos menos lo que queremos, somos incapaces de comprometernos frente a nada. Si no me lo creen, vayan a una fiesta de chilenos, no se comprometen ni siquiera cuando dan vuelta un vaso..., te miran con cara de imbécil y te dicen... “¡uhhhh!... se cayó...”

En lo personal pienso que hay mucho más comunicación entre las guaguas que entre los adultos. ¿Saben por qué?, porque tal vez las guaguas no tienen mezquinos intereses, porque a las guaguas les importa un pepino la posición social de las otras, simplemente se comunican, se tocan la cara, se conversan ... aghhaug... ufffad, coicoi... snnbkta, alfmapegdo, y el otro le va contestando... aggggu... papa... gtapashhite... fhowsha.

A lo mejor se están diciendo cosas importantes... qué sé yo, “¿cómo hai estado?” “Bien... con el culo medio cocido, pero aparte de eso nada más... Parece que a mi mamá nadie le explicó cómo era el sistema digestivo de las guaguas: cada dos horas me mete la mano para ver si me he hecho algo y me saca los pañales, me tira talco, me mueve, ¡me tiene loco! ¿Quién puede dormir tranquilo así?!”... “¡Pucha, flaco, que teníh mala suerte! En cambio a mí, nadie me molesta en la casa... Duermo el descueve: soy el menor de la casa y tengo cinco hermanos, así es que nadie me pesca... El despertar mío sí que es horrible: parezco agricultor... Amanezco cagado hasta el cogote”.

Madres consumistas, de un mundo consumista, de un país consumista, que frente a sus amigas consumistas, se quejan de que sus guaguas no comen... ¡Si las guaguas tienen hambre: comen! Estas madres de hoy jamás se han molestado en preparar una “papa”... Todo lo compran hecho en los supermercados: unos frascos que llaman colados, no importa el sabor, total es para la guagua, “qué van a saber ellas de gustos”... Y para que tenga hartas vitaminas, mezclan el de pollo con carne, le tiran un poco del colado de sesos y otro de pescado; y para que la familia del marido no las pele, ellas mismas se

sacrifican y muelen un platanito (eso son capaces de hacerlo hasta dos veces en el día). Agarran la guagua y la meten dentro de un bucito térmico... la dejan tiesa, le chantan un babero plástico *made in Taiwán* con recipiente abajo, especial para babosos, la sientan en unas sillas de comer llenas de cosas que suben, que bajan, de plástico cromado... más que guaguas almorzando, parecen astronautas haciendo caca. Las cucharadas de colado van acompañados de un ¡ahí viene el avión!, le embuten la comida a esa pobre guagua, no alcanza ni a tragar, y otra vez lo mismo. Pobre cría, no entiende nada, a la cuarta cucharada empieza a escupir la comida. La madre se indigna y empieza con las amenazas: “espera a que llegue tu padre, le voy a decir que no estás comiendo nada... pensar que en otras partes del mundo hay niños que no tienen qué comer y tú botando la comida. ¡Ay!... ¿qué le pasará a este niño?... ¿qué hago?... ¿llamaré a mi mamá o llamaré al doctor?”

¡Señora, no llame a nadie, déjela tranquila!

La misma madre consumista se queja porque la guagua no camina todavía. Pero, cómo va a caminar, si la encierran en un corral y le echan adentro cuanta porquería venden en el centro... pelotas, autitos, monitos de peluche, *transformers*, trenes, etc.; al final, la pobre guagua queda más acorralada que funcionario corrupto.

El otro día vi un abnegado padre treintañero comprando en el supermercado con su hijo sentado en el carro, llorando como loco. Me impacté... Quedé paralizado con su pataleta... ¡Y su noble papá!, ¡con voz suave diciendo una y otra vez!: “Cálmate, Patito... Cálmate, Patito... Por favor, Patito, tranquilízate”... Me estremecí con el amor de ese padre... Su paciencia hizo que me acercara a felicitarlo: “Con qué ternura trata de calmar a Patito”...Y el papá asombrado me dice: “Nooo, Pato soy yo; este huevón se llama Diego.”

Mamás y abuelas nos enseñan a rebautizar al pene cuando somos niños: “el pilín”, “la pirula”, “el pipiluco”, “la lulita”... Y vamos creciendo con esta estúpida costumbre, rebautizando al miembro de mil maneras, hasta lo hemos relacionado con las legumbres: “el cara de haba”...

Me dirijo muy especialmente ahora a todas las abuelas para que limiten ese sentimiento de amor tan grande y respeten el sueño... Cuidado con esos grititos destemplados: ¡Uuuuuy... qué cosa más rica!.. cuchi... cuchi... cuchi y le rascan la guata. La guagua despierta de un salto. ¡Quién no salta, si está durmiendo y le agarran la guata o los cachetes!.. Este niño compró un huevito, este otro gordo se lo comió, y manda el mordisco... Claro, es con amor, ternura, pero mordisco ajeno a toda sensibilidad porque aplican la mordida con placa o fundas en los dientes, por lo tanto, no saben qué presión ejercen en el dedo de la guagua...

Lo despiertan, lo muerden y, más encima, dan órdenes... “¡hágale un viejito a su abuela!” Tanto lo molestan, que tiene que arrugar la nariz y la cara.

Abuelas... Abuelos... ¿han meditado alguna vez en sus vidas lo que pensarán las guaguas cuando los ven ingresar a la pieza, hablándoles como idiotas, como si fueran retardados mentales? “¿Dónde está mi goddo pochocho? Menga pa’ darle un bechito... Menga do chu güela”... El otro no entiende nada, ¿qué pensará?... “pucha, la vieja imbécil que me tocó de abuela”.

Por favor, abuelos y padres, a las guaguas hay que hablarles en forma clara, tal como se le habla a cualquier adulto de este país. No nos quejemos después, si en el colegio mandan a nuestro hijo al fonoaudiólogo.

*EDUCAR ENTRE TANTO ESTÍMULO Y CONTRADICCIÓN SE ESTÁ TRANSFORMANDO EN
UNA DIFICULTAD MAYOR*

Las observaciones de Coco Legrand son una muy buena introducción al tema de los hijos. Respecto de ellos, habrá que reparar en las innumerables, pero aparentes, facilidades y comodidades que se nos ofrece para tenerlos, cuidarlos, criarlos. Digo aparente porque muchas de estas comodidades implican, a su vez, grandes y a veces insalvables complicaciones, pues exigen una mayor preparación, más dedicación para poder elegir en forma adecuada, o sea, armas de doble filo con las que los padres de hoy deben vérselas continuamente. Un par de ejemplos: disponemos de tal variedad de pañales que prácticamente es necesario hacer un curso para saber cuál es el que necesita nuestro hijo. ¡Y las comidas! Se han creado todo tipo de colaciones, tanta es la especificidad de la oferta que a través de la misma podemos conocer enfermedades y hasta darnos cuenta si nuestro hijo es alérgico a la lactosa, si no puede comer algo en especial o si debe consumir algún tipo específico de alimento.

El afán de convertir a nuestras guaguas en “viejos chicos”

Otro aspecto que llama mucho la atención es la forma en que estamos enfrentando esta primera infancia y, más específicamente, me refiero a lo rápido que estamos haciendo crecer a nuestros hijos. Deténganse un par de minutos a pensar cuánto tiempo duran las guaguas, los recién nacidos, con los “ositos” puestos. Observen, recuerden y estarán de acuerdo conmigo en que cada vez es menor el tiempo que pasa entre el primer “osito” y los jeans... hasta zapatillas les ponen ahora cuando todavía no cumplen el mes. Fíjense y verán que la ropa de guagua propiamente tal, la están usando sólo los días en que están en el hospital o la clínica y las primeras semanas que están en la casa. Decimos que se ven exquisitos y eso que todavía no tienen ni un mes de vida. Los enfundamos en chaquetas, abrigos y cuanta ropa de adulto hay, nos enternece mirarlos vestidos de esa forma. Los vestimos como grandes y poco tiempo después nos estamos quejando de que a muy corta edad nos confrontan como si se tratara de verdaderos “viejos chicos”. Realmente estamos siendo muy contradictorios en nuestra forma de educar. Claramente, las comodidades y variedades de productos que están a nuestro alcance para, como decía anteriormente, aparentemente facilitarnos la crianza y educación de nuestros hijos, no es tal. Educar entre tanto estímulo y contradicción se está transformando en una dificultad mayor.

En el trato y la forma de criar a nuestros hijos pequeños empieza a incubarse un

problema social enorme que mostrará su máximo esplendor durante la etapa escolar, se trata ni más ni menos que de la convicción plasmada en la siguiente frase: “Los niños tienen que ser felices”. Como esto, lamentablemente, se asocia a que no se frustren, a que no lloren, se les da en el gusto más allá de lo aconsejable y, más encima, por ahí a alguien se le ocurrió que “los padres tienen que ser amigos de sus hijos”, de modo que lo que sobra actualmente son *papás y mamás buena onda* que dan a los niños todo lo que ellos necesitan y/o quieren.

Es una verdad irrefutable que mientras son guaguas -y también en sus primeros años de vida- estos pequeños hijos nos enternecen profundamente. Si a este enternecimiento, a este querer protegerlos, sumamos el que debido a nuestros trabajos pasamos poco tiempo con ellos, surge la tendencia a gratificarlos en demasía, todo nos parece poco a la hora de compensar nuestra ausencia. El enternecimiento y esta marcada tendencia a compensarlos constituirían otra de las variables que, adicionalmente, contribuye con la posible deformación de nuestro rol como padres. A esta razón obedece el que cada vez sea más frecuente que los niños duerman con sus papás hasta grandes... ”Si total, ya van a crecer”, dicen. Y cuando los quieren sacar de sus camas, si bien no es imposible, sí nos encontramos con que un aprendizaje relativamente simple se transforma en una labor titánica y desgastadora, principalmente, por no tratarse de la etapa en que se debiera haber producido este tipo de aprendizajes.

*“... ¡en la casa se come lo que se sirve y, además,
se agradece lo preparado!”*

En Chile existen muchas casas donde ¡se les pregunta a los niños lo que quieren comer! Al respecto señalo con énfasis que no conozco ni personalmente ni terapéuticamente a ningún niño que voluntariamente decida comer garbanzos. Después son esos los padres que se quejan de que el niño no come arroz, no le gustan las ensaladas, no le gustan las legumbres... ¡en la casa se come lo que se sirve y, además, se agradece lo preparado! Esta regla algo antigua y que suena hasta autoritaria a los oídos actuales, es muy sana, tanto física como psicológicamente; aplicarla puede significarles algunos rezongos, unas cuantas pataletas o llantos menores, pero les aseguro que sus pequeños hijos aprenderán a comer de todo lo que ustedes les den y, supongo, estarán bien alimentados, bien nutridos. Los niños no deben decidir dentro de sus casas. Quienes representan la autoridad y, por lo tanto, toman las decisiones dentro de ellas, somos nosotros: los padres. Sólo así, créanme, prepararán a sus hijos para tolerar mejor las dificultades que presenta la vida. Hoy estos pequeños niños se caracterizan porque aprenden a manipular desde muy chiquitos a padres inconsistentes que intentan darles el gusto en todo. A ver si de una vez por todas erradicamos de no pocos hogares chilenos quejas tales como: “¡No sé qué hacer con mi hijo!”, “es que ¿cómo lo obligo?” Dudas, preguntas, reclamos respecto de niños que no alcanzan ni siquiera los dos años. Ojo ante esta situación porque cuando un papá y una mamá se lamentan así es porque en la casa

hay una crisis de autoridad bastante seria.

Aprender a decir *no* sin susto es un desafío para los padres chilenos. Pero, recuerden, el problema de los niños de hoy es la abundancia, nuestros hijos *tienen demasiado* y, por lo tanto, no sólo no saben realmente todo lo que tienen o qué necesitan, sino que es muy difícil que aprendan a valorar lo que tienen porque no hay instancias para que este aprendizaje se produzca. Menos aún, aprenderán a agradecer. Tenemos que entender que amar también implica decir *no*, aunque muchas veces podamos decir *sí*.

Dicho todo lo anterior, agrego ahora la imperiosa necesidad de “resucitar” el concepto de castigo, pero no me refiero en absoluto al castigo como la experiencia traumática que aprendimos la mayoría, sino a éste en tanto pueda convertirse y asociarse siempre a una *experiencia emocional correctiva* (aunque suena muy bien, no creo que alguien se anime a reemplazar la estigmatizada palabra “castigo” –por su significación negativa asociada inconscientemente al maltrato– por esta expresión tan larga, pero es a este tipo de experiencias positivas a las que me refiero con tan malsonante palabra y no a otras). Mi experiencia tanto clínica como de simple ciudadana, avalan el que sea una convencida de que las madres y padres de ahora están castigando peor. Veamos un ejemplo: jamás ni a mi padre o madre se les habría ocurrido castigarme a través de un celular, mientras escogían lechugas en un supermercado... Es que para los castigos hay que estar presente. Además, no consisten sólo en privar a los hijos de cosas que, más encima, cada vez les importan menos. ¿Por qué no intentamos “castigarlos” enseñándoles experiencias nuevas?: que recojan ellos sus juguetes; que desde los cinco años aprendan a hacer sus camas, aunque contemos con la fortuna de que en nuestro hogar alguien pueda hacer esa y otras labores similares; que durante una semana ellos se encarguen de levantar la mesa, de recoger las toallas de los baños, de lavar platos... Tareas que, sin duda, les ayudarán a desarrollar su autonomía y responsabilidad, aspectos claves en el desarrollo de los niños de hoy. Digamos que el “castigo” o se transforma en esa instancia o *experiencia emocional correctiva* o se elimina del repertorio, pues castigar de la forma en que se viene haciendo no sólo no sirve para nada, sino que disminuye la autoridad y hasta puede parecerse más a un “maltrato” si sólo se trata de una privación gritada desde cualquier parte mientras se está pendiente de otros asuntos y a través de un celular.

Tres pilares: responsabilidad, libertad, fuerza de voluntad

¡Viva la diferencia! es un libro que plantea la existencia de **tres pilares** en que deberíamos apoyar la educación de nuestros hijos: uno es la educación de la **responsabilidad**; otro, el nuevo significado que debemos darle al concepto de **libertad**, porque no puede seguir significando “hacer sólo lo que se quiere hacer” (la libertad también debe encontrarse en la satisfacción del deber cumplido). Y, por último, el **entrenamiento** en la educación **de la fuerza de voluntad**; aspecto tremendamente debilitado en la infancia actual, en parte, por las razones ya mencionadas.

Estos tres pilares deben comenzar a enseñarse y cultivarse desde muy pequeños, para

después no tener que *domesticar* a alguien que ya está medio “torcido” en la formación de sus hábitos. Con los niños pequeños es fundamental el entrenamiento de hábitos: no se deben hacer concesiones. Se debe ser tan rígidos y constantes como coherentes las instancias de aprendizajes que educan al niño. Sólo se puede ser flexible con respecto a la formación de un hábito, cuando se tiene la más absoluta certeza de que la conducta fue aprendida. Mientras ese momento no llegue, sólo la constancia permite que el hábito no se desvanezca; cuando no se es constante, finalmente, el niño termina manejando como quiere el hábito. Padres y adultos que se hacen cargo del menor deben tener la misma postura educativa. No es recomendable desautorizar al adulto frente al niño; los desacuerdos deben ser solucionados entre los grandes, sin que él se dé mayor cuenta, pues, de lo contrario, es probable que se genere en el niño la tendencia irresistible de manipular en su beneficio al que siente más débil de ambos padres o adultos.

Junto con todas estas normas, entre las que se cuentan reglas y horarios dentro de la casa para comer, para jugar y para dormir, es primordial la entrega afectiva que damos a nuestros hijos: ¡tenemos que decirles que los amamos, ojalá todos los días y tocarlos para que sientan nuestro cariño incondicional! Vivimos en un mundo competitivo, pragmático y hedonista, y entre los muchos errores que cometemos los padres, se cuenta el afán por darles cosas materiales a nuestros hijos. Muchos papás sienten que así cumplen, pues “les están dando todo lo que necesitan”. Ser padres no significa entregar unas “lucas” y sentir que de esa forma se cumple. Los niños necesitan “*presencia presente*” y si no podemos regalarles nuestra presencia en todo momento, tenemos la obligación de darles *presencia ausente*, eso significa *estar siempre...* aunque no estemos físicamente. Para ello tenemos que derribar otro mito social: el decir que “no tenemos tiempo”. Si somos honestos, lo que en realidad debemos decir es que tenemos otras prioridades. Si un papá tiene una hora para ver las noticias, debe destinar el mismo lapso para estar con sus hijos. Y si una mamá tiene una hora para estar viendo una teleserie, lo mismo, debe dedicar el mismo período para estar con sus hijos. En ese contexto, “no tener tiempo” equivale a que los padres han priorizado otras actividades, supuestamente más necesarias e importantes.

*“...con los hijos pequeños lo más importante
es la mezcla de ternura y firmeza”*

Independientemente de los muchos aspectos dables de cambiar o mejorar dentro de nuestras familias, con los hijos pequeños lo más importante es la mezcla de ternura y firmeza en forma consistente con que guiamos sus primeros pasos. La “buena” autoridad no se logra a través de quién grita más fuerte, sino mediante quién logra ser creíble frente a sus hijos, y esto se consigue entendiendo que ellos se quedan con lo que uno hace, no necesariamente con lo que uno dice.

Una “buena” autoridad siempre, o la mayoría de las veces, cumple lo que promete y no se arrepiente *a mitad de camino*. Una “buena” autoridad también reconoce cuando se

equivoca y puede pedir perdón frente a sus hijos, siendo capaz, al mismo tiempo, de mantener su palabra. El concepto de autoridad es clave hoy en día. Producto de mi experiencia laboral y clínica, puedo asegurar que a nivel nacional son demasiados los casos en que los padres están verdaderamente perdidos en la forma de ejercer autoridad con sus hijos. Quieren parecer padres modernos, somos la generación de los *depende*, en la cual el relativismo es una forma de evolución y ser categórico con algo es un signo de rigidez. Esto va generando en los niños una inseguridad que los lleva a autorregularse solos, dejándoles como huellas la angustia, la rabia y una sensación inmensa de soledad.

A propósito de lo anterior, un fenómeno muy particular que ocurre entre las familias con niños chicos y que toca ver cada vez con mayor frecuencia, es la celebración de los cumpleaños: ya no se celebran en las casas, sino que se busca lugares especialmente “acondicionados” para ello. Una mirada un tanto simplista al respecto podría decirnos que esto ocurre porque las casas de hoy son más pequeñas y, por lo tanto, no caben los niños, al revés de antaño en que las casas eran más espaciales. Sin embargo, la alternativa de celebración fuera de la casa se usa todavía más en las familias acomodadas, cuyas casas son amplias y bastante preparadas para la recepción de visitas. Como terapeuta, me toca escuchar los argumentos que usan los padres de todos los sectores para justificar tal decisión, los más frecuentes son: “¡me van a echar a perder los muebles!”, “me van a rayar el piso”... Pareciera ser que ya no confiamos en la educación de los compañeros de nuestro hijo o, peor aún, no confiamos en la propia formación que le hemos dado. Lo digo porque en mi infancia a nadie se le habría ocurrido pensar que invitar niños a la casa implicaba, posteriormente, traer maestros para repararla o instalar una nueva decoración. Los niños celebraban, jugaban, incluso más que los de hoy. Comían, ¡y mucho! Y no se sabía de nada que hubiera que lamentar. ¿No será que el criterio que está imperando es el de la comodidad y el egoísmo?, ¿o es que no se quiere poner a prueba la educación que hemos dado a nuestros hijos?

En el mismo contexto, coincidirán conmigo en la aparición de otro fenómeno preocupante: la agresividad con que estos niños se relacionan entre sí, muchas veces, haciendo llorar al festejado con alguna broma de mal gusto y que justificamos diciendo: “son niños”. Le ponen mugre a las tortas, llenan la cabeza del festejado con crema o mayonesa (dependiendo del menú), aplastan la cara en la torta y todo aquello –se supone– es “simpático”. Ante este panorama, no debiera sorprendernos la crueldad de las fiestas mechonas de las universidades. Como padres, durante la infancia y adolescencia, vamos paulatina y sostenidamente capacitando a nuestros hijos para tal evento. Y, como si esto fuera poco, la mayoría de las veces tiene que haber una programación para el cumpleaños: payasos, títeres, camas elásticas... Y otra vez estamos ante niños que no se entretienen por sí mismos, si no hay algo fuera de ellos que lo permita; este también es un aspecto clave para buena parte del aprendizaje previo a la adolescencia.

LA DURA Y CARA TAREA DE SER PADRES HOY

Es duro ser padre, pero sobre todo es caro. Nacer es carísimo, sobre los tres millones de pesos cuesta el parto normal (o sea, como un millón de pesos el kilo de guagua). Suma el costo del coche, las papillas, la guardería, la cuna, los piluchos, etc... A las dos semanas ya le agarra uno bronca al cabro chico... porque empieza a llorar y pasas veladas inolvidables: fiebre, enfermedades, caídas...

¡Y no lo puedes devolver!, ¿a quién se lo vas a devolver si eres el padre?

La única ventaja de ser padre es que te salga tenista, futbolista o cantante, pero esto no lo sabes hasta al cabo de ¡veinte años!

Para ser médico, abogado o ingeniero te exigen años de estudios y un título, pero para ser padre, nada; cualquiera sirve...

Independizarse de los hijos es muy difícil, ahora se quedan en casa hasta la jubilación... pero en la de nosotros. Peor todavía, se convierte en “okupa” de tu propia casa.

3. NUESTROS HIJOS ADOLESCENTES

Estimados lectores, mi querida Pilar, estarán de acuerdo conmigo que cuando los niños son chicos dan ganas de comérselos y cuando crecen uno se pregunta ¿por qué mierda no me los comí?

En esta economía social de mercado, cuando una familia se hace rica e influyente, el sistema otorga tantas posibilidades que a los niños no los trae la cigüeña; lo hace personalmente el director del zoológico.

Logran el rango de “cuico”. Todo lo que él haga, se ha hecho a su pinta, al gusto de él, a su propio estilo. Ellos son los que generalmente andan pegados a las faldas de su madre, que los han protegido de los horrores más tóxicos de la vida.

Estos no han visto jamás de cerca a un pobre, nunca han visto violencia (excepto en las películas que ven por televisión). No conocen el hambre ni el frío. Tampoco saben que la ropa sucia debe lavarse en casa y que quien lava la ropa es otro ser humano, al igual que ellos, pero con menos suerte, que usa máscaras invisibles y negadoras: la máscara de la rutina. Que hay una reina que el fin de semana sigue lavando platos en su propia casa donde el príncipe de la borrachera el lunes vuelve a barrer calles; en las que quienes venden el “diario” no lo pueden leer, donde los que levantan edificios con sus brazos jamás los habitarán; donde los que lavan autos, no podrán tener uno.

La mayoría de la gente está presa de la necesidad y la soledad.

El cuico desde muy niño siempre tiene fiestas de cumpleaños con payasos, títeres, la posibilidad de invitar a su curso completo a festejar en el *MC Donald*, la piscina *Mund* o algún estadio del cual son socios. En su etapa adolescente no tiene más preocupación que esperar el día viernes para juntarse con otros de su especie, y chuparse una de pisco en el *Esso Market* más cercano.

Es una suerte de príncipe encantado que cuando llega a la edad adulta, llega “encantado”, pero de pronto tiene un duro despertar.

Es un hombre que exige demasiado en la vida. Espera que los semáforos nunca estén en rojo, que le laven el auto en 60 segundos, espera que los ascensores no se detengan en ningún otro piso que no sea el que él va a visitar.

A la luz débil y viciada de un pub, es imposible detectar la presencia de un cuico. Pero no sé por qué maldita razón las mujeres gustan de este tipo de hombres, tal vez porque representan el éxito y un montón de dinero. Pero la verdad, no se puede tener relaciones sexuales con el dinero. Después de todo lo que digan o hagan por conseguir a ese hombre, lo único que consiguen en esencia, es eso: a ese “hombre”.

De acuerdo con los últimos estudios realizados por mi psicóloga amiga, la mayor parte de las mujeres dice que es el amor la razón principal para convivir con un hombre. Pero quienes se han enamorado de un cuico, dicen que la segunda razón más importante es la

necesidad desgarradora y patológica de la seguridad económica. En todo caso, si eres una mujer joven, inteligente, atractiva, sofisticada y brillante, y tienes una espléndida carrera profesional, con un cómodo departamento y una cautivadora figura, que seguramente despierta la envidia de todas tus amigas... “No seas tonta... cástate con un cuico.”

Alguien dijo que lo que mueve al capitalismo es el afán del hombre por distinguirse... aunque para distinguirse de unos tenga que parecerse a otros. Buscamos identificarnos con una “casta”, es una manera de separarnos de los demás... pero los otros corren y nos alcanzan y nos vemos en la obligación de volver a correr. La clase acomodada vive huyendo, a principios de siglo se fueron a Ñuñoa, luego a Providencia, Las Condes... Hasta allí los persiguieron los comerciantes, los *malls*, y tuvieron que volver a huir a La Dehesa, luego a los Trapenses, Chicureo, Colina... Y hasta allí los siguen los colegios y los supermercados... Algunos huyeron a Huechuraba, pero cuando supieron que era Conchalí, vendieron las casas.

Nuestra América... continente con nombre de mujer, cuna de poetas, continente de la imaginación, tierra de esperanza, América morena, rubia, mitad indígena, mitad europea, América mágica. Gabriel García Márquez creó el “realismo mágico”... lo vio en nuestros países, porque son mágicos; es mágico seguir sintiendo olor a asado con el precio de la carne, porque es mágico que viva tanta gente sin trabajar, porque es mágico que los que trabajan subsistan con los salarios que les pagan.

La historia me fascina y desconcierta. El ciclo, repitiéndose hasta la eternidad. Quizás por eso en un principio los relojes fueron solamente circulares... Círculo, circo... Los romanos tenían su coliseo, lo inundaban para recrear batallas navales, combates cuerpo a cuerpo, gladiadores muriendo por simple deporte, haciendo pebre a los criminales del imperio, ¡los cristianos, a los leones! Ahora, cada mañana, desde muy temprano, en varios programas de televisión producidos, especialmente, para hacer leña del árbol caído, se crucifica al personaje del momento. Panelistas y cristianos de turno, sacándose los trapitos al sol, los ojos, la piel, las entrañas unos a otros... Antes el “chaqueteo” era sólo nuestro “deporte nacional”, ahora es una profesión bien pagada...

En estos espacios reinan escotes, bíceps, siliconas, intervenciones quirúrgicas, *solarium* y un kilometraje de cama del famoso en decadencia. La vida privada es cada vez más un privilegio o ilusión. Antes era un derecho. Ahora, cualquier ocioso de mierda armado con un celular con cámara te hace aparecer a poto pelado en Internet... Vivimos un mundo transparente, nos vigilan con satélites y cámaras.

Hoy en día todo el mundo vive bajo sospecha, los abuelos ya no quieren quedarse solos con sus nietos.

Los adolescentes aparecen por casa en busca de tu hija con peinados estrafalarios, rapados, tatuados, con expansiones en las orejas, en los labios, llenos de *piercings*, remaches, pernos, golillas, los pantalones “a media asta”, entran y hacen interferencia con los televisores.

Antiguamente nos llamaban pretendientes porque uno realmente pretendía. Hoy,

llegan y “*lo hacen*”, sin pretender siquiera...

¡¿Y qué me dices de la lata?!, ¿eh?! ¡¡La famosa lata!! Viven gobernados por la famosa lata. ¡Todo los aburre! Cuando mi hijo se cambió por tercera vez de universidad, lo tuve que llevar al hipódromo para que viera que hasta los caballos terminan las carreras...

Yo creo que lo que les falta a estos adolescentes del nuevo siglo es mirar dentro de ellos mismos: están tan acostumbrados a las ofertas externas, los padres no encienden en ellos los fuegos, las pasiones internas, para cultivar sus talentos y transformarlos en virtuosismo...

Estamos viviendo la cultura de la imagen, de la realidad virtual, de lo periférico, lo artificial, de la ciega creencia en las promesas de la tecnología. Estamos más preocupados de lo que no existe y nos perdemos lo real, lo que es nuestro. La vida se nos pasa sin tomar contacto con el hecho de estar vivos, valorando la presencia de lo cotidiano, lo gratuito, lo simple.

Cómo poder traspasarle a la juventud nuestra experiencia... es difícil, porque la juventud cree que la inteligencia compensa la falta de experiencia y el error que cometemos los viejos es pensar que la experiencia sustituye a la inteligencia.

Todo cambia tan rápido que parezco extranjero en mi propia tierra, ¿me pueden creer?: hace un tiempo atrás invité a mi hija a cenar, atentamente abrí la puerta del auto y extrañada me dijo: “¿qué, está mala tu puerta que vas a subirte por aquí?” Y esto fue para mí el equivalente al ¡plop! de Condorito, pues no fue capaz de reconocer la galantería...

Pero en esto algo de culpa tiene la T.V. porque no deja pensar, te hace sentir... Ella establece las prioridades, te dice lo que tienes que desear, lo que tienes que comer, lo que tienes que comprar y por lo que tienes que sufrir... Acostumbró a la gente a vivir vidas ajenas a cambio de no enfrentarse con la propia. La publicidad genera necesidades, elevando una parte de la anatomía femenina a la categoría de símbolo de éxito. ¡¿Quién iba a pensar que algo tan prosaico que antes sólo servía para hacer caca, se iba a convertir en el sustento de toda la economía de mercado?!... pero si hasta para publicitar una pasta de dientes te ponen un culo. Yo me pregunto, ¿cuándo el culo ha tenido caries?

La T.V. nos entregó la cultura del zaping, el shopping y el lifting...

...LOS PADRES NO NOS PODEMOS CANSAR DE SER PADRES

Lata & Tecnología

Tan complejo es este tema que cuando uno cuenta a otras personas que tiene hijos de esta edad, se siente en el aire una sensación extraña, todos parecen darte las condolencias y se oye muy por lo bajo un “ármate de paciencia para los años sucesivos”.

De acuerdo a las investigaciones a que he tenido acceso y que he realizado, las características del desarrollo cronológico se han movido dos años en promedio hacia abajo, lo cual hace que los cambios de la pubertad, comiencen antes y, por lo tanto, también los signos de la adolescencia. Claramente el proceso parte cuando comienzan los cambios en el cuerpo y éstos, llevados por los naturales cambios hormonales, desencadenan sus correspondientes cambios psicológicos que son los que agotan y nos hacen pensar que esta etapa sólo hay que aceptarla y, sobre todo, dirigirla muy conscientemente.

Como decía el Coco, los adolescentes se caracterizan por estar gobernados por la “lata”. Desde el minuto en que se despiertan hasta que se duermen. Esta palabra “lata” puede significar muchas cosas: sueño, pena, vergüenza, aburrimiento, rabia, cansancio... Y determina gran parte de su quehacer diario. Es una generación gobernada por la tecnología, panorama que no va a cambiar y que, sin duda, condiciona nuestras exigencias. La electricidad ha alterado en las familias chilenas la forma de comunicarnos y también la forma de evadir la comunicación.

Convengamos que el que cada uno de los miembros de la familia esté viendo televisión o esté sentado frente al computador es un reflejo de cómo nos ha beneficiado la tecnología. Da la sensación de que “todos en la casa están entretenidos y parece que nos llevamos bien porque todo está en silencio”. Incluso ocurre el absurdo fenómeno de que cuando los niños gritan “¡a mí me toca usar el computador!”, “¡a mí me toca elegir el programa de la tele!”, los adultos pensamos: “hay que comprar otro computador”, “hay que comprar otra tele”. Estas sensaciones, estos beneficios pueden constituir verdaderos espejismos, por esto los invito a ser muy cuidadosos, estar alertas, vigilantes, sólo los padres atentos sabrán discernir si lo más conveniente para el desarrollo humano de nuestros hijos, sea en momentos como éstos, el enseñarles a ser más generosos, a ceder, a negociar, a comprometerse, a manejar conflictos.

“Pili, ¿tú gritas en tu casa?”

Otra preocupación bastante común entre los padres de adolescentes es el que pareciera que de frentón no hacen caso, no obedecen. Surge, entonces, esa pregunta que más parece un lamento: ¿por qué tenemos que decirles tantas veces las cosas para que nos hagan caso? Les contaré una experiencia que ilustra muy bien lo que ellos piensan de sus padres y que a los padres de los adolescentes cuesta tanto entender:

Hace un par de años llegó a mi consulta un niño brillante que me enseñó muchas cosas acerca del comportamiento infantil actual. Fue como un curso de capacitación de esos que de vez en cuando la vida te regala y que, indudablemente, resulta ser de mejor calidad que cualquier MBA. Él me preguntó un día en la sesión: “Pili, ¿tú gritas en tu casa?” Y yo, con la típica tendencia que tenemos los adultos a no reconocer nuestras fallas de inmediato, pensé por unos segundos y reconocí que sí, que gritaba. Frente a esto, el niño me pregunta si yo sabía por qué gritaba. Y yo, suavemente, a través de esas respuestas hechas que manejamos comúnmente, le contesté muy livianamente que lo hacía porque mis hijos, que son adolescentes, me hacían rabiar y, por ende, gritar. Él con una sonrisa casi compasiva me miró y me dijo: “Noooo... tú no gritas por eso... Yo sé por qué gritas tú y por qué gritan todos los grandes: ¡tú gritas porque no te mueves!” (¡Plop!). De inmediato me imaginé en un punto fijo de la cocina diciendo: “¡¡¡A comeeer!!!”... Y a los niños, contestando desde donde estuvieran, aunque fuera en la pieza de al lado: “¡¡Yaa vamos!!...” Todas las órdenes y los mensajes de mi casa funcionaban en ese “estupendo” estilo comunicacional. Cuando les conté a mis niños este descubrimiento y empezamos a intentar movernos, nos dimos cuenta de lo difícil que era comunicarnos de mejor manera y creo que aún no puedo decir que lo logramos. Pienso que ese fenómeno tiene que ver con que, en distinto grado, tanto mis hijos como yo, pertenecemos a la generación del control remoto y pareciera que nos acostumbramos a manejar la vida desde cierta distancia.

Sin embargo, esta historia no termina aquí, ya que a la semana siguiente llegué feliz a reunirme con el “niño genio” para contarle cómo me había ido con “no gritar” (no sabía si tenía que pagarle yo a sus padres o ellos a mí). Con gran curiosidad le pregunto por qué tenía que visitar al psicólogo si yo lo encontraba tan inteligente, ante lo cual me contestó: “porque mi mamá tiene que repetirme las cosas muchas veces antes de que yo le haga caso... Casi cuando está al borde de un ataque cardíaco”. Cuando le conté que eso pasaba en muchas familias chilenas, él me respondió, con una sonrisa, que sabía por qué pasaba eso. Y al pedirle que por favor me contara su teoría, volvió a sorprenderme: “Mira, Pili, mi mamá me repite las cosas cinco veces, ese es su tope. Cuando ella me grita de lejos ‘¡¡apaga la tele!!’, yo tendría que ser imbécil para hacerlo al tiro si aún me quedan cuatro más ‘¡¡apaga la tele!!’, ¡si

tengo diez minutos de tele gratis!” (¡Plop otra vez!). Esos son los niños que tenemos que educar hoy. Al escuchar a éste en particular, sin duda maravilloso, recordé a mi padre quien me decía las cosas sólo una vez, porque a la segunda...

Al darme cuenta de lo alerta y rápida de esta generación pensé, como muchos de ustedes, seguramente, que esa realidad no se aplicaba a mis hijos; que ellos no tenían el tema tan claro... Pero al rato me di cuenta de que cuando uno tiene hijos, generalmente está tan enamorado de ellos, que ve sólo lo que quiere ver. Nada más. Como cuando todos los papás dicen tener hijos sanos y buenos (yo me pregunto: ¿dónde están los que toman, entonces?). Ingenuamente creí que mis hijos no se daban cuenta de esto y les pregunté: “¿cuántas veces la mamá les repite las cosas?”, y la respuesta surgió al unísono: “¡¡¡tres!!!” Y les vuelvo a preguntar: “¿o sea que por eso no me hacen caso hasta la tercera?”. Y ellos, mirándome con compasión dicen: “obvio, mamá... ¿Nos vas a decir que no te habías dado cuenta?” Ahí entendí lo importante de la consistencia parental, sobre todo con nuestros hijos adolescentes que, por lo visto, nos tienen “sacada la foto” hace mucho rato.

¡Debemos seguir haciéndoles cariño!

Ser claros y consistentes durante la pubertad y la adolescencia, quizás sea igual de importante que entregarles mucho afecto. A mí no me deja de impresionar cómo algunos papás dejan de hacerle cariño a sus hijas cuando ellas se empiezan a desarrollar, como si les pusiera nerviosos el hecho de brindarles amor. Y la lectura que esa adolescente tiene o llega a tener es: “mi papá me dejó de querer porque crecí”. Y su conclusión es peor: “crecer es malo”. Existen muchos adolescentes a quienes, por sólo el hecho de serlo, nunca más les dijeron que los querían, a quienes nunca más los tocaron. Para ellos, estos padres paulatinamente empiezan a desaparecer, tal como suelo advertir: “sobre octavo básico y hasta cuarto medio, son una especie en extinción, al igual que los koala”.

En todos los rincones de nuestro país he podido constatar la misma realidad: adolescentes solos, quejándose de todo lo que tienen a su alrededor y no proponiendo nada a cambio. Quizás es una reacción frente a tanta soledad, a nuestras malas caras, a nuestro propio aislamiento... Producto de nuestra clásica frase: “¡Estoy cansado!” Si para ellos la computación ha sido una salvación frente a la fomedad de nuestras casas, hoy es mucho más importante que el PC tenga un virus, a que la familia tenga uno instalado. Estas máquinas están en lugares importantes de nuestra casa y se dedica muchas horas para conocer su funcionamiento, para establecer algún tipo de comunicación con otros que, en la mayoría de los casos, están a muchos kilómetros de distancia... mientras los papás que están al lado, tan cerca, en la misma casa, nunca saben lo que les pasa.

Atención con algunas posturas típicas del adolescente en cuanto tal –también las tuvimos nosotros– que hoy en día se presentan algo exageradas, como cerrar las puertas

de sus piezas, rechazar un abrazo o beso, quizás como una forma de decir “yo ya no soy un niño”, “ya no soy una niña”, pues los padres suelen caer en el error de ceder ante esas verdaderas poses, con lo cual no logramos sino que comiencen a percibir abandono de parte nuestra.

No hace mucho tiempo un adolescente me contaba que él era uno de esos jóvenes que cerraba la puerta de su pieza y que sus padres nunca entraban, porque pensaban que romperían la intimidad o que tal vez estaba ocupado, y entrar sería una molestia para él. Sin embargo, luego de conversar, los tres descubrieron que así como ambos papás pensaban eso, el hijo creía que a él nadie lo quería porque ni siquiera lo visitaban en su pieza. Algo similar pasa con las caricias, pues fingen que no les gustan, pero esto no significa que no las necesiten, ya que cuando cedemos y decidimos por orgullo no darlas más, ellos interpretan que ya no son tan queridos como antes.

La generación actual de padres de adolescentes, o sea mi generación, es triste, preocupada de hacer miles de cosas urgentes, pero nada importante y camina por la vida con cara de deuda, de financiera. Ese semblante se nota a la distancia, siempre tiene cara de la cuota veinticinco que, a medida que nos acercamos a la número treinta y seis, comienza recién a dar cabida a una sonrisa... Hasta endeudarnos de nuevo y así tener una razón para seguir sintiéndonos infelices y apremiados. Ante un cuadro como este es fácil explicarse el porqué esta generación no quiere crecer, ¡si crecer significa parecerse a nosotros! Y frente a esta realidad, ellos sólo quieren escapar. Lo hacen con el “copete”, con la droga y con todo lo que, por un rato al menos, les permita salir de la angustia que genera enfrentar este mundo que nosotros hemos elaborado para ellos.

Si ser adolescente no es fácil, nunca lo ha sido, no ayudamos a mejorar las circunstancias entregándoles un mundo que carece de estructura, de orden, de felicidad, de sonrisa. Difícilmente ellos van a ser capaces de sentir y reconocer que pueden aportar al proceso social del cual se empiezan a sentir parte.

La generación ON-OFF

En mi libro anterior y en algunas conferencias, he mencionado que esta generación es la generación ON-OFF. Para ellos todo funciona con “sonidos o pitos” que les indican lo que está pasando a su alrededor. La comida está caliente, suena un pito; llega un mensaje, suena otro; hay que despertar, otro; se conecta alguien al MSN, lo mismo; llega un mensaje de texto, otro. Lo que pasa, como tan genialmente dice Coco Legrand, es que por alguna razón les estamos enseñando a nuestros hijos que todas las soluciones a sus problemas en la vida están fuera de ellos. Se sienten tímidos: el “copete” les soluciona el problema. Tienen dolor de cabeza: están los remedios. Tienen pena: están los antidepresivos... Por eso es que estamos llenos de farmacias que nos enseñan todos los días que frente a cualquier problema, siempre va a haber una solución fácil de adquirir. La consecuencia más grave de un fenómeno como éste es que como generación adolescente se está formando un grupo humano sin motor interior, que no se sabe

autorregular y, por lo tanto, tampoco sabe parar con nada. Si uno no les dice que cierren la ducha, pueden estar largamente bajo el agua, incluso quedándose dormidos. Si uno no les dice que apaguen la tele o el computador, tampoco lo hacen. Este proceso interno, donde yo debiera reconocer cuándo parar lo que estoy haciendo y que ellos no lo tienen aprendido, es el mismo que después, por no estar internalizado, les impide detener la ingesta de alcohol y se extiende, a veces, al comportamiento sexual.

Nuestros adolescentes son frontales, pero carecen de temple interno y fortaleza para enfrentar los dolores en la vida. Es por esta razón que suelo llamarlos “generación merengue”. Se derriten frente al primer problema que enfrentan. Desde chicos les colocamos un *staff* de profesionales para ayudarlos: “Tú solo no puedes”, “nos necesitas a nosotros”, pareciéramos decirles, motivando, al mismo tiempo, su sensación de incapacidad para resolver algo por sí solos. Esto se parece bastante a cuando les compramos un celular porque “todos tienen”, comunicándoles así que sólo valen cuando tienen el celular porque “sin él, capaz que se traumen”.

Digámosles que los queremos aunque nos caigan tan mal a veces; que los amamos y que estamos felices de que estén creciendo con nosotros

Ayudemos para que sientan que lo valioso de ellos está dentro de sí mismos, que se sientan orgullosos de lo que son y no de lo que tienen solamente. Digámosles que los queremos aunque nos caigan tan mal a veces; que los amamos y que estamos felices de que estén creciendo con nosotros. Entreguemos responsabilidades, hagámoslos esperar, ayudemos a que reflexionen sobre si lo que piden, realmente lo necesitan, no compremos de inmediato. Enseñemos a agradecer lo que se tiene, pero no de palabra, sino que con nuestro propio testimonio. Digamos “no” muchas veces y con el único fin de formarlos y prepararlos para una existencia que, seguramente, será más complicada que la que nos tocó a nosotros enfrentar y que les va a decir *no*, también, muchas veces. Peor aún, se los dirá sin afecto.

Parece ser que la gran lección es que los padres no nos podemos cansar de ser padres. Nuestro rol formador es tan importante que su adecuado y necesario ejercicio no puede depender de nuestros orgullos heridos ni ser influido por nuestros problemas y dolores personales. Nuestro amor por ellos debe trascender todo aquello y nunca debemos olvidar que nuestra tarea es prepararlos para la vida.

En ciertas investigaciones realizadas este último tiempo, he descubierto con asombro que en los sectores altos de nuestra sociedad hay un buen número de padres que no saben dónde están sus hijos ya que les contratan radiotaxi para que lleguen a sus casas, evitándose ellos la “lata” de tener que ir a buscarlos. Yo me pregunto, ¿qué sentirá ese joven al ver a otros papás que sí van buscar a sus hijos?! ¿Sentirá envidia al ver que hay otros padres que sí se preocupan de sus hijos, aunque a ellos muchas veces les moleste tanta protección? ¡Una cosa es lo que a ellos les gusta o no y otra, muy distinta, lo que

necesitan!

No querer pagar costos emocionales es un objetivo creciente

Se supone que la adolescencia termina alrededor de los veinte años y en ese momento este “individuo” debiera ser capaz de tener un proyecto de vida diseñado, el que debiera incluir: elección de una carrera que esté al servicio de ese proyecto, visualizar una pareja y asumir su responsabilidad diaria para enfrentar los desafíos que la vida le presentará. Sin embargo, hoy nos encontramos con adultos jóvenes cercanos a los treinta años que, al parecer, sólo quieren vivir las ventajas de la vida sin experimentar ningún costo. Son, generalmente, ejecutivos o personas que ya están inmersas en el mundo laboral, por lo tanto, tienen ingresos y siguen viviendo en casa de sus padres. Experimentan el beneficio de gozar sus ingresos, yéndose de viaje con sus parejas, muchas veces, “desapareciéndose” algunos fines de semana, pero con la certeza de tener ropa limpia y planchada en el clóset y comida caliente hecha por la mamá (además de una capacidad de ahorro nada despreciable). Es decir, viven con “los privilegios de los casados y las ventajas de los solteros”.

Claramente, este hecho es un hito de nuestros tiempos. No querer pagar costos emocionales es un objetivo creciente. Tiene que ver con una sociedad hedonista que sólo busca el placer y en el que los compromisos vitalicios son evitados cada vez con mayor fuerza. Uno podría pensar que lo que los “casados-solteros” no quieren vivir es “el riesgo”, pero mi experiencia me dice que lo que, precisamente, rehúyen es el compromiso emocional. Sí, porque ellos pueden practicar parapente, saltar en *benji*, participar en alocadas carreras de diverso tipo e, incluso, tener sexo ocasional con alguien a quien no conocen... Experiencias fuertes y adrenalínicas que, en vez de asustarlos, parecen generar en ellos una fuerte adicción que, además, podría motivar una competencia de arrojo y valentía durante su ejercicio. O sea, más que temor al riesgo, reitero, el temor es a la estabilidad, a las supuestas amarras del compromiso.

Sexualidad anticipada: impulsos eróticos a más temprana edad

Hablar de adolescencia sin hablar de sexualidad es como no referirse a la adolescencia. Y aquí me quiero detener un poco para contarles muy brevemente algunos asuntos que he estado observando sobre este tema, y que, espero, sea materia de un próximo libro. Al referirme especialmente a la adolescencia, señalé que todos los cambios psicológicos se han adelantado dos años hacia abajo y la sexualidad es la que ha marcado un poco esa tendencia. La pubertad se inicia antes, los caracteres sexuales secundarios, como la aparición de vellos y la llegada de la menstruación (menarquia), se manifiestan a más temprana edad. Por lo tanto, los cambios hormonales empiezan a hacer sus estragos en nuestros hijos desde mucho más pequeños y los impulsos eróticos se desarrollan también más tempranamente. Ahora bien, lo que agrava esta problemática

es el hecho de estar en una sociedad terriblemente sobre-erotizada, que los impulsa a pensar, ver y a desear el sexo como experiencia mucho antes de lo normal. Los padres no estamos en absoluto ajenos a esa realidad y solemos cooperar con ella desde que los niños están en *kindergarten*, o antes, a la salida del jardín les empezamos a preguntar: “¿quién te gusta?, ¿ese es tu pololo?” Y todo esto por el afán irreflexivo de hacer crecer a nuestros niños desde que salen de la clínica.

Una adolescencia en niños –ahora- más pequeños a la que debemos sumar el acceso público a la televisión, la pornografía y toda la publicidad altamente erótica que nos invade sin discriminación de géneros ni edades ni horarios ni nada, genera el que nosotros estemos consumiendo lo que he llamado un *sexo público* que, claramente, está matando la profundidad del sexo privado.

Por otro lado, a estos adolescentes -tenemos que reconocer- los hemos dejado solos, ellos han ido descubriendo por sí mismos los límites de sus conductas en una sociedad que, además, les dice que pueden probarlo todo y que si son “bacanes”, debieran hacerlo. Agreguemos el cambio en el rol de la mujer, ahora son ellas las que conquistan, las que “tiran”, las que buscan, las que llaman... Todo lo expuesto hasta aquí, permite explicar la precocidad y gran confusión que reina entre los adolescentes y la experimentación de su sexualidad.

He señalado en diversas ocasiones que una de las características masculinas que está en perfecta concordancia con el físico propio de quienes forman parte del género masculino es que está diseñado para soltar, para avanzar en los procesos psicológicos, no para detenerlos. Además, les resulta muy fácil separar las cosas, por lo que pueden distinguir, por ejemplo (como lo han hecho siempre), entre sexo y amor. Y por siglos, esta separación los ha llevado a que busquen mujeres con las cuales “juegan” y otras con las que se comprometen. No he dicho hasta aquí nada nuevo, pero es justo destacar que hoy la situación se presenta de manera distinta: antiguamente a la mujer se le enseñaba a integrar sexo con afecto de manera de posponer su sexualidad hasta el momento en que tuviera una relación estable. Hoy las mujeres están “soltando” igual que ellos, también han aprendido a separar, por lo que ya no hay nadie que detenga sus procesos, lo cual también es válido para las relaciones sexuales. A esto se suman ciertas prácticas de ese tipo que ellas han aceptado tener, no porque disfruten más, sino porque “así los dejamos tranquilos” y no se enojan “con nosotras”: sexo oral y anal, formas que permiten defender una supuesta virginidad.

¡En el siglo 21 sigue vigente la prueba de amor!

Respecto de la virginidad, seamos enfáticos a la hora de enseñarles y digamos claramente que la virginidad no “se pierde”, como dicen ellas... Y ellos también. En general, cuando uno pierde algo, lo pierde porque ¡no se dio cuenta!, ¡y puede que lo encuentre! La virginidad se regala, se dona. Cuando yo regalo algo, tengo que saber a quién se lo doy, cómo es el otro. Que no vaya a ser que por estar medio borracha no me

dé cuenta, pues ahí, claro, habrá que decir que esa niña “perdió” su virginidad.

La distinción verbal refleja un fondo que tiene que ver con la concepción de la virginidad como algo estrictamente vaginal y no del alma. Por lo mismo, es posible sostener que “una niña violada sigue siendo virgen porque ella voluntariamente no le ha concedido su cuerpo a nadie”. La pureza es algo mucho más profundo y poco tiene que ver con la zona del cuerpo donde se sitúe.

Gracias a Dios, hoy existen muchos adolescentes que están reivindicando el valor de la pureza en un sentido más amplio, intentando dejar atrás el criterio meramente instrumental, al servicio de egoísmos y temores.

Cuando se les pregunta si tener sexo oral/anal les gusta, la gran mayoría dice que no, pero ya están metidas en eso y no lo pueden evitar; las alivia o consuela en parte la creencia de que no están entregando nada *de ellas* y, por lo tanto, pueden controlar la situación. Lo extraño de este discurso que suena tan emancipador es que cuando uno les pregunta, más íntimamente, por qué comenzaron a hacerlo (tanto respecto de estas prácticas en sí, como también del inicio de sus relaciones sexuales), la razón siempre es la misma: “no quiero perderlo”, “él me puede dejar si le digo que no”, “él me lo pidió y yo lo quiero, no quiero que piense que no lo quiero”, “él puede pensar que soy ‘perna’, que soy ‘mamona’”, “él se puede enojar conmigo y me da susto cuando lo hace”. El panorama resulta lamentable, pues la gran mayoría reconoce que, de haber tenido absoluta libertad al respecto, no lo habría hecho.

Parece asombroso que en pleno siglo XXI, la razón de la iniciación sexual de nuestras adolescentes siga siendo “dar la (famosa) prueba de amor”, mientras que para ellos siga siendo la curiosidad y lograr un objetivo en pro de su masculinidad. En buena parte de la investigación, queda al descubierto el doble discurso de las mujeres que juegan a ser independientes, que dicen tener el control de todo y que, por otro lado, sufren una sensación de soledad y de tristeza. Sin temor a equivocarme, puedo afirmar que esto tiene que ver con la traición que han hecho ellas mismas a su identidad de mujer: “puedo jugar a ser (como) hombre, pero esto no me hace feliz”.

Los tiempos han cambiado, qué duda cabe, la reivindicación de las mujeres para experimentar placer llegó para quedarse (y me parece bien). El punto de fondo tiene que ver con que si las mujeres y los hombres de hoy estamos o no amando mejor que antes. El saber más no necesariamente aporta a los procesos psicológicos; tampoco ayuda en esto la mayor práctica que se pueda tener en el sexo. Para ser vivida en plenitud, la sexualidad debe cambiar su giro y conectarse con la espiritualidad, con la esencia del ser humano y sus afectos, de lo contrario, vamos a seguir viendo adolescentes y adultos que en vez de tener una relación amorosa, de “hacer el amor”, practican una mejor o peor “gimnasia sexual”.

Pudor versus actividad sexual precoz

Está en la cultura familiar (y nacional, quizá, global incluso) -no me cabe duda de que

a quienes están leyendo este libro les sucede algo similar- el que más allá de contar o no con espacios cómodos donde reunirse dentro de la casa, que se cuente con un living o salita para que se reúna la familia, recibir a las visitas, parientes; por lo general, la mayor parte o casi toda la vida familiar la hacemos en nuestros dormitorios. Ahí comemos, hacemos las tareas, vemos televisión, dormimos, hacemos el amor, descansamos cuando estamos enfermos. Si los lugares comunes en las casas casi no se usan, es fácil entender cómo nuestros queridos adolescentes han aprendido que todo puede hacerse en los dormitorios: descansar es estar echado en la cama; para recibir a los amigos es mejor la pieza, y si esto no representa ningún trastorno grave, sí lo es el que para simplemente conversar, comer o hacer cualquier otra cosa no se usen los espacios comunes de la casa, pues ¡para eso fueron diseñados! Todo comienza a complicarse cuando llega el pololo o algún amigo del sexo opuesto y nosotros, los padres, les permitimos entrar a sus piezas como si fuera lo más natural del mundo, ¡y, más encima, igual que en los moteles, les llevamos bandejas y se las dejamos en la puerta! ¡Si lo único que nos falta es hacerles un ventanuco en la mitad de la muralla y sería lo mismo! Este tipo de situaciones no contribuyen en nada con un modelo de educación sexual centrado en el autocontrol, pues los espacios –como vemos y nos demuestra la experiencia- acogen y promueven en mayor o menor medida cierto tipo de conductas. Debemos enseñarles a valorar y cuidar la intimidad. Es verdad que igualmente van a buscar espacios para intimar con quienes ellos o ellas quieran, ¡pero que por lo menos les cueste un poco más lograrlo!

El desarrollo del pudor es un aspecto de gran importancia en la educación de la sexualidad y se logra a través de todas aquellas reglas que promueven el cuidado de la intimidad. Es de gran utilidad inculcarles a las niñas que ellas son “reinas”, si ellas no quieren, no permiten el avance sexual, éste no se producirá, no pasará nada. Son reinas y tienen que hacerse respetar para ser respetadas. ¡Y, por supuesto, enseñarles a nuestros hijos hombres a valorar a una mujer que se hace respetar!

Gran parte de toda la actividad sexual que hoy tienen nuestros jóvenes, funciona precozmente debido a la inclusión de ciertos “aliños” que alteran la conciencia de estas criaturas, principalmente el alcohol como gran ingrediente y puerta de entrada de todos los demás, es decir, drogas, específicamente estimulantes (hablar de drogas claramente me parece muy reiterativo, claro que, mucho se sabe de ellas y poco se avanza).

Conciencias alteradas y adultos poco sanos

Detengámonos ahora en las posibles razones por las cuales hoy estamos ante una posible generación de adolescentes altamente alcoholizada. Mis conversaciones con jóvenes que están en esa situación de alto riesgo y de extrema debilidad y los resultados de algunas pequeñas investigaciones desarrolladas en torno al tema, me permiten sostener que la gran mayoría de los adolescentes que bebe lo hace porque no les gusta cómo son sin trago: “Pili, soy fome sin copete”, “sin copete no me río igual”, “sin trago no tengo tanta personalidad”, “con copete me borro de los problemas de mi casa”, “me

encanta que se me apague la tele, así no me angustio por un buen rato de las responsabilidades que debo enfrentar después...”. Estas y otras frases, nos llevan a la triste conclusión de que nuestros adolescentes toman y se drogan en un comienzo por simple imitación y curiosidad, pero detrás de esto se encuentra una deteriorada autoestima y una dificultad gigante en torno al enfrentamiento de conflictos: ellos prefieren huir y evadirlos. Estamos de acuerdo en que no puede ser que el mejor carrete para ellos sea aquel del cual no se acuerdan. Sí, leyó bien: justo ése del que prácticamente no recuerdan nada, porque les permitió olvidarse de todos los problemas que tenían y les quitó la tremenda responsabilidad de mirar un futuro que no quieren enfrentar.

Ante esa situación, debemos analizar qué hemos hecho en relación a la autoestima de nuestros hijos y si estamos concientes, como padres, en qué medida la autoestima de nuestros hijos depende de algo externo. Por sí solos no se sienten capaces. Pero, siendo bien honestos, nosotros les hemos enseñado con nuestro propio ejemplo a funcionar así. A continuación, varios ejemplos que lo demuestran:

Un niño o adolescente ve que su mamá cuando tiene pena o angustia se toma un *Ravotril*; que su papá, cuando está cansado y mal genio, enciende el televisor y no habla con nadie; que cada vez que hay un dolor físico en la familia se corre a una farmacia para aliviarlo lo antes posible; que a los seis años tuvo pena y para que se le pasara, los papás le regalaron un celular (que, por supuesto, no necesitaba pero, de acuerdo a la “frase nacional” de los padres: “todos tienen, cómo mi *cabro* no va a tener uno... capaz que se traume”); que cada vez que le va mal en el colegio, aparece un *staff* de profesionales para ayudarlo quienes le transmiten que solo no es capaz. No debiera extrañarnos el que cuando se sientan angustiados, beban alcohol para sedar esa pena y se droguen para olvidar, pues carecen de los recursos para encontrar soluciones dentro de sí mismos. No digo que debemos dejar de tomar remedios ni que no sirvan los profesionales que ayudan a los niños en sus trastornos de aprendizaje, pero éstos no lo sanan todo, no son la panacea a nuestros males y, a veces, pueden no ser ni el remedio adecuado ni el especialista necesario.

En nuestro país existe un “sobre diagnóstico” de enfermedades, el chileno tiene *experticia* en casi todos los ámbitos, por lo tanto, basta que nos reunamos en grupo para que todos seamos médicos del que está enfermo, psicólogo del que tiene un problema, político de algún problema social y, por supuesto, emitimos el primer “diagnóstico” y nuestra solución o remedio es el mejor de todos. Actualmente, en Chile, hay mucha gente con depresión, estrés, angustia... Poca gente sana queda en nuestra sociedad. Los remedios son muy necesarios para muchas enfermedades, pero existe un montón de gente, consumiendo los productos más increíbles. ¡Sólo porque nos hacen pensar que, gracias a ellos, nos vamos a sentir mejor! Nunca nada va a reemplazar al trabajo interno que hagamos para tratar de superar nuestras dificultades, lo demás, a veces indispensable, debe ser guiado por un buen especialista que en su corazón tenga la misión de liberar al paciente, ojalá lo antes posible, de esa dependencia. Por lo menos podrá enseñarle a crecer internamente con el fin de entender qué la produjo.

Vivimos en una sociedad de adicciones. Todos somos adictos a algo que, al parecer, nos produce tranquilidad y estabilidad emocional. La clave está en reconocerlo para así dejar de mirar al otro con esa tendencia al juicio, tan característica de nuestra “chilenidad”. Nuestras dependencias tienen que ver con el concepto de los apegos y, según los orientales, éstos son las causas de todos nuestros sufrimientos.

Excesos que matan

Revisemos ahora el tema de los excesos, pero desde la perspectiva del miedo positivo o negativo, pues al igual que la mayoría de las emociones de las personas, el miedo tiene dos elementos: uno positivo y otro negativo. El positivo tiene la función -como emoción asociada a la sobrevivencia- de protegernos, de advertirnos que “ahí no te metas, cuidado” y uno debiera escuchar ese mensaje; sentirse valiente por ser precavido. El negativo, en cambio, porta la emoción paralizante frente a decisiones que hay que tomar y dice algo así como: “¿para qué te vas a arriesgar?”, “¡quédate ahí no más!”, “estás cómodo así”.

Si bien hoy uno lo puede observar en todas las edades, existe entre los adolescentes una definición de valentía que pasa por vencer el aspecto positivo del miedo. Es decir, “me siento valiente cuando no respeto aquello que me dice que tenga cuidado”. Es como si decir *no* a algo que me da miedo, me ubica en una categoría de “perno”, tonto o “mamón”. Que, por supuesto, tengo que evitar. Lo más espectacular, desde el punto de vista del adolescente, sería decir que no le tengo miedo a nada y, por lo tanto, pasar esa barrera tan importante del autocuidado. Ejemplo de esto es la autolesión que se da, principalmente, entre niñas de octavo y segundo medio: ellas se cortan los brazos, piernas y abdomen para poder eliminar grandes dosis de angustia que dicen no tener otra forma de exteriorizar.

Como pueden apreciar, aquí se hace presente uno de los principales gérmenes de la creciente masculinización de las mujeres ya que, al no querer parecerse a sus madres en lo quejumbrosas, estas niñas deciden no hablar ni llorar, porque eso equivaldría a “tener un ataque de mina”, que evitarán por todos los medios. Producto de ese “silencio emocional”, se angustian y somatizan a través del estómago, el cual les duele mucho y frecuentemente. Entonces sufren una necesidad irresistible de “sacar esta sensación” y agarran un cuchillo cartonero, tijeras o cuchillos de cocina y se hacen cortes no muy profundos, pero rápidos que, dependiendo de la angustia, serán pocos o abundantes. Aquí, “yo me siento valiente en la medida que me arriesgo y me corto”, además de que el dolor no se siente en un comienzo, porque la angustia es mucho mayor. El relajo de estas situaciones viene recién cuando comienza a salir la sangre, es como si se abriera una llave que permite disminuir la angustia que se experimenta. Ahora bien, la solución del problema pasa por restablecer la comunicación con ella misma y, después, con los vínculos más cercanos. Tiene que volver a contactarse con su identidad femenina y con la comunicación, tan propia de nuestra naturaleza. Hoy estas angustiadas niñas están

utilizando otras formas de autolesión: pellizcándose, mordiéndose y raspándose fuertemente la piel con gomas de borrar hasta sangrar producto de la erosión de la piel. ¡¿No es para reflexionar?!

Otro tema que también pasa por el vencimiento del miedo, asociado al dolor, es el *piercing*, sobre todo, cuando se colocan en exceso, pese a lo cual los adolescentes dicen no experimentar dolor. Además de portar un mensaje comunicacional importante, dependiendo del lugar donde se los hagan (existen estudios que demuestran que éstos se hacen en las zonas del cuerpo desde donde se quiere comunicar o no algo), representan una trascendencia respecto de la barrera del dolor que los hace sentirse valientes. Así se vive el miedo hoy. Y lo “loco” es que si esa sensación se experimenta mucho, cuando llega el momento de establecer un compromiso emocional, la decisión se evita o posterga casi como si hubiera que protegerse de algo; aunque a la larga, quite la posibilidad de avanzar y, por lo tanto, de amar en profundidad.

Relevante resulta ser en la adolescencia todo aquello que tenga que ver con los trastornos de alimentación, entre los cuales destacan la anorexia, la bulimia y la obesidad. Estos tres cuadros clínicos son parte de un continuo que refleja la tendencia adolescente a ejercer control sobre su propio cuerpo. En un extremo, el exceso de control correspondería a la anorexia; la falta absoluta de éste, a la obesidad; y en un punto intermedio entre ambos, caracterizado por atracones de comida y la desesperada sensación de compensarlos mediante laxantes o vómitos, está la bulimia.

Cuando estos cuadros empezaron a surgir en la década de los 70’, se pensó que obedecían a la necesidad de las mujeres de ser o verse más atractivas para “ellos”, por lo cual la necesidad de estar delgadas correspondía a una estrategia de conquista. Sin embargo, hoy está claro que este tipo de trastornos se producen por un tipo de “competencia” femenina que, obviamente, circula dentro del mundo de ellas porque pareciera que así una adolescente le envía el siguiente mensaje a su madre: “yo no necesito tu comida, necesito tu cariño”. En el caso de las bulímicas y de quienes sufren obesidad, la variante de ese mensaje estaría sustentada en la rabia que por alguna razón tiene esa adolescente hacia su mamá.

Es indudable que, de acuerdo a cómo hemos construido esta sociedad, cada vez es más difícil evitar estos cuadros. Seguramente las mujeres que estén leyendo este libro habrán vivido la aterradora experiencia (para nuestra vanidad femenina) de ver cómo la ropa para nosotras cada vez es más frecuente encontrarla en pequeñas tallas de ropa (diminutas, diría yo). Para que nos quede bien algo, tendríamos que ser, literalmente, esqueletos ambulantes. Toda la ropa está hecha para gente muy flaca y, por lo tanto, el acto de comprarse algo es tremendamente frustrante. Además, es justo reconocer que uno puede tener desde una talla 40 hasta una 46, dependiendo del que la confecciona. Sin embargo, la explicación que nos dan en las tiendas es aún más ridícula, pero por lo menos nos calma de la “depresión”: “No, señora... No se preocupe, el modelo es chico”. Todo esto suena divertido, pero en el caso de una adolescente, puede llegar a ser traumático. Ella siempre ha sido talla S y sueña con ser XS, pero en la tienda le dicen

que la polera que quiere sólo se hace en talla M. De inmediato ella se siente gorda porque, aunque no sea su voluntad, acaba de subir una talla.

A esto, agreguémosle los efectos de la moda. Claramente los pantalones a la cadera, no hacen verse flaca a nadie y, más encima, realzan lo que yo he llamado en mis investigaciones el “ángulo anoréxico”, es decir, justo la curva entre la cintura y la cadera. Supongo que, cuando los miembros de esta generación tengan cuarenta años, no van a tener cintura porque no la han formado. Como si eso fuera poco, se ponen poleras (¡incluso en invierno!) que les destacan toda la guata, con lo cual luce mucho más la zona que justo ellas quieren evitar. En resumen, como dirían los jóvenes: “todo mal”.

Tenemos una sociedad que dice que a los flacos les va bien, que la delgadez tiene que ver con el éxito, que influye hasta en encontrar trabajo y amor. No es difícil así el que nuestra sociedad haya desarrollado una especial cultura de gimnasios que, según dicen algunos, éstos se llenan porque la gente ha tomado conciencia de que hacer ejercicio es bueno para la salud... Será mayoritariamente por la “salud del ego”, diría yo, especialmente en el caso de las mujeres.

Los problemas de alimentación están provocando algunos estragos en la sociedad chilena, aún cuando hay que reconocer que este problema trasciende las fronteras. En nuestro país la alimentación tiene mucho que ver con nuestra cultura, en ella todas las muestras afectivas se relacionan con la comida. Y esto comienza con nuestro nacimiento: una madre se siente buena en ese rol cuando el pediatra le dice que su guagua está en el peso. Por el contrario, si resulta que está bajo ese indicador, esa mamá empieza a cuestionarse y a sentirse culpable. “La leche está mala”, se dicen ellas. Ahora bien, si esos encantadores doctores escuchan al bebé eructar con cara de tristes puede que afirmen que “la leche está delgada” con lo cual parte una serie de sustitutos para remediar lo que la madre siente como una falla en ella.

Relato todo esto a manera de ejemplo para ilustrar cómo la comida es un tema central en nuestra cultura desde que llegamos a este mundo. Ahora bien, siguiendo con el ejemplo anterior, si el bebé come con cualquiera menos con su madre -vomita, escupe, llora, es un desastre-, ella se siente “mala mamá”. Los niños crecen y se produce un período de calma en el que uno llena la casa de preparaciones deliciosas para que todos vean que “yo me preocupo de los que quiero y siempre estoy haciéndoles cosas ricas”. Cuando los hijos son adolescentes, el tema de la comida se vuelve crítico, sobre todo para el bolsillo, producto del aumento de la ansiedad; ya desde los seis años aumenta en el hogar el consumo de carbohidratos y grasas y los niños oscilan entre no comer nada y comérselo todo. Está probado que en las casas en que se come en la mesa y no en bandejas, en que la comida se come lento y no se habla de ella como tema familiar (“bajé dos kilos”, “me queda suelto el pantalón”, “me queda apretado el pantalón”, “salió este nuevo producto *diet*”, “apareció una pastilla mágica...”), existen muy bajas probabilidades de que se produzcan en su interior trastornos de alimentación, posiblemente, porque en estas casas se privilegia la comunicación emocional. En las que se habla de comida todo el día, en cambio, se compra mucha comida *diet*, la mamá está

siempre a dieta y compite con la hija para ver cuánto más flaca está, pasa horas en el gimnasio, habla de las calorías de las comidas y hay muchas pesas dentro del hogar, claramente tienen más probabilidades de desarrollar algún cuadro disfuncional de alimentación.

Es importante mencionar que estos cuadros se dan en “niñitas perfectas”, esto quiere decir, niñitas con muy buen rendimiento, con buenos valores, un tanto tímidas, integradas socialmente pero con una gran dificultad para asumir debilidades y faltas de control. Les cuesta mucho tolerar frustraciones y expresar sus penas, rabias y miedos. Algunos de ustedes se deben estar preguntando qué pasa con los niños que tienen anorexia. La verdad es que son menos que las niñitas, la proporción actual es de ocho niñitas y dos hombres, aproximadamente. Como es un tema de competencia *intra mujeres*, los hombres que la presentan suelen tener muchas características femeninas desarrolladas; esto ha ido aumentando producto, a su vez, de la masculinización de la mujer. Por lo tanto, no nos debiera extrañar que en unos años más, haya muchos niños con anorexia. Los estudios de anorexia masculina concluyen que ellos tienden a traducir sus cuadros de trastornos de alimentación en los gimnasios y con conductas obsesivas frente al “tono” muscular de sus cuerpos.

*Proyecto de vida:
más que elegir una carrera, encaminarse en pos de un sueño*

Este es el último tema que toco en relación a los adolescentes y que, creo, es fundamental debido a los grandes problemas que hoy tienen para escoger qué quieren hacer con sus vidas (y no necesariamente me refiero a una carrera universitaria): el proyecto de vida se define como la elaboración de un esquema de “cómo quiero que me vaya al hacer mi vida”. Uno replantea su proyecto de vida muchas veces a lo largo de la existencia, por lo tanto, la “carrera” (que espantosa palabra, suena a cansancio, a estar agotados, a llegar a una meta, a algo que se hace sin tener conciencia de lo que pasa a mi alrededor...) es algo que está al servicio de ese diseño (proyecto de vida) y no lo constituye exclusivamente. Por eso, muchas veces, la orientación vocacional, desorienta en vez de orientar, ya que centra todo en la búsqueda de un objetivo relacionado con “la correcta elección de una carrera adecuada”.

Cuando comienza esa reflexión, al momento de iniciar la elección, empiezan a aparecer palabras como éxito, fracaso, perder, ganar y por, sobre todo, aparece el tremendo miedo a equivocarse. Diseñar nuestro “proyecto de vida” se relaciona con contactarnos con nuestros más profundos sueños. Tiene que ver con descubrir nuestra misión aquí en la tierra. Por lo tanto, trasciende nuestras habilidades. No siempre para lo que soy bueno es a lo que me tengo que dedicar, ya que puede ser que eso no me llene el alma. A los alumnos de cuarto medio suelo decirles que cuando quieran elegir una carrera, deben inclinarse por la que crean les garantice sonreír ocho horas diarias, que el tiempo pase volando y que los haga sentirse plenos en su quehacer. Ellos suelen

asombrarse con mis palabras, porque suelen sentirse presionados por los adultos para seguir algo determinado, buscar alguna carrera rentable “para que sean más que su padre (o su madre)” y respecto de lo cual el fracaso sólo se relaciona con la pérdida económica resultante en caso de ser una elección equivocada.

Un gran porcentaje de personas en Chile no sabe cuál es su sueño, nadie les ha enseñado a buscarlo, sólo les han enseñado a rendir en pos de un objetivo: las notas (otra vez evaluaciones externas), que, se supone, son la antesala del planteamiento de los sueños. ¿Cómo decirles a los jóvenes que a lo único que no se puede renunciar en la vida es al cumplimiento de los sueños y que hay que buscarlos, seguirlos, incansablemente? Siempre recuerdo cuánto se demoró el Padre Hurtado en cumplir su sueño: casi cuarenta años. ¡Y miren todo lo que realizó con él! Creo que mientras más grande el sueño, más obstáculos vamos a encontrar para hacerlo realidad.

Los padres debemos ayudar a nuestros hijos a buscar sus sueños (que al final es ayudarlos a que se conozcan), que sepan qué talentos y debilidades tienen, cómo pueden llegar a aceptarse para, posteriormente, llegar a quererse. Debemos enseñarles a confiar en ellos; cuando ellos nos digan que quieren ser médicos, no les podemos decir: “¿qué vai a ser médico tú?!, ¡¡con las notas que teníh, no te alcanza!!”, ¿cómo vai a estudiar teatro?!... ¡¡tái más loco!!, ¡¡te vai a morir de hambre!!!”

Si nosotros dejamos de soñar cosas grandes para ellos, nos conformamos con lo mediocre, con lo mínimo, con lo que nos deja tranquilos, no les estamos pidiendo lo máximo y por eso ellos ya no estudian para el siete, sino para lo menos malo. Es como habernos conformado con el *mal menor*, en vez de buscar el *bien mayor*. Ese gran ideal por el cual hay que esforzarse hasta que duela y no renunciar tan fácilmente por lo que parezca más cómodo.

Un día en un colegio, trabajando con alumnos de segundo medio y hablando de los sueños, una adolescente me pidió que le diera claves acerca de cómo podía llegar virgen al matrimonio. Yo empiezo a conversar con el resto del curso del tema y ella me plantea que tiene un problema con él, porque su mamá “ya no cree en eso” y tampoco cree que ella pueda lograr tan “titánica tarea”. Asombrada, yo le digo que se suponía que eso era al revés: que ella tenía que querer tener relaciones y su madre decirle *no*. Pero, en ese caso, la madre ya no esperaba eso para ella, había perdido la esperanza, ese era un sueño imposible. Justo en ese momento aparece otro compañero de ella diciendo que a él le pasa lo mismo, pero con el copete. El papá le había dicho: “si vas a tomar, toma lo menos posible”, pero no le creía que él no quisiera tomar. En eso se levanta otro y dice que le pasa lo mismo, pero con el cigarro. Varios levantaron su mano para decir que sus papás les hacían sentir que no esperaban nada grande para ellos, sólo que no se metieran en ningún problema que, por supuesto, los complicara a ellos. A mí me parece terrible que nuestros hijos piensen que nosotros no esperamos nada de ellos y que nuestra máxima aspiración sea el que no nos den problemas.

Eduquemos de verdad proyectos de vida para nuestros hijos: dónde se ven, cómo se ven, cómo están vestidos en diez años más, en qué lugar físico se encuentran, cuál es su proyecto de familia, ¡¿cuántos hijos les gustaría tener?!... Todas estas preguntas están al servicio de la carrera y no al revés. Por lo tanto, la orientación vocacional debiera guiarlos en ese sentido.

4. MASCULINIZACIÓN DE LA MUJER

Durante los últimos años la mujer ha desarrollado fuertemente su lado masculino: estudian, trabajan, se visten de manera más agresiva... ¡Y todo lo hacen solas! Bailan solas, fuman solas, beben solas, comen solas... Las mujeres... parte fundamental de nuestras vidas, fuente de inspiración inagotable e inteligible... Ricardo Arjona, que las derribe, dice que “a las mujeres no hay que entenderlas, sólo quererlas”. Quizá por eso sólo en Chile lleva más de un millón de discos vendidos... Yo estoy de acuerdo con él, pero cuando pienso en la lógica femenina, termino viendo su falta de lógica...

Por eso (tal vez por llevar la contra, que es una de sus mayores facultades), el hombre se abotona la camisa, el pantalón y la chaqueta... por delante. En cambio la mujer, para complicarse un poco más la existencia, se abrocha el vestido, la falda y los sostenes por detrás... Otra diferencia entre ellas y nosotros: a los hombres lo que más nos interesa es la política, los deportes, la bebida y las mujeres... Cualquiera sea el orden... A ellas, en cambio, lo que primordialmente les interesa es el matrimonio... Tanto el propio como los ajenos. A pesar de que el primero resulte un desastre, nunca pierden la ocasión de asistir a una boda: van a cuanto matrimonio están invitadas.

Sin embargo, y a pesar de las diferencias que nos separan y/o complementan, hoy en día ellas quieren ser iguales a nosotros, sentir como hombres, competir “de tú a tú” con sus machos. Es que han cambiado mucho... Si hasta no hace mucho tiempo las mujeres se dedicaban a las labores que se suponían eran propias de su sexo, hoy nos invaden por todos lados: quieren manejar una retro-excavadora, ser obispos y todo cuanto se les ocurra emprender. Ya tienen un creciente dominio sobre empresas, fábricas, hombres y todo lo que se propongan, da lo mismo si la impetuosa fémina de turno pertenece a la categoría de “Yayita” o a la de “Generala”, todas van a seguir luchando por demostrar sus capacidades de gestión, liderazgo y eficiencia... Como lo han hecho durante los últimos años.

“Masculinización de la mujer”... Entiendo a qué se refiere... pero no puedo dejar de pensar en la “contradicción” de la frase...

¡MUJERES, BASTA DE QUEJAS!

Existe en la actualidad un sinnúmero de adolescentes femeninas que se han *convertido* en verdaderos hombrecitos y no cuidan ni rescatan nada de su femineidad por considerarla “perna” o “mamona”. Me refiero a todas esas niñas muchas de ellas se han masculinizado a tal punto que no usan calzones sino que *boxers* u otro tipo moderno de calzoncillos- que están teniendo actitudes muy agresivas y amachadas; toman y fuman a la par de los hombres, se sientan como ellos, se visten como ellos sin rescatar ni por asomo sus encantos y ternura. No hablan ni lloran porque “eso es de débiles”, pelean igual e incluso garabatean más que los hombres.

Masculinización que, como he venido denunciando desde hace algún tiempo, tiene sus raíces en el cansancio de una generación nueva que no quiere parecerse ni a sus madres ni a sus abuelas, en la medida en que ellas se han quejado de ser mujeres. Incluso muchas de ellas, seguramente, escucharon de sus propias madres: “Si yo hubiera sido hombre estaría tan feliz...” Nuestras hijas nos han escuchado que nos enfermamos una vez al mes, en vez de menstruar; que andamos idiotas la semana antes; que ser mamá es agotador; que nos rajamos en el parto; que la guagua nos hizo “pebre” los pechos al tomar leche; que al final los hijos se van; que la vida es injusta para las mujeres; que ser mujer es un cacho... Entonces ¿cómo ellas van a querer ser madres y sentir en su corazón que ser mujer es un privilegio, que la vida pasa por nosotros, que somos tierra y, por lo tanto, sabiduría, porque tenemos la intuición para ver la realidad?

¡Mujeres!, vuelvo a repetir: ¡basta de quejas por todo lo que hacemos, mostremos a nuestros hijos -damas y varoneslo maravilloso que es ser mujer y poder entregar amor sin tener que cobrarlo! ¡Hombres!, ¡por favor, hablen!, ¡digan lo que sienten, refuercen el rol activo de la mujer, pero femenino siempre, y muestren un modelo masculino participativo dentro del mundo privado para poder educar mejor a nuestros adolescentes!

El juego lésbico es distinto a la experiencia homosexual del varón

Otro efecto de esta masculinización entre las mujeres es el juego lésbico que tienen dentro de los colegios, donde se autoproclaman lesbianas y, para peor, reforzadas por los adultos. En Chile la mayoría de los homosexuales no se asume públicamente hasta más o menos los veintitrés años y, por lo tanto, no se puede decir que una escolar sea lesbiana, aún cuando haya tenido alguna experiencia con otra mujer. En el caso de los hombres es un poco distinto, porque si un adolescente (varón) ha tenido una experiencia homosexual

es muy poco probable que eso tenga algún tipo de reversibilidad en el tiempo, ya que la pulsión biológica del acto sexual impide la conexión posterior con la heterosexualidad. Por lo tanto, debemos hacer que muchas de estas adolescentes se re-conecten con su femineidad y vean este período como una etapa y no como algo definitivo en la vida. El ser homosexual es una condición, no una elección.



Con todo lo mencionado hasta aquí, cualquiera podría pensar que mi idea de los adolescentes es pésima y, la verdad, no es así. De hecho, creo que la mayor parte de la responsabilidad al respecto es nuestra, de los padres, que de una u otra manera nos hemos callado, mientras que todas las demás fuentes “educativas” hablan ¡y mucho!: habla Internet, la televisión, los amigos... ¿Y los padres?: silencio. Nuestros hijos están muy solos y eso les está provocando mucho e innecesario dolor. Los adolescentes que viven su adolescencia sanamente, lo hacen generalmente sostenidos por un mundo social y espiritual muy sólido. Son niños que tienen papás y mamás que no pretenden ser amigos de sus hijos, que están presentes en las idas a buscar y a dejar, que hacen cosas en común, que conversan y que tienen ritos familiares que los mantienen unidos, independientemente de los deberes diarios. Además, estos grupos generalmente tienen una vida espiritual sólida pero, además, son familias que están insertas en el proyecto de vida de cada uno de sus integrantes.



5. ADULTOS JÓVENES: UNA REALIDAD ESPECIAL

Ellos son los huéspedes del “Hotel Mamá”: “criaturas” pegadas a la primera etapa de la vida: la dependencia... no sé si es porque es la mejor etapa o porque es la más corta, pero ahí se quedan pegados. Les gusta recordar cuando les daban leche en el envase original, les sacaban los chanchitos, los mudaban, los limpiaban... ¡son mamones!

¡La casa de los padres es el mejor hotel cinco estrellas que nuestros hijos pueden encontrar! Abierto 24 horas al día. Allí tienen sus camas siempre hechas, ropa limpia y planchada, la mejor comida casera, cariño por montones, teléfono, televisión por cable ¡y una capacidad de ahorro impresionante porque nunca tienen que pagar los servicios de estadía! Estos adultos jóvenes fueron bautizados como “generación canguro”.

Vamos a llamar “adultos jóvenes” a una generación que en edad cronológica tiene entre 21 y 35 años y que son los que en estos momentos estarían experimentando con mayor fuerza una crisis valórica en nuestro país. Sin duda, muchos de ellos están extasiados ante un mundo que les ofrece independencia, logros económicos, muchos postgrados y MBA que les hacen sentir que tienen todo bajo control. Como decía en páginas anteriores, muchos de ellos aún viven con sus padres, con los “beneficios de los casados y los privilegios de los solteros”, con un compromiso emocional que deja mucho que desear. Otros viven solos, en departamentos que también parecen “piloto”, en los que hay de todo, menos calor de hogar. Ellas están adoptando una pose del estilo “no estar ni ahí” con el matrimonio ni con los hijos; aunque, interiormente, siguen teniendo las mismas necesidades que tenía mi abuelita de sentirse queridas y contenidas. Lo más grave de esta situación es que, como pasa con muchos otros procesos psicológicos, no están conscientes de ello y se vienen a dar cuenta cuando les quedan pocos “óvulos” y el reloj biológico las obliga a tomar conciencia de que son mujeres y quieren lo mismo que hemos querido todas. Los hombres están preocupados de capacitarse sólo en lo profesional y, pese a querer formar una familia, muchas veces más que las mujeres incluso, entran en este juego fácil que ellas les ofrecen, en que sólo hay espacio para pasarlo bien y donde, por supuesto, hombres y mujeres podemos hacer lo mismo (¡qué lamentable no entender que, afortunadamente, somos tan distintos!).

Entre los escolares de colegios mixtos y sólo de hombres, de tercero y cuarto medio, me han preguntado si yo sé dónde están y qué hacen las mujeres difíciles. Preguntan por qué ellos no las ven en ninguna parte. Y esto es válido también para las mujeres adultas, lo que lleva a concluir algo que avergüenza escribir: la “oferta” femenina está a muy “bajo precio”, las mujeres estamos mayoritariamente en “liquidación” y los hombres lo saben.

Antes, los hombres tenían la sensación de que tenían que hacer muchas cosas para conquistarnos: chocolates, flores y ¡hasta contratar mariachis para darnos una serenata! Hoy, sienten que con dos tragos nos pueden llevar a la cama, lo que genera un circuito de no compromiso y, por lo mismo, se aburren con mujeres difíciles, porque hay muchas que se pueden conseguir con tan poco o ningún esfuerzo.

Las mujeres no hemos entendido que nuestra gran función social es *retener* los procesos sociales. Nosotras somos las encargadas de frenar, de cuidar, de ayudar a lo masculino a integrar aspectos psicológicos y emocionales, así como ellos también nos ayudan a avanzar en éstos y a no quedarnos *pegadas*. Debemos conocer, tener claridad y

confianza en nuestras naturalezas. Esta generación está viviendo la soledad en plenitud y el desenfreno por tratar de llenar el alma con fuertes sensaciones de adrenalina, por estar más *entretenidos* que otros, preocupados de *tener* todo lo que les sea posible y fácilmente.

En muchas ocasiones, y haciendo los sesgos propios y necesarios de las distintas clases económicas, esta generación ha logrado tener todo lo que sus padres y madres lograron recién cuando contaban con una avanzada edad. Esto les produce felicidad y orgullo, pues están en una etapa de la vida en la que creen firmemente que la felicidad se compra afuera de uno. Esta generación, sobre todo quienes tienen recursos económicos considerables, se sustenta en el desarrollo del ego y la vanidad. Por lo tanto, reinan entre ellos también la prepotencia y la falta de humildad, esto, muchas veces, les hace alejarse de sus padres y seres queridos.

Es fundamental que esta generación se conecte con valores trascendentes que les permita darse cuenta que lo que está logrando en estos momentos no sirve de nada si no cuida sus vínculos emocionales más cercanos, lo que, sin duda, pasa por la revalorización de la familia como única fuente de amor y felicidad. Por supuesto, hay muchos que están haciendo las cosas bien. Se aprende a “ser hijo” cuando se aprende a “ser padre” y esto pasa por la humildad, virtud que estos jóvenes deben adquirir. En mis talleres, descubro cómo esta misma generación, pasando los treinta y cinco años, emprende algo así como un camino de regreso frente a todo lo que han logrado: comienzan las grandes crisis matrimoniales, muchas de ellas cuando construyen la “casa de sus sueños” y se dan cuenta de que no han cuidado para nada su “casa interna”. Al final del día importan más los MBA de la vida y los cursos de capacitación en el dolor y en el error que los acreditados con diplomas de prestigiosas instituciones.



No puedo dejar de mencionar que el Chile real, el mayoritario, el que me toca ver en viajes, no tiene acceso a MBA alguno. Sin embargo, quienes lo componen viven como me ha tocado a mí, tratando de darles a sus hijos lo que en términos materiales, seguramente, no tuvimos nosotros de niños. Pero no debemos olvidar el cultivo del amor y otros valores, porque no hacerlo sería suponer que todas las infelicidades que pudimos tener de niños ocurrieron exclusivamente porque ciertas cosas materiales que deseábamos no las tuvimos. Tentar a los hijos con miles de cosas, todas compradas a crédito, no nos hace más felices ni brinda más tiempo para que demos lo mejor dentro de los hogares. Con toda esta confusión valórica, ingresamos a la mitad de la vida, la para muchos, tan temida edad de las cuatro décadas.



6. CUARENTA Y TANTOS

Antes mi mujer era una diosa, ahora es odiosa. Antes era erótica, ahora es neurótica... Ahí fue cuando me di cuenta de que todo había cambiado. Incluso yo. No tengo poto, parece que me lo rasqué mucho... ¡Hasta tetas me salieron! Si no me pongo cinturón, no sé dónde termina la espalda y dónde empieza el culo... Se me recogieron las encías: me río y parezco grillito... Además asumí el nulo control que tengo sobre mi esposa... No como mi padre... Bueno, eran otros tiempos: él podía entrar calladito a la casa a las cinco de la madrugada y mi mamá lo encaraba: “¿son estas horas de llegar?! Y mi viejo: “¿y quién viene llegando?! ¡Vengo a buscar la guitarra, si la fiesta sigue!”

Impresionante lo que podía ser... Era de esos que se ensuciaba las manos con un poco de aceite y tierra, entraba despotricando a la casa a las 5 de la mañana, “¿qué te pasó, viejo?”, pregunta mamá. “¿Qué te pasó, viejo, qué te pasó, viejo?! “Pinché neumático... ¡Los cuatro!... ¡¡A las cinco de la mañana y sin gata!” Y mi mamá le creía... Y mi viejo no tenía auto... Otra vez llegó con una mancha de *rouge* en el cuello de la camisa. “Aquí te quiero ver”, dijo mamá... “No me vai a creer, vieja, pero me acabo de agarrar a combos con un payaso de mierda”.

Sabes, Pilar, a ratos me confundo, deben ser las pastillas que estoy tomando, parece que son demasiadas y no me atrevo a disminuirlas porque tengo la impresión de que se me va a hacer más difícil vivir en este mundo tan cambiante...

Para colmo la memoria se me fue al culo, literalmente. A veces estoy horas: ¿dónde habré dejado los lentes!? ¿Dónde habré dejado los lentes?! y apenas me siento: “¡Ah, en la cocina!” Es curioso, me aprieto el culo y recupero la memoria...

Como la pareja de viejitos, ambos de ochenta y cinco años, que llegaron a la consulta a hacerse un chequeo médico. Y el doctor, después de examinarlos, les dice: “Quiero felicitarlos de corazón porque en veintiséis años de profesión, jamás había visto este nivel de conservación, de salud, en la tercera edad. Pienso que por el hecho de haber vivido tanto tiempo juntos, por el amor que ustedes se entregan, fue posible este milagro: están “prisioneros” en cuerpos de octogenarios, pero realmente son quinceañeros. Están sanísimos”. Y el viejito le dice: “Sí, pero el problema nuestro es que nos falla la memoria. Sin ir más lejos, el otro día mi mujer me dijo: ‘Bien salados los bombones que me trajiste, viejo’. Y yo había comprado unas calugas *Maggi*... Ni ella ni yo recordamos los envoltorios de las cosas, me meto a la ducha y se me olvida prender el calefón, mi mujer cocina y se le olvida apagar el gas... Un día vamos a morir los dos en un accidente por problemas de memoria...”. “Cálmese”, le dice el doctor, “no sea tan dramático: problemas de memoria tenemos todos. Mire, saliendo de aquí, váyase a la primera librería que encuentre y compre el cuaderno más barato y un lápiz para anotar todo lo que es importante y usted cree que va a olvidar, hágame caso; le va a cambiar la vida”. Los viejitos se fueron de la consulta fascinados: doce de la noche y a ambos les da

hambre. Se levanta el viejo y de inmediato viene la pregunta clásica de la esposa: “¿Para dónde vas?!” , porque ellas, sobre los cuarenta años de edad, se creen mamás de uno... ¿Pá’ dónde puede ir uno con ochenta y cinco años de edad, a medianoche y a pote pelado?! El viejo, la queda mirando y le dice: “¡Voy a la cocina a buscar un vaso de agua!” “¡Pero anótalo viejo, el doctor dijo que lo anot...!” “¡No voy a anotar nada, si tan tonto y viejo no estoy! ¡Como si fuera a olvidarme de eso... Si el que tiene sed soy yo!” “¡Te lo digo porque si vas a ir a la cocina, me gustaría que me trajeras una bola de helado de vainilla, si hay yogurt, le pones un poco, busca si hay mermelada y si no hay mermelada, le pones un poco de manjar y arriba le tiras almendras o si no, le pones nueces! ¡Pero anótalo, viejo, por favor...!” “¡No voy a anotar ninguna cuestión!” “¡Pero el doctor dijo que...!” “¡El doctor que diga lo que quiera, total tan fregado no estoy! ¡Como si me fuera a olvidar de mi vaso con agua, de tu bola de helado de vainilla, de echarle yogurt, si hay yogurt, de echarle mermelada, si hay mermelada, y de ponerle un poco de manjar y de tirarle almendras arriba, y si no hay, le pongo nueces... ¡Como si me fuera a olvidar, como si estuviera tan viejo como pa’ no recordarlo!”. Y partió indignado el viejo pa’ la cocina. A la media hora volvió con una bandeja y encima una paila de huevos revueltos con jamón y una taza de café con leche. La vieja lo mira furiosa y le dice: “¡te dijo el doctor que anotarás, viejo! ¿Viste?! ¡Se te olvidaron las tostadas!”

El humor es mi estrategia... ¡Siempre! “Al mal tiempo, buena cara”. Estoy a punto de cumplir los sesenta años, pero no pienso teñirme las canas o estirarme la cara... Siento que el rostro es como la huella dactilar que nos identifica... Estoy completamente de acuerdo con quien dijo alguna vez que las heridas, las cicatrices, las arrugas, nos demuestran que nada ha sido un sueño, que todo lo hemos vivido realmente. Por eso no voy a intervenir mi rostro... (mira hacia abajo) pero *este* “hueón” va a tener todo mi apoyo. No pienso abandonar al *padre* de mis hijos...

Cada mañana al afeitarme frente al espejo, me pregunto: ¿¡mi Coco querido, cómo enfrentarás este día, de buen humor o de mal humor?! Yo elijo, de buen humor. ¿Cómo afectará la gente tu estado de ánimo? ¡No!, no me afectará porque decidí salir de buen humor.

Cada vez que sucede algo malo puedes escoger entre ser víctima de tu problema o aprender de ello.

Cuando alguien viene a mí para quejarse puedo aceptar su queja y puedo mostrar el lado positivo de la vida.

Todo en esta vida depende de una elección, porque tú eliges cómo reaccionas frente a cada situación. Tú escoges la actitud. Para ser como eres, como te ves, como te sientes y como vives.

¡La decisión es tuya!

*ESTA ES LA PARTE DEL CAMINO PARA CONSOLIDAR LOGROS,
VER CRECER A NUESTROS HIJOS Y AYUDARLOS EN SU ADOLESCENCIA O EN SU
TEMPRANA ADULTEZ*

*Época en la que uno se pregunta
cómo quiere vivir la mitad de la vida que le queda*

Media vida, “etapa de crisis” dicen todos, pero también puede ser una etapa de plenitud si se ha vivido bien la anterior o, como en mi caso, se ha aprendido de los errores cometidos en ella. Puede ser este un período en el que uno “viene de vuelta”. Hay cosas que ya no importan tanto y uno quisiera estar “tranquilo”. Aunque parezca fome: es cuando uno acepta que esa palabra es lo más parecido a la palabra “paz”.

Se toman decisiones, se pagan costos emocionales por ellas pero, por sobre todo, es una etapa en la que uno empieza a tomar más que nunca contacto consigo mismo, con todo lo que no quiso ver antes, con los abandonos afectivos, y se filtra y encuentra *quiénes* son los verdaderos afectos. Esta es la época en la que uno se pregunta cómo quiere vivir la mitad de la vida que le queda, porque tenemos la sensación de que en la primera mitad no siempre pudimos elegir o, lo que es peor, creímos elegir bien, pero no fue así. Por lo tanto, es el minuto para reinventarse, volver a crear, volver a preguntarse por los sueños y, por qué no decirlo, de volver a empezar si fuese necesario.

Esta es la *parte del camino* para consolidar logros, ver crecer a nuestros hijos y ayudarlos en su adolescencia o en su temprana adultez. Es la etapa de reencuentro con nuestros padres, de valorar lo que han hecho, de agradecer lo vivido. Es cuando debiéramos rescatar todo lo bueno que tuvo nuestra educación, como la valoración del respeto, de la deferencia, de los buenos modales y del desarrollo del sentido común (hoy, el menos común de los sentidos). Algo pasó con esta generación nuestra: pareciera que lo pasamos tan mal cuando niños que no quisimos que nuestros hijos vivieran lo mismo que nosotros. Pero, ¿de verdad fue tan malo? Al preguntar esto en mis investigaciones, siempre descubro -a esta edad- algo más parecido a un agradecimiento que al reproche, incluso hasta se agradecen -a veces- esos muy inadecuados “coscachos” que nuestros padres nos daban en algunos momentos de “descoordinación muscular”, de descontrol de parte de ellos... Y también de nosotros.

Siento que si habláramos con orgullo y alegría de nuestros juegos, sin hacerlos parecer (como se suele hacer) que eran tan “tontos”, “pavos”, “gansos”, quizás nuestros hijos no estarían tan adictos a la tecnología. Si nosotros valoráramos la educación que nos exigía ir a saludar a las visitas cuando llegaban a nuestras casas (aunque a nosotros también nos

lateara eso de “salude a la tía, mijita”), hoy no tendríamos niños tan mal educados que, ni siquiera saben cuando alguien llega a visitarnos. Si nosotros apreciáramos el aporte que tienen en nuestras vidas las personas mayores, no tendríamos que caer en la tontera de preguntar a nuestros hijos todo y sólo pensar en que ellos estén contentos: “¿quieren ir a ver a la abuelita?”. ¿Qué niño con quince años va a decir que sí? ¿Creen que nos van pedir que llamemos a los tíos también? Niños y adolescentes tienen que ir a ver a su abuela porque si no lo hacen, se privan de ella y de los aprendizajes que implican su historia; tampoco aprenderán a preocuparse por otros, aunque no sea “entretenido” y con ello experimentar esa “generosidad del alma”.

Claramente la generación de los cuarenta es un grupo etario que vivió parte de su adolescencia entre toques de queda, más allá de posturas políticas, y, debemos reconocerlo, eso afectó nuestro desarrollo emocional y social. Por eso es que, quizá, también nos cuesta entender la forma en que viven sus procesos nuestros hijos, así como a nuestros padres –que iban al cine acompañados de “chaperonas”– les costó en su momento entender el nuestro. Cada generación tiene sus propias realidades y sus propios desafíos. Mucho de lo que le pasa a la nuestra tiene que ver, principalmente, con una especie de *pérdida de sentido*.

Libertad y desapego

Este mundo consumista en el cual todos hemos caído, ha producido un cambio valórico enorme, nos ha llevado a *comprar* el tema de la modernidad y el relativismo en forma exagerada. Nos levantamos y no sabemos por qué lo hacemos, nos endeudamos, supuestamente, para tener libertades y, al final del día, somos menos libres que en la mañana. Hemos ido entendiendo la libertad como “hacer lo que yo quiero”, sin razonar que ella consiste en vencerse a uno mismo; que cuando domino mi propio cansancio y converso con mis hijos al llegar a mi casa, soy más libre porque vencí algo que me quitaba libertad de amar. Que somos libres cuando sometemos nuestros apegos a la televisión y nos dedicamos a conversar en pareja, que somos más libres cuando decimos que no a algo que va en contra de nuestro proyecto de vida. Con razón a nuestros hijos les cuesta tanto recibir los *no* y tienen tan pésima tolerancia a la frustración: no les hemos enseñado este sentido de la libertad.

De nosotros mismos, de mi generación es de la que he hablado –o escrito– en las páginas anteriores: una generación que arranca de los conflictos, que intenta ser amigo de sus hijos y no en el sentido de la calidez y de la confianza, sino en el de la complicidad, de la permisividad y la sobreprotección en aspectos en que no corresponde. Una generación con cara de deuda que tiene los hijos que se merece, porque no hemos sabido educarlos. Muchas veces, veo padres tan complicados con tantas cosas “urgentes” y con tan pocas “importantes”, que he sentido, peor aún -me lo han dicho- que sus hijos les molestan. Y que con tal de no tener problemas con ellos, prefieren decirles a todo que sí porque ya no saben qué hacer con ellos.

Hemos perdido el norte, somos una generación que está dormida, que da lo mejor de sí a quien sólo le entrega “lucas” –dinero a cambio–, no a quien nos da el amor. Con estos códigos valóricos qué sociedad puede funcionar bien. Probablemente me dirán que eso nos pasa a todos, también ocurre en otros países... Puede ser, pero no me quiero resignar a que mi país viva así. Si bien no creo en los grandes cambios de sistemas, sí creo en todo aquello que podamos hacer en la intimidad de nuestras casas, creo en todo lo que tenga que ver con lidiar con nuestros propios y pequeños problemas. Creo en los cambios del alma, los internos y los externos... ¡Bienvenidos sean para ordenarnos, para que la sociedad sea un poco más justa!

Esta generación tiene el desafío de encontrarse a sí misma, de disfrutar las cosas simples de la vida, tomar contacto con los afectos dejados de lado por el afán de producir todo el día y relegados a algún evento familiar como un matrimonio o un bautizo, tristemente para un funeral, donde todos nos juramos amor eterno y el compromiso de que ahora sí nos vamos a ver más seguido... Aunque eso no ocurra.

Tenemos la obligación de mostrar a las personas que vienen tras de nosotros que la vida es maravillosa, que hay que ser capaces de ponerse en contacto con las emociones como algo natural de la vida y no arrancar de ellas. Cuando alguien tiene pena decimos: “ay, no tengas pena”. Y a esa persona le damos un medicamento para que se le pase lo antes posible, hacemos todo cuanto podemos para que esa pena desaparezca. Es bueno y sano tener pena, rabia, miedo... Como lo es tener alegría y ternura. Todas las emociones son señales de nuestra alma y comunican lo más profundo de nuestra identidad. Debemos enseñarles a nuestros hijos a reconocerlas, aceptarlas y trabajarlas, porque ellos, al vernos planos emocionalmente, se anestesian frente a la vida, nada les llama la atención, tienen, como dice Eric Gole: “falta de hambre” frente a la vida. Caminan como satisfechos, hastiados, como quien come una barra de chocolate y no quiere ver nada que se parezca a comida. Tenemos que atrevernos a soñar cosas grandes para nosotros y para nuestros hijos y no conformarnos con decir: “pero así están los niños hoy día”, “pero si todos lo hacen...”

Nuestro país le teme a la vejez

Capítulo aparte merecen aquellos que, perteneciendo a esta edad, quedan sin trabajo, pues se enfrentan a la terrible odisea de no encontrar uno por *viejos*. ¿Viejos para qué? Impresiona cómo hemos dejado de hacer valer la experiencia como fuente de conocimiento. Hoy en Chile alguien con treinta y cinco años es considerado viejo para muchas cosas como: buscar un buen trabajo, encontrar una buena pareja, ser atractivo... La valoración de la juventud sólo está determinada por la edad cronológica y no por cómo me gustaría que fuera definida, entendiendo que viejo es sólo aquel que no tiene sueños. La vejez nada tiene que ver con el carné de identidad.

Y aunque no podamos brindar capítulo aparte, sí haré una mención especial del temor a envejecer que tienen hoy las mujeres chilenas. Es impresionante todo lo que son

capaces de hacer para no tener una arruga o para seguir pareciendo una *lola* con manos y cuellos de mujeres adultas. Parece que tener mejores herramientas para manejar nuestras menopausias nos hizo creer que la eterna juventud estaba en pasar horas en el gimnasio, colocarnos *botox* varias veces e intervenirlos quirúrgicamente. Mientras las que tienen menos recursos económicos se han de conformar con una infinidad de cremas que venden la ilusión de ser jóvenes para siempre.

Los cambios externos a veces ayudan, pero no sustentan en sí mismos cambios profundos. Son como el maquillaje, pueden ayudar a que nos veamos mejores, pero si no nos sentimos mejor desde dentro, de nada sirve el maquillaje pues no perdura en el tiempo.

En mis talleres, los adolescentes, actualmente tengo jóvenes entre los dieciséis y diecinueve años, confiesen que no se atreven a salir con sus madres al *mall*, porque sienten que están con una “mina” o no invitan amigos a sus casas porque tienen miedo que se exciten con ellas. Es como si no tuvieran mamá, les hace falta ese alguien acogedor, que los cuide, que los rete, que esté centrado en ellos y no en cuántas calorías consumió al día.

La valoración por el físico o el culto por la belleza no son nuevos, pero a medida que ha aumentado nuestro poder adquisitivo nos hemos concentrado en cultivar solamente aspectos externos y no lo interno. Y aunque en menor intensidad que las mujeres, de esto no escapa el hombre adulto quien se preocupa de hacer deporte, de no tener la clásica *guatita*; y, en honor a la verdad, a las mujeres nos gusta.

Si la lectora es una mujer, seguramente va a opinar que, para variar, le estoy “dando” más fuerte a ella otra vez. Así es, las mujeres tenemos la costumbre de decir que nos mantenemos flacas y extremadamente preocupadas por la juventud, porque nuestros maridos nos presionan a ello. Esto puede ser cierto en algunos casos, cuando maridos desubicados hacen sentir a sus mujeres hasta el gramo que suben, aunque es tema de mujeres el cuánto más flacas estamos. No puede ser que las mujeres en Chile nos arreglemos más para salir con nuestras amigas que con nuestras parejas (de acuerdo a mis estudios). Imaginen todo lo que harían si les dicen que en un mes más tienen reunión de exalumnas del colegio o de la universidad. Conozco varias que no van porque tienen unos kilos de más o se separaron y no lo quieren contar. Pero les aseguro que desde el día en que se enteren del encuentro, comenzarán a pensar qué se van a poner... ¿o no?

El tema de la vejez en Chile es un tema país, como dirían los políticos. Cada año que pasa seremos más viejos y cada vez habrá menos niños. De acuerdo a las estadísticas, Chile está siendo poblado por adolescentes de sectores socioeconómicos más bajos, porque en edades superiores y en clases sociales más acomodadas, no les interesa tener hijos, especialmente mientras no tengan todas las cosas materiales que siempre soñaron. Debemos empezar a valorar a los mayores al interior de nuestras familias: a nuestros abuelos, ir a verlos, conversar con ellos, aunque repitan lo que nos cuentan. Hay que valorar la experiencia como fuente de información y de sabiduría. Ellos, por otro lado, tienen que valorar que son abuelos y no tratar de mostrarse frente a los nietos como

amigos, porque de verdad llega a dar risa y resulta más bien patético el tiempo que demoran algunos de ellos en aceptar que sus nietos los llamen “abuelos”. Prefieren que los traten por su nombre, pero eso no les hace a los niños valorar la experiencia que ellos tienen que entregarles.

Al preguntarme por qué tanto temor a envejecer, mi análisis fue un poco más allá de la imagen de éxito representada por la juventud, la cual influye, pero esconde un miedo subyacente, más recóndito, que nos hace evitar todo contacto con la adultez y que en nuestra sociedad occidental es muy mal vivida: el temor a la muerte. Algo pasa con la muerte en nuestra sociedad. Es un tema del que no se habla, que se evita, que no se asume como parte de un proceso natural. Que todo lo que me muestre que vamos para allá, tiende a evitarse. Quizás por eso, literalmente, sacamos a nuestros viejos de nuestras casas, para no tomar contacto con lo único que tenemos seguro desde que nacemos: el hecho de que vamos a morir. Si tuviéramos conciencia de ello, probablemente entregaríamos más amor e intentaríamos hacer mejor las cosas, pero como arrancamos de ella, también huimos de lo que nos recuerda que eso va a ocurrir: el ineludible paso del tiempo. Esto también refleja otra tendencia nacional y occidental: la evasión del dolor a toda costa. Es imposible no resaltar esto pues el criterio de que todo tiene que ser entretenido y que sólo debemos buscar el placer es, sin duda alguna, la mayor de nuestras debilidades.

Dolor y aprendizaje

Ninguno de nosotros ha aprendido nada que no sea a través del dolor. No sé por qué suponemos que nuestros hijos deben tomar contacto con la vida sólo mediante situaciones que los hacen felices, enseñándoles a arrancar del dolor lo más rápido posible. Vivimos en la cultura del placer y la búsqueda del goce. Si bien esto puede ser algo lógico, la aceptación del dolor como algo natural y fortalecedor del ser humano es la única fuente que, incluso, nos puede permitir disfrutar de verdad la felicidad cuando la hemos conseguido. Alguien que no haya experimentado la oscuridad, no puede valorar la maravilla de la luz. Y con el dolor pasa lo mismo: quien no haya tomado contacto amistoso con el dolor, no puede valorar y agradecer en profundidad lo feliz que se puede llegar a ser.

Hay tantos signos de evasión del dolor en nuestra sociedad, como la excesiva cantidad de farmacias, los funerales con todos literalmente “dopados”, los consejos de amigos y amigas en una relación difícil, diciéndonos que terminemos, porque para qué te arriesgas, si no lo estás pasando bien, termina; para qué sufrir, mejor seguir solo... Personas que no se quieren enamorar porque así evitan el sufrimiento que trae tener una relación de pareja... pero resulta que sufren igual al ponerse en contacto con la soledad. El dolor es como un fantasma del que, mientras más arrancamos, más se nos acerca. Por lo tanto, lo recomendable es hacernos amigos del dolor. El sufrimiento siempre tiene como función un “para qué”, un algo que aprender y nos lleva, sin duda, a ser mejores

personas si es que aprendemos la lección. Los invito a recibir al dolor, a hacerle cariño, a acercársele sin miedo y, sobre todo, a no arrancar de algo que forma parte de la vida. Tal como los errores que cometemos nos ayudan a tomar contacto con nuestras fragilidades, con nuestra humanidad y con la maravilla de sentir cómo se crece interiormente.

El camino espiritual y la felicidad como opción

No puedo dejar de mencionar a la fe como hilo conductor del crecimiento personal: energía maravillosa, creencia en que todo lo que ocurre, sucede por algo y para algo. Fuerza que nos viene a explicar la felicidad desde el sentido más profundo. Espiritualidad. Noción de trascendencia que nos hace le encontremos sentido a la vida y a lo que hacemos. Sin ella la vida es más difícil. Y no me estoy refiriendo a la práctica de una religión, que ayuda y ordena, sino al sentido profundo de entender que hay un orden natural y maravilloso y que yo, sin Dios, nada sería. Creo que es necesario tener una visión de trascendencia de la vida (inteligencia espiritual), concepto que reemplaza al de inteligencia emocional, que si bien ayudó a entender mejor cómo un ser humano puede ser más pleno, manejando mejor sus emociones, requiere de un *sentido*, de una trascendencia, para no perder su consistencia... Debemos rescatar conceptos fundamentales y, por qué no decirlo, conservadores. Por parecer modernos, los hemos ido dejando de lado, tal vez porque implican hacer un esfuerzo que no estamos dispuestos a realizar. Queremos todo lo que sea fácil y rápido, lo que nos facilite la vida se agradece y lo adquirimos de inmediato: creímos que con la llegada de las lavadoras y de los microondas, íbamos a pasar más tiempo con nuestros hijos. Por supuesto, eso no ha ocurrido. Se suponía que las autopistas nos iban a ayudar a llegar más temprano a las casas y tampoco ha pasado; según mis encuestas, la gente sale más tarde de su trabajo porque se demora menos en llegar a sus casas. Se suponía que los *malls* iban a ser una gran ayuda para quienes trabajamos fuera de casa, pero se han ido convirtiendo en mucho más que eso: son lugares donde, pensamos, vamos a comprar felicidad, sin entender que si bien lo externo nos puede ayudar, la felicidad no es algo que, como decimos, vamos a tener después: “después de que me case”, “después de que me cambie de trabajo”, “después de que tenga casa propia”, “después de que los niños crezcan”... Y cuando crecen, queremos que vuelvan a ser niños, después que se titulen... Al final, la vida se nos pasa esperando ese “después”...

La felicidad es una decisión cotidiana. No tiene que ver con los logros o con los problemas que podamos o no estar teniendo, sino que con los filtros que hagamos de lo cotidiano. Si al final del día filtro las luces rojas, la gente que no llegó a mi consulta, la que no me pagó, todas las cosas que no resultaron, las tonteras que mis hijos hicieron en el día...y las que hice yo. Probablemente, al final del día, tendré que concluir que el día no sirvió. Y si eso lo hago durante mucho tiempo, podría decir que no soy feliz. Por el contrario, si desde temprano en la mañana comienzo a agradecer la temperatura de la ducha, el olor a pan tostado, las luces verdes del semáforo (que ocurren igual que las

rojas), la gente que sí llegó a la consulta, la gentileza de una cajera en el supermercado, los gestos cariñosos que tuvieron mis hijos... Podré decir que fue un buen día y si eso se filtra todos los días, seguramente diré que soy feliz.

Así como el amor es mucho más que un sentimiento, la felicidad es mucho más que un estado: es una elección. Y según una investigación que realicé durante el año 2006, la única diferencia que había entre alguien feliz e infeliz, era la actitud con la cual esa persona enfrentaba lo que le tocaba vivir. Al parecer, esa es nuestra máxima libertad: la actitud con la cual enfrentamos todo lo que nos toca vivir.

Si tengo que hacer aseo en mi casa y no me gusta hacerlo, tengo dos opciones: lo puedo hacer a patadas o lo puedo hacer cantando. Ahí está mi elección cotidiana frente a todo lo que hago y... ¡depende sólo de mí! Entonces, ser feliz no tiene nada que ver con lo que tengo o lo que me gustaría tener, no se relaciona con lo que me ha pasado o no en la vida, con cuanto haya sufrido o me hayan hecho sufrir. Al final, ser feliz tiene que ver con mi forma de enfrentar lo vivido, con lo que aprendí de ello. No puede ser que, en la realidad *chilensis*, si alguien llega cantando o muy contento a su trabajo en la mañana, la gente de la oficina le haga bromas y tallas del tipo: es que “ayer *le tocó*”... ¡Cómo será de raro andar contento que tiene que haber pasado algo raro para justificar lo feliz que uno puede haber elegido andar, simplemente porque así lo decidí aunque tenga problemas!

Todo parece vivirse como un *karma*, en el sentido de un gran peso, castigo: trabajar parece ser una tragedia y no hacerlo también. Damos “Gracias a Dios que es viernes” como si nos enfrentáramos a una tortura de lunes a viernes y al paraíso el fin de semana. ¡Y muchas veces también reclamamos cuando estamos en familia y esperamos el lunes para ir a trabajar! Son bien conocidas las depresiones de fin de semana y las crisis familiares que se viven en las vacaciones, porque nuestra actitud no ha cambiado. Estemos en Cancún o en un río en el Cajón del Maipo, si no tenemos la actitud de disfrutar, nada ocurre: todo es una lata porque parece ser un gran esfuerzo.

¡Pilar!, ¡Pilar!, antes de pasar al siguiente tema quisiera referirme muy brevemente a esta sociedad donde la ausencia de Dios es un hecho, muchos pueden pensar que estamos en una sociedad laica, pero se equivocan, es una sociedad religiosa... A su manera, a medias.

El artículo 102 del código civil no exige el amor para contraer matrimonio. Solo obliga a la convivencia y ayuda mutua. Donde sí aparece el amor es en el código penal (parricidio, infanticidio...).

“¡La maté porque era mía!”

Gente que se suicida por amor, que dispara por amor... “¡Si me dejas, te mato!” Miles de idiotas de ambos sexos lo han dicho... “Sin ti mi vida no tiene sentido”.

Si te preguntan: “¿crees en Dios?” Muchos responden: “soy agnóstico.”

Pero si preguntas: “¿crees tú en el amor?” Suelen contestar que sí, “en el amor creo a ciegas”... ¿Me pueden decir en qué campo científico se experimenta el amor?...

¿Qué pueden demostrar del amor (tres peleas, cuatro llantitos y dos borracheras)?

Si solo algunos saben pintar, pocos tocan piano, no todos afinamos al cantar... he aquí la pregunta del millón: “¿Puede algo tan grande, tan sublime como el amor, estar al alcance de todos?”

7. RITOS FAMILIARES

El prelude de las fiestas de fin de año, fiestas de amor y comunión familiar, suele ser el comienzo de una serie de agotadoras tensiones. La madre mira a su hija casada y le pregunta: “¿con quién van a pasar la pascua ustedes?”

—¿Por qué, mamá?

—¿Cómo que por qué?, porque no sé si te acordarás, pero el año pasado la pasaron en la casa de los padres de tu marido.

—Sí, mamá, sí lo sé, pero tú sabes que en la familia de Sergio es una tradición de años.

—¿Ah, sí?, ¿y nosotros estamos pintando monos o no tenemos tradición acaso? O solamente hay que respetar la de él no más ¿ah?

Entonces, ese matrimonio joven tiene que dividir su tiempo entre ambas familias; son los creadores del famoso *City Tour Navideño*, porque después de las doce de la noche empiezan los viajes. Primero, a la casa de los papás de ella y, después, a la casa de los papás de él... O sea que en ningún lado alcanzas a comer bien ni a tomarte un trago tranquilo... Y como esa noche la pasaron en la casa de los padres de él, entonces al día siguiente, el 25, el almuerzo será en la casa de los padres de ella y, en la tarde, van otra vez a saludar a los padres de él... Y como pasaron la Navidad en la casa de los padres de él, el 31 lo pasarán en la casa de los padres de ella y apenas dan las doce, se dan los abrazos, y parten bien rápido para la casa de los papás de él... Y, al otro día, el almuerzo será en la casa de los padres de él y en la tarde se irán a saludar a los papás de ella...

Estas son fiestas maravillosas porque se junta toda la familia; tenemos la suerte de encontrarnos con las abuelas, los tíos, los primos, los hermanos, etc. Es una reunión tensa al comienzo, partiendo por la abuela que se pone a llorar por todos sus hermanos muertos; después, el nerviosismo propio de toda la familia, porque entre las cuñadas no se pueden ver, siempre hay malas vibras... Los primos más chicos terminan peleando, no comen nada y los padres tienen que andar como arrieros detrás de ellos a puro coscacho. Se amarga la fiesta y, para colmo, la hija mayor del dueño de casa se despide con una sonrisa gélida porque la viene a buscar el novio para ir a una fiesta...

Estas fiestas son muy especiales, casi gastronómicas, con todo tipo de muestras de comida y de tragos que no obedecen a ninguna lógica... ¡Cómo se nota nuestra irrefrenable tendencia a copiar la pascua del europeo! Antiguamente, llenábamos nuestro arbolito con algodones... Ahora estamos más modernos y lo rociamos con *spray*, pero seguimos tomando cola de mono con cuarenta y cinco grados a la sombra, licor que tendrá otro nombre en Europa... donde se toma con 20 grados... ¡bajo cero!

Comemos pavo con papas y mayonesa; pavo... tiene que haber, aunque nadie se lo coma, es una carne seca, pero el pavo no puede faltar.

Después viene toda la variedad de asado: longanizas, vienesas, prietas, carne de cerdo, de vacuno, etc. Y si en la familia además hay un italiano de cuarta o quinta generación, también es un deber acompañar esa noche con unas ricas pastas...

A esta fiesta gastronómica hay que sumarle la paciencia, porque hay que esperar a los familiares que por costumbre llegan tarde.

La primera en llegar siempre es la abuela... que nunca usa taco alto, pero para la pascua y el año nuevo, sí se pone taco alto, y viene cargada con unas bolsas llenas de regalos para los nietos, transpira agua hasta por las muelas y se pone a gritar como loca: “¡Yaa! ¡que llegó la abuela! ¡Vengan a saludar a su abuela!”... “¡Y tráiganme unas chancletas que ya no doy más con estos pies!”

Y de adentro la tía grita: ¡¿Qué trago quiere la abuela?!... ¿cerveza o cola de mono?... ¡tráiganle un trago a la abuela! ¿Para la abuela no más?... ¡no... para todos!, ¡trae de todo, para acompañarla!

En medio de todo este bochinche, aparece el clásico pariente siútico, relamido y de bigotitos negros recortados, parece que tuviera una cuncuna en el hocico. Ese es el “viajado”, puede tener cualquier profesión, pero lo importante es que él viaja. Y siempre quiere que los parientes se enteren de que acaba de llegar de alguna parte... Trae los testimonios de donde ha estado, como para que sepan... Mira, me traje una botellita de *Meursault*... blanco... un vino francés... ¡no se imaginan lo que es eso! Hay que tomarlo bien heladito, les recomiendo que lo pongan en el refrigerador un rato.

El abuelo que es el que ha tomado más vino en su vida, obviamente es el más conocedor; y dice con voz aguardentosa: “yo siempre elijo las mejores cosechas, no me compro cualquier vino. Primero averiguo bien, si la cosecha estuvo buena... entonces compro... Traje un vino de exportación: Torreón de Paredes, está espectacular, y el tinto no me lo toquen. Es un cosecha 87, hay que tomarlo a temperatura ambiente”.

Pero lo que no cuenta el viejo es que el vino lo sacó de la maleta del auto que estuvo estacionado a todo sol... cuando la sacas, la botella hierve.

Y, al rato, aparece la dueña de casa con una champagne... hay que servir bien para que después no salgan pelando... y como la champagne tiene un gustito agradable... no te das ni cuenta... y sigues chupando... hasta que alguien llama: “¡a la mesa!, ¡vengan a comer!” Cuando te vas a levantar... todo te da vueltas... estás tan mareado que te da lo mismo sentarte al lado de la abuela o de los parientes peleados, por eso se le llama fiesta del amor, todo se empareja. Y se come... ¡ufff!

Hay algunos que ni saben lo que se está celebrando de tan mareados que están. Porque en este país celebramos cada día algo distinto... el día del padre, el día de la madre, el día del niño, el día del abuelo, el día de la secretaria, el día de los enamorados, el día del que te dije, etc., etc.

Cerca de las doce todos están pendientes de las campanadas que van a ser transmitidas o por la tele o por la radio. Y cada uno empieza a cumplir viejas tradiciones: a comer uvas, a guardarse un clavo de olor, a comer lentejas y a otros les da por agarrar maletas y

dar vueltas a la manzana.

En el caso de la Navidad, hay que empezar a distraer a los niños, llevarlos para otro lado, para poder poner los regalos bajo el árbol... Este es un trabajo que hay que hacer con mucho cuidado porque el niño de ocho años, que es el concho de la familia, en la tarde llegó llorando porque el guatón Osorio le había dicho que el viejo pascuero no existía. Y el cabro lloró toda la tarde, además anda con cara de preocupado porque se le confunde todo; porque vio al viejo pascuero en el Parque Arauco...

Una vez que están todos los regalos bajo el árbol, la nana sale de la cocina y empieza a tocar unas campanitas... y todos los adultos gritan... ¡huuuuy!, ¡llegó el viejito pascuero! Y parten todos corriendo hasta el living. Los cabros chicos abren los paquetes asombrados, con los ojos para afuera como los Simpson... locos... logran jugar no más de 15 minutos... el cansancio los hace caer rendidos. Al día siguiente, después de haber encontrado la bicicleta... les da lo mismo si el viejo pascuero existe o no existe, si son o no los papás los que regalan y les importa un carajo las opiniones del guatón Osorio.

*ES IMPERIOSO RESUCITAR ALGUNOS, PERSEVERAR EN LOS VIGENTES
Y CREAR NUEVOS, PUES ES VITAL QUE LA FAMILIA SE REÚNA,
SE COMUNIQUE, SE MIRE A LOS OJOS*

Como el Coco, también valoro, me encantan y defiendo los ritos familiares. Costumbres como sentarse a la mesa, conversar, saludar a los que están de cumpleaños y, ojalá, de santo; que la familia se reúna lo más seguido posible para mirarse, para decirse que se quiere, para discutir (también es enriquecedor), para opinar distinto... Permite desarrollar tolerancia, generosidad y empatía; virtudes que hoy están en extinción y que solo se aprenden en el seno familiar.

Con el tiempo, el concepto de familia ha cambiado mucho, pero nadie puede sentirse ajeno a la posibilidad de formar nido, de compartir emociones. Así, todos, los separados, las madre solas, los que viven con sus padres, los que no lo hacen, los hogares de ancianos, de menores... ¡todos están invitados a formar familia! ¡A crear ritos!

“Chile, Chile lindo...”: el valor de un domingo con empanadas, concurridas parrilladas al aire libre o de una mesa bien puesta, son ritos que debíamos resucitar. Ojalá con los abuelos presentes y con nuestros hijos... Aunque cada vez es más difícil mantener instancias que nos reúnan, todo tiende a separarnos, incluso dentro de la propia casa. Los niños llegan del colegio e independientemente de la edad que tengan, responden, más o menos lo mismo, frente a, por supuesto, las mismas preguntas: “¿Cómo te fue?”... “Bien”... ¿Qué hicieron?... “Ná”, responden algo molestos. “¿Tienes que estudiar?”... “No”... Y así se van a sus piezas, sólo salen para buscar comida y para ir al baño. Hoy, en la mayoría de los hogares, por tratar, aparentemente, de facilitar las cosas, comemos en bandejas, rápido y sin encontrarnos con el otro. Esta, junto a otras variables igualmente importantes, es una de las que predisponen los cuadros de trastornos de alimentación: el acto de comer se centra en la comida y no en el acto de compartir con el otro, cuando tal vez deberíamos aprovecharlo como “excusa” para reunirnos.

Las nuevas generaciones de adolescentes no conocen el concepto de sobremesa: ellos comen y se paran y nosotros, los adultos, permitimos esto. Probablemente debido a que nosotros no supimos valorar lo que aprendimos y lo que esos momentos contribuyeron a nuestras propias historias de vida. Tal vez por hacerle las cosas más gratas a los niños de hoy no los “sometemos” a ese acto tan necesario para conversar y comunicarnos... Si no lo hacemos ahora ¿cuándo lo haremos? Tendríamos que inventar el día de la papa frita. Los jueves en la noche nos juntamos todos a comer papas fritas para, aunque sea de ese modo, poder compartir.

Quizás cometimos el error, tal como el Coco, de reclamar por esos domingos con

empanadas, sin mostrar lo lindo que podía ser el hecho de juntarnos todos en familia. Esta generación no tiene historia emocional, no comparte con otras familias y todo lo ven como “una lata”. Al principio... porque finalmente se encuentran con la magia de los encuentros familiares, casi siempre en domingo...

*Hay fiestas que no nos acogen, más bien dan la impresión de
ser un castigo, de obligarnos a andar felices; a que gastemos,
aunque no tengamos ni uno*

“Chile-es-Chile” y una de las cosas que todavía nos queda como baluarte nacional es el valor que le damos a la familia. Y aunque esto se haya desvirtuado con el tiempo, tal como podemos apreciar a través del monólogo sobre la Navidad; la que, sin lugar a dudas, requiere de una urgente re-significación; fiestas como estas, mi Coco querido (recordé a Javier Miranda, cuando te llamaba así con tanto cariño), han perdido el sentido. En vez de ser fiestas que nos acogen, dan la impresión de castigarnos, de obligarnos a andar felices, aunque no lo estemos, que debemos gastar, aunque no tengamos ni uno.

El primero de diciembre encuesté a cincuenta familias con preguntas súper sencillas: ¿cuánto era el tope por regalo para esta navidad? (casi nadie iba a pasar los \$10.000 por regalo). Pregunté, además, ¿cuándo terminarían de comprar todo? y casi el ciento por ciento dijo que “alrededor del quince de diciembre”. Además, les pregunté si pensaban usar tarjetas de crédito para endeudarse, todos dijeron que no. El veintiséis de diciembre los volví a encuestar y todos habían pasado los \$10.000, todos habían usado alguna tarjeta y cerca del ochenta por ciento había terminado de comprar todo el veintitrés en la tarde. Cuando les pregunté qué les había pasado entre el primero y el veintiséis, tuvieron que reconocer que se los comió el sistema. Esto es lo que hay que mejorar: los grados de conciencia para mantenernos despiertos frente a algo que es muy poderoso, me refiero a “el qué dirán” y el castigo social (*pelambre*) si no cumplo con las expectativas que los otros tienen de mí.

Nos hace una falta enorme juntarnos, reunirnos, mirarnos, tocarnos, expresarnos cariño... No hay duda de que hoy estamos conectados, a veces literalmente, con gente que se enoja cuando uno no contesta el celular o, peor aún, si el sistema falla... Pareciera que nos reconocemos tan fácilmente en la excusa, en echarle la culpa al resto, a un sistema mecánico... Que cuando es así y decimos la verdad, el otro asume que estamos mintiendo. La tecnología llegó con todo a invadir nuestras vidas y nuestras relaciones. Lo extraño es que, a pesar de estar más conectados que nunca, con *mails*, teléfonos celulares, *fotolog*, televisión satelital, cable e Internet... Nos sentimos cada día más solos. La respuesta a este nuevo ambiente está en las empanadas del domingo, en todos los sobrevivientes ritos del encuentro... Los que cada vez son menos y más cortos, por lo que no logramos llenar nuestra “alma” en tan poco rato y en contraposición a todos los grandes ratos que gastamos en el consumo, la competencia, la prisa... Los nuevos

tiempos que la tecnología imprime a nuestras vidas.

8. INVASIÓN TECNOLÓGICA

Cuando monté el *café concert* “Hasta aquí no más llegamos”¹, me presenté como un virus que saltaba de la pantalla para hablar con el público de manera delirante: todo estará regido por este aparato llamado computador.

Están en presencia de la computocracia. Todo va a girar gracias al control remoto o el *mouse*, así como ha dejado de existir en la historia la aristocracia con todo su sistema social y religioso, así también desaparecerá de la faz de la tierra la democracia con todas sus imperfecciones burguesas. Solo la computadora será la máquina para organizar y llevar a la humanidad a la felicidad que está destinada. La computadora lo registrará todo: a jueces, médicos, políticos, sacerdotes, serán expertos sólo y exclusivamente en su área. En las demás materias serán ignorantes universales, pero no importa, no podrán equivocarse ni ser corruptos; será el reino de la razón, llevado a la realidad por este aparato maravilloso, preciso, infalible... Siempre que no se caiga el sistema.

Siento que estamos inmovilizados en un universo virtual que inunda nuestras habitaciones y sufrimos una hipnosis en que estamos sumidos frente a la pantalla del computador. Ese es uno de los defectos de la globalización que nos transforma en ciudadanos de este mundo digitalizado, pero al mismo tiempo nos convertimos en extranjeros respecto de lo que pasa en casa, con nuestros propios hijos.

¿Cómo el hombre cambia el mundo a través de las tecnologías que crea y cómo estas tecnologías lo cambian a él sin que se dé cuenta? Esa era la pregunta del ¡*Hasta aquí no más llegamos!* Se supone que el teléfono, el fax, Internet, la súper *carretera de la información*... todas eran tecnologías liberadoras, que iban a mejorar la calidad de vida de las personas, permitiéndoles contar con más tiempo libre para compartir con la familia, leer, descansar, practicar algún *hobbie*... Pero somos esclavos del sistema: vemos más televisión, compramos más de lo que nos venden a través de la pantalla, de lo contrario estaremos incompletos, seremos menos felices, bellos, saludables...

Así es que trabajamos horas extras para pagar las cuentas, “porque la vida es ahora”, ¿no te gustó hacer humear el plástico de la tarjeta de crédito?, te preguntas mientras corres jurando que “nunca más... ¡nunca más!”... Y nos vamos estresando, llenando de mierda la cabeza... filtro todo terreno, el pragmatismo en alza: tal como hacemos *zapping*, vamos por la vida contestando el teléfono, saludando en la calle, estrechando las manos que nos extienden, escuchando lo que queremos escuchar.

Estamos tan hiperestimulados, tan acostumbrados a optar por lo que nos conviene, a asumir sólo lo que sirve, lo que nos entretiene... que nuestras cabezas funcionan permanentemente anhelando lo que no tenemos y lamentando lo que perdimos, carecemos de un espacio existencial para disfrutar el aquí y el ahora.

¹ (2002-2005)

¿CÓMO RECONOCER Y CONTROLAR SUS EFECTOS?

Hablándoles de las nuevas generaciones de adolescentes, les contaba cómo los computadores han logrado invadir nuestras vidas y cómo es más grave que los computadores tengan un virus a que lo tenga yo. Los efectos de estas máquinas en nuestras vidas son impresionantes. Estudiando los efectos de la tecnología en los niños y en los adolescentes, descubrí muchas cosas que quiero compartir con ustedes: por ejemplo, y a riesgo de ser considerada “loca”, les puedo contar que la tecnología tiene una “energía” que, muy probablemente, queda impregnada con mayor facilidad en algunas estructuras de personalidad que en otras y genera efectos en todos los niños, adolescentes y adultos, quienes literalmente la “consumen”. Estos efectos se expresan de forma más o menos similar entre personas que se conectan a internet, ya sea para navegar, chatear o interactuar con la máquina u otras personas, a través de video juegos o cualquier estímulo que se desarrolle enmarcado en alguna pantalla (incluso cargadores como el de los celulares). Al entrar en contacto con la tecnología, todos nos cargamos con una energía que después hay que botar de alguna manera. En los niños esa descarga sucede igual que entre los adolescentes: a través de la rabia. Pasado cierto tiempo que ya les voy a explicar cuál es, los niños y los adolescentes experimentan las siguientes consecuencias conductuales que, no me cabe ninguna duda, ustedes ya han observado en sus casas con sus hijos (y, tal vez, incluso en otros adultos):

- 1) Se colocan más desobedientes con los adultos.
- 2) Tienden a pelear más con sus hermanos.
- 3) Las mujeres, especialmente, pero también los hombres, comen más, sobre todo carbohidratos: las llamadas “cosas ricas”.
- 4) Los hombres aumentan su frecuencia masturbatoria.
- 5) Se vuelven más sedentarios: los niños de hoy no juegan.
- 6) Alteran su noción del tiempo y, por lo tanto, pueden pasar gran cantidad de horas sin darse cuenta.
- 7) Cambia la concentración en las tareas que la requieren.
- 8) Se altera la ortografía y la caligrafía.

Cada día que pasa nos vamos acostumbrando más y más a comunicarnos a través de un teclado y no cara a cara. Por lo tanto, especialmente niños y adolescentes, aunque también adultos, se están poniendo más tímidos, más inseguros, más mentirosos, ya que

todo lo que se atreven a decir a través de un teclado, no concuerda con lo que son capaces de decir cara a cara. Por lo tanto, el uso de la tecnología debe ser educado. No basta con comprarla y usarla: hay que entenderla como una herramienta que mal usada nos puede producir mucho daño y, sobre todo, alterar nuestros códigos de comunicación... Ahora bien, vamos a lo que seguro usted está esperando y mi amigo Coco también: el tema de los tiempos en contacto con pantallas y tecnologías de la información y comunicación en general. Es importante mencionar que éstos fueron medidos en relación al uso del computador para chatear, postear en *fotolog*, interactuar con juegos y usar internet sin búsqueda dirigida y ver televisión, especialmente, “monos” y programas no educativos.

De acuerdo a la investigación señalada anteriormente, los tiempos durante los cuales los niños pueden estar expuestos o interactuar con pantallas diariamente, sin sufrir los efectos mencionados, son los siguientes:

1. Niños menores de nueve años: máximo una hora quince minutos al día.
2. Niños entre nueve y once años: máximo una hora cuarenta y cinco minutos al día.
3. Entre los once y trece años: dos horas quince minutos.
4. Entre los trece y los quince: dos horas cuarenta y cinco minutos.
5. Entre los quince y los dieciocho: máximo tres horas quince minutos al día.

Estos tiempos pueden tener algún tipo de variabilidad de acuerdo a las características de los adolescentes. Si estos son muy sensibles, el tiempo debiera ser menos, ya que pueden absorber en forma más rápida esta energía que, parece, nos *tragamos* todos los días sin darnos cuenta. Otro aspecto importante de este tema es entender que ese tiempo total de exposición frente a una pantalla, incluye a los celulares. Aclaración que tiene que ver con experiencias del tipo de la ocurrida en un colegio en Linares (quinto y sexto básico), cuando les di los tiempos, ellos, angustiados, preguntaron: “¿Y qué hacemos después?” (¡plop!). “¡¡Jueguen!!,” les dije. “¿Y a qué?”, preguntaron (¡¡plop!!), otra vez).

Claramente tenemos que “resucitar” nuestros ritos. Soy una defensora de ellos y de todo cuanto nos vuelva a lo esencial de la vida. Enseñémosles a jugar a nuestros hijos, inventemos reuniones familiares, invitemos amigos a nuestras casas, celebremos los santos y los cumpleaños pero como fiestas del alma y no de los *malls*, volvamos a la mesa, mirémonos las caras, sentémonos en el suelo a jugar cartas... ¿Por qué olvidar lo mejor que tuvo nuestra educación y no incorporarlo en la actualidad? Es como si no lo hubiéramos pasado muy bien, después de todo, y hubiéramos decidido que nuestros hijos no vivieran lo que nosotros pasamos...

Tratemos de entretenernos en grupo, solos, pero con lo sencillo de la vida. Es muy cierto que los chilenos nos entretienen en grupo y que no somos muy buenos para decidir dónde vamos, especialmente las mujeres, quienes, producto de nuestro pensamiento mágico, nunca sabemos dónde queremos ir... siempre esperamos que

nuestros maridos o parejas lo adivinen. Por eso somos tan malas para pedir lo que necesitamos: dentro de nuestra *magia*, esperamos que a ellos les nazca y, por supuesto, “sepan lo que quiero, me conocen hace tanto tiempo que tienen que saber lo que estoy esperando”. Ardua tarea para los hombres, a quienes, por supuesto, les va a costar “adivinar” entre tanta maraña psicológica.

En fin, por eso hay que decir *¡Viva la diferencia!* y hacer entender, sobre todo a las mujeres, que tenemos que aprender a centrarnos en lo que tenemos y no en lo que nos falta. Siempre lo que hay es más de lo que nos falta, pero nuestra tendencia es a fijarnos en el jardín de al lado, que siempre tiene el pasto más bonito que el mío.

IV.

A MODO DE “CONCLUSIÓN”

SIN QUERER SER APOCALÍPTICO:
“...UNO PUEDE ESCOGER LIBREMENTE LA SALSA CON QUE
VA A SER DEVORADO...”

Leí un artículo en una revista de papel couché que, por primera vez en la historia de este naciente siglo XXI, habrá más habitantes en la capital que en las provincias o sectores rurales. Seremos testigos de la sociedad de masas.

La nuestra es una sociedad desarraigada, en la que se experimenta un cambio en el sustrato socio-cultural. Se sufre una auténtica crisis de identidad, ya los antiguos valores no sirven y se produce un vacío cultural. Nuestros valores y pautas de comportamientos deberán reorganizarse.

En una sociedad masificada, la ciudad es un volumen de gente sin rostro propio. Se vive en el anonimato colectivo, y habita en ella el fenómeno de la “muchedumbre solitaria”.

La sociedad de masas es una sociedad manipulada. Como contrapunto a la masa uniforme y anónima, surge una minoría activa, llamada “grupo de presión” que impone ideas a su antojo y maneja a los demás. El resultado es la despersonalización y con esto la pérdida de uno de los más preciados bienes del ser humano: la libertad. Las decisiones ya no están en sus manos, sino en las proclamas de otros que piensan y actúan por él.

La radio, TV, nos tienen en una comunicación inmediata con lo que acontece en el mundo. Es lo que llamamos desde este punto de las comunicaciones “la sociedad planetaria”. Este fenómeno ha modificado el tiempo y el espacio. Todo acontece de prisa, es plástico y visual.

En sociedades como esta el movimiento es un continuo ir y venir de un lado a otro y en poco tiempo. En ellas nada parece consolidarse demasiado ni definitivamente, sino que todo parece momentáneo y provisional.

Su marca es lo universal, lo planetario. Las noticias de todo el mundo son conocidas apenas se producen; el mundo se ha convertido en una “vecindad”. Es el cosmopolitismo actual.

Imagen y sonido son hoy los modos preferidos de lenguaje y comunicación, con más velocidad y con más matices. Cambia la manera de captar las cosas: global y de una vez; intuitiva, en lugar de racional y lógica; integral en lugar de solamente intelectual.

Es ésta una sociedad industrializada. Su tendencia es producir más bienes de consumo y con ellos un palpable crecimiento económico. Esto nos permite caracterizarla como: mercantilista, consumista y utilitarista.

Es una sociedad de masas en la que la concentración urbana provoca en los hombres desarraigo, masificación, manipulación y politización. Caracterizada por la súper abundancia de transporte y comunicación: vivimos en una sociedad móvil, en todos los aspectos planetaria. Nada de lo que ocurre en el mundo nos es ajeno o desconocido.

Y la gracia que tiene la economía de libre mercado, es que uno puede escoger libremente, la salsa con que va a ser devorado.

HEMOS DESCRITO MUCHAS SITUACIONES, CON UN POCO DE HUMOR Y MUCHA HONESTIDAD

Con el Coco en el diván nos ha permitido compartir el desarrollo de algunos puntos de vista acerca de la realidad chilena. Hemos hablado de lo que nos pasa y de cómo nos sentimos. Estamos por concluir esta larga sesión en que este “pseudo paciente”, Coco Legrand, y yo como sicóloga, damos a conocer experiencias, datos, recomendaciones, tendencias, aunque –eso sí- estamos muy lejos de poder señalar un tratamiento que sane todos nuestros males, éste quedará pendiente y en manos de cada uno de los lectores, pero siempre es un buen comienzo el partir riéndonos de nosotros mismos y de lo que nos sucede. No puedo dar por terminado este libro sin antes darle las gracias al “paciente” Coco: tus rutinas nos permiten tomar el pulso de nuestros días, ilustran el alma nacional, nuestra idiosincrasia... Te necesitamos así, delirante y reflexivo, para poder vernos reflejados en tus palabras como en un espejo de la conciencia. Gracias por tus genialidades, por tu “humor con contenido”.

Las situaciones descritas con un poco de humor y mucha honestidad, nada tienen de casual, todo responde a ciertas constantes que es posible observar en nuestra realidad cotidiana. La forma en que los padres estamos educando a nuestros hijos, la necesidad de cumplir esa labor a partir de un motor interno, la responsabilidad, el ejercicio de una libertad bien entendida y de la fuerza de voluntad. La importancia del sustrato afectivo para formar hijos sanos. Afectividad que nada tiene que ver con confianzas mal entendidas ni sobreprotección. La pérdida de sentido respecto de nuestras especiales visiones sobre lo que nos rodea, la necesidad de definir un proyecto, una mirada, una interpretación acerca de por qué hacemos lo que hacemos, son algunos de los puntos sobre los que me permito insistir con el propósito de que no los olviden. Nuestra sociedad nos muestra con insistencia el espejismo de que todo se puede hacer, sin que haya posibilidad alguna de consecuencias perjudiciales. Sabemos que no es así. Por otra parte, la tendencia a solucionarlo todo, buscando el remedio fuera de nosotros mismos nos hace ir por fármacos, alcohol y, muy rara vez, apelar a la naturaleza humana, la que tarde o temprano, termina pasándonos la cuenta.

Parece mentira que esté terminando esta aventura en la que, con sincera humildad, quisimos mostrar algunos de los aspectos más relevantes (y preocupantes) de nuestra sociedad. Esperamos haberles tocado el alma con el fin de mejorar un poco la realidad familiar, porque como muy bien dice el Coco: “la gran fisura está en el living de nuestras casas y no afuera”.

Muchas gracias por leernos y sumarse desde ahora –si no lo habían hecho antes- al

grupo de personas que busca consciente y responsablemente cumplir con lo que les corresponda como formadores de las personas que construirán el Chile del siglo XXI.

AGRADECIMIENTOS

Hay muchos a quienes quiero agradecer: primero a Dios, por permitirme ver diversas situaciones de nuestra existencia y compartirlas con el resto, especialmente después de períodos en mi vida en los que siento no haber visto todo lo que tenía ante mis ojos. Por el milagro de haber conocido a Coco Legrand en un momento mágico de la vida para ambos y poder consolidar una linda amistad y muchos sueños profesionales. Agradecer a Isabel Buzeta, editora del libro, cuya presión está permitiendo terminar esta verdadera odisea. Gracias por tu cariño. A Eva Robles, secretaria del Coco, ya que sin ella hubiera sido imposible coordinar cualquier cosa con el maestro. A Adriana, mi secretaria, que ha encontrado todos los espacios necesarios para poder terminar esta obra. A mis hijos, que me han permitido ciertas ausencias para terminar estas páginas. Los amo. A Mauricio Illanes, periodista, por su colaboración. Y, finalmente, a la vida, por permitirnos sembrar un poquito en la tierra de nuestro querido Chile.

Pilar Sordo

Índice

PORTADA	1
PORTADILLA	3
CRÉDITOS	4
ÍNDICE	5
I. CONVERSACIÓN INTRODUCTORIA	9
II. A PROPÓSITO DE NUESTRAS DIFERENCIAS...	13
III. DIAGNÓSTICO SOCIAL	16
IV. A MODO DE “CONCLUSIÓN”	92