

# El paraíso interior

Reflexiones, aforismos  
y guiones de vida

Jordi Nadal

Prólogo de Cristina de Alzaga

Plataforma  
Actual



«Unas palabras que trenzan lucidez,  
generosidad y belleza»

**Álex Rovira**

# **El paraíso interior**

*Reflexiones, aforismos  
y guiones de vida para descubrir  
el sentido de la propia existencia*

Jordi Nadal

*Prólogo de Cristina de Alzaga*



Primera edición en esta colección: julio de 2009

© Jordi Nadal, 2009

© de la presente edición: Plataforma Editorial, 2009

Plataforma Editorial

c/ Muntaner, 269, entlo. 1ª – 08021 Barcelona

Tel.: (+34) 93 494 79 99 – Fax: (+34) 93 419 23 14

[www.plataformaeditorial.com](http://www.plataformaeditorial.com)

[info@plataformaeditorial.com](mailto:info@plataformaeditorial.com)

Depósito legal: B. 16716-2015

ISBN: 978-84-16429-50-9

Diseño de cubierta:

Utopikka

Composición:

Grafime

Reservados todos los derechos. Quedan rigurosamente prohibidas, sin la autorización escrita de los titulares del *copyright*, bajo las sanciones establecidas en las leyes, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la reprografía y el tratamiento informático, y la distribución de ejemplares de ella mediante alquiler o préstamo públicos. Si necesita fotocopiar o reproducir algún fragmento de esta obra, diríjase al editor o a CEDRO ([www.cedro.org](http://www.cedro.org)).

# Índice

1.
  1. [Prólogo de Cristina de Alzaga](#)
  2. [Palabras preliminares de Álex Rovira](#)
2.
  1. [Abriendo la puerta de este libro](#)
  2. [86 reflexiones para buscadores de la felicidad](#)
  3. [CUADERNO 1: Escribe el guión de tu vida](#)
  4. [CUADERNO 2: 52 libros para vivir mejor](#)
  5. [CUADERNO 3: El cuestionario Proust](#)
  6. [CUADERNO 4: Liderazgo afectivo / liderazgo efectivo](#)
3.
  1. [Colofón, por Cristina de Alzaga](#)
  2. [Cuatro motivos para amar la lectura](#)

«Prefiero servirlos a mi modo que gobernarlos al suyo.»

*Coroliano*, SHAKESPEARE

En noviembre de 2008 Jordi Nadal me envió el manuscrito de *El paraíso interior*. Yo estaba inmersa en los «fastos» del séptimo aniversario de la revista que dirijo y, en seguida, se nos echaron las fiestas de Navidad y la crisis encima. Después, ya en 2009, llegaron ese enero asesino y un febrero que parecía una gincana diabólica: con la impresión de que el mundo se derrumbaba a nuestro alrededor, todos teníamos ya un conocido, un amigo o un familiar... en paro.

Desde entonces, se sucedieron unos meses tan intensos que me sentí como si hubiera perdido el control de mi vida. Y, por encima de todo, en deuda con Jordi, por no haber podido leer su manuscrito, pues intuía que era algo importante, algo grande... Hasta que un día me senté a leerlo de cabo a rabo. Comenzaba con *86 reflexiones para buscadores de la felicidad*.

Exhausta, desmotivada y sin saber hacia dónde ni cómo tirar de ese «carro», cada vez más pesado y cuya carga es cada vez más ingrata –pero del que sin saber por qué seguimos tirando–, mis ojos se clavaron en el Aforismo 7: «¡Qué peligro más sutil refugiarse en el trabajo!». Y hete aquí cómo esta madre trabajadora de familia numerosa se encontró devorando la sabiduría del día a día que hace de Jordi Nadal uno de los maestros del aforismo moderno.

Hay reflexiones para cada momento, sentimiento, necesidad... Para quienes, como para él, sus hijos sean «el eje de mi existencia» y les preocupe su educación (Aforismo 4: «Cuando seas padre, deja de ser hijo» o Aforismo 16: «Un día perdido es aquel en el que no le has dicho a tu hijo o a tu hija que le quieres infinitamente»). Para quienes tienen miedo al paso del tiempo (Aforismo 23: «Soy un año más maduro. Ojalá que también más tierno») y para quienes buscan la felicidad (Aforismo 77: «Tenemos un montón de posibilidades, pero es preciso vivir sin angustiarse: necesariamente quedan más cosas fuera que dentro») o, simplemente, un sentido a su existencia (Aforismo 41: «Hay que vivir incondicionalmente»).

Aunque son tantas las que me han gustado, asombrado, enternecido o me han dado que pensar... me encantan el Aforismo 50 («Hace falta muy poco para alcanzar momentos excepcionales») y el 66 («En la vida hay que tener una de estas tres cosas: amigos, dinero o dignidad. Sin ninguna de las tres no llegarás a ninguna parte»). Si alguien nos dijera que son de un filósofo griego, de Chesterton o de Oscar Wilde, sin duda le creeríamos.

En un mundo cada vez más deshumanizado, en una sociedad en la que el optimismo, la amabilidad y las buenas maneras no sólo son una especie en peligro de extinción sino que, además, están mal vistos; en un momento en el que impera la cultura del éxito inmediato, del poder por el poder, del culto al dinero... y todo de prisa, rápido, aquí y ahora. Jordi Nadal sigue fiel a sus principios, reivindicando el amor, la paciencia, el trabajo bien hecho, la ternura, la calma, la pasión, el espíritu crítico (pero constructivo), la justicia y, sobre todo, la alegría... como principios rectores de una vida que merezca la pena (Aforismo 64: «Hemos de merecer el respeto de los que nos ven cada día»).

Mientras yo disfrutaba sus páginas, las anotaciones de Jordi en *Escribe el guión de tu vida* seguían ayudándome a comprender para qué estamos aquí («He entendido el mundo, por fin, como el juego de crear antes que destruir. Quiero dar sentido a la vida, haciendo como Albert Camus, quien decía aquello de *hemos de contribuir a la felicidad y a la alegría, porque este universo es infeliz*») y qué es lo verdaderamente importante («Lo mejor son mis hijos. La vida es inmensa gracias a ellos. Los acuesto, se duermen en mis brazos»).

En *52 libros para vivir mejor*<sup>1</sup> dice Jordi que esas obras le acompañan, le ofrecen su vida, su sombra y su cobijo, le enseñan a perder y a reír, le enseñan y callan. Este libro va a estar ahí para ustedes, lectores, siempre que lo necesiten. Incluso una vez terminado, abran sus páginas cuando añoren una palabra amiga, un abrazo, un consejo, una idea o una sonrisa, aunque sean de papel, porque «compartir las palabras verdaderas es una forma de amar» (Aforismo 32) y ¿dónde está el paraíso si no es junto a alguien que nos ama?

Cuando lo terminé, me quedé sin palabras: le mandé un e-mail a Jordi y le dije: «Por favor, tienes que publicarlo en cuanto puedas; creo que éstos son momentos de total incertidumbre, en los que muchos nos sentimos huérfanos de ideas o pensamientos que den sentido a lo que hacemos».

Tenía delante el Aforismo 9: «Cuando se lee un buen libro dan ganas de mandarlo todo a paseo y, entonces, empezar a vivir una vida completamente singular y única: la vida propia, la vida posible, la única válida. Uno siente un deseo tan fuerte de autenticidad que, de repente, se puede invocar a la vida y a la muerte sin que tiemble la voz. Probablemente sólo valgan la pena la sinceridad y el desnudo absoluto. No parece haber nada más digno que crear la única dignidad que tenemos a mano: la de nuestra vida. Todo lo demás, después».

Ante tal muestra incontestable de lucidez, del talento y del sentimiento que destilan las siguientes páginas, sólo puedo sentirme pequeña y sin nada valioso que aportar, excepto mi respeto y mi admiración hacia Jordi Nadal, nuestro premio Nobel de la Amistad (Aforismo 78: «Ésta es la esencia de todo esto: lo mucho que quiero, lo poco que espero»). Un hombre que ha hecho de la generosidad y de la inteligencia los dos pilares de su Plataforma (editorial y vital).

Filósofo de la vida cotidiana, poeta del amor real, revolucionario convencido de que la mayoría de las revoluciones empiezan por nuestro interior, solidario practicante (no teórico)... Jordi Nadal es una y muchas personas (tantas como quienes le quieren) y todas ellas están reflejadas en sus *Reflexiones, aforismos y guiones de vida para descubrir el sentido de la propia existencia*. Atrévase a descubrirse en una de ellas y a encontrar su *El paraíso interior*. No se arrepentirá.

CRISTINA DE ALZAGA

## Palabras preliminares |

En el corazón y en la piel reside la verdadera inteligencia; la que no especula, no miente, no elucubra y no finge porque es sincera, pura, desnuda, esencial, alegre y verdadera. Es la inteligencia que permite hallar el Sentido en esta vida en medio del dolor y de la pérdida, de lo absurdo y de lo injusto, y la que permite ver de manera nítida que, en esencia, estamos aquí para amar y servir. El valor de este tipo de inteligencia es un bien sumamente escaso ya que no se adquiere por puro ejercicio de memoria, ingenio o repetición sino por sensibilidad, autenticidad, generosidad, desnudez, coraje y entrega. Esa inteligencia, o mejor, la sabiduría que de ella emana es un lugar del alma; es el *Paraíso Interior*. Gracias, querido Jordi, por abrimos las puertas de ese lugar. Y gracias también por darnos pistas inequívocas para llegar a su centro guiados por unas palabras que trenzan lucidez, generosidad y belleza.

ÁLEX ROVIRA

## Abriendo la puerta de este libro

Un amigo, Francesc Miralles, me animó a que escribiese el presente libro, cuya estructura fundamental, en esencia, es suya: la idea era contar qué cosas me han hecho como persona e invitar al lector o lectora a que descubra su propio guión de vida.

Escribir un guión de vida, porque cada uno de nosotros contiene un espacio interior donde somos irrepetibles. Ese espacio, debidamente cuidado, contiene enormes posibilidades.

Todos tenemos ganas de vivir. Pero algunos no se atreven a quitar la hoja de celofán que protege la esfera del reloj o de la pantalla de cualquier electrodoméstico nuevo. Y de eso se trata exactamente vivir: quitar la capa de celofán que intenta proteger las pantallas. Esa seguridad quita brillo. Esa opacidad es costosa, porque quiere domesticar el derecho de vivir de las cosas. Las cosas, a nuestro alrededor, tienen mucha más vida de la que nunca podemos creer. Es hermosa la veracidad y la esencia de las cosas a nuestro alrededor.

Y las cosas se rebelan.

Todas las personas tenemos derecho a mirar y buscar nuestro horizonte a la hora de recoger información y construirnos un mundo, unos valores y una manera de ser. Una parte muy importante de mi horizonte se ha configurado leyendo: porque las vidas de otros contienen tantas vidas que yo soy, he sido y seré, mucho más de lo que yo sería solo, gracias, también y profundamente, a la lectura.

En el oficio de irme construyendo, hacerme mayor me abre puertas de lucidez que desafían la indiferencia. Se trata de no ser ni ingenuo ni cínico.

Pues bien, allá vamos. Quien quiera descubrir un poco la estructura de mi vivir podrá entrar en estas páginas como alguien que va a visitar una casa más o menos nueva, para poder empezar a notar los planos de la casa propia.

Una apreciación más: aunque el título sea *El paraíso interior*, en realidad, debería llamarse *La búsqueda del paraíso interior*, porque la búsqueda de la autenticidad, de lo interior, del paraíso que queremos contener es, siempre, un camino y un movimiento. La felicidad no es estática. Y vivir es buscar, responder, moverse y, algunas veces, cuando tienes suerte, vibrar.

Aprendemos de los otros. Los demás, cuando no nos distraen, pueden ser excelentes ayudas para saber quiénes somos.

Abrir este libro es una invitación a abrir la puerta de uno mismo.

## 86 reflexiones para buscadores de la felicidad

*(Extraídas de mis diarios a lo largo de los últimos 15 años, ese bloc de apuntes que siempre me acompaña) paraíso*

1.

Los aforismos contienen el deseo ético que le falta al mundo.

2.

Al leer un libro con impaciencia, uno busca respuestas. Nunca –casi nunca– llegan con la claridad de un relámpago. Hay que acostumbrarse a ir las dando mientras se vive. Nada esencial se produce en un cuestionario. Entre la mañana y la tarde puede haber habido actos de heroicidad. Vivir y ser uno mismo, inconscientemente y siempre a fondo. Así se manifiestan los libros leídos.

3.

Si nos pudiésemos dar cuenta de hasta qué punto nuestras vidas pueden cambiar súbitamente, quedaríamos helados ante el cúmulo de posibilidades que nos acosan.

4.

Cuando seas padre, deja de ser hijo.

5.

¿Qué hacer con las alegrías hechas a la medida de otros?

6.

En las escuelas deberían enseñar a morir (o, como mínimo, que uno se muere).

7.

¡Qué peligro más sutil refugiarse en el trabajo!

8.

Cuando se ve un film violento, nadie piensa en que uno puede ser el destinatario de la eternidad. Nadie piensa nunca que la muerte o cualquier barbaridad te puede sobrevenir realmente. Siempre mueren los otros.

9.

Cuando se lee un buen libro dan ganas de mandarlo todo a paseo y, entonces, empezar a vivir una vida completamente singular y única: la vida propia, la vida posible, la única válida. Uno siente un deseo tan fuerte de autenticidad que, de repente, se puede invocar a la vida y a la muerte sin que tiemble la voz. Probablemente sólo valgan la pena la sinceridad y el desnudo absoluto. No parece haber nada más digno que crear la única dignidad que tenemos a mano: la de nuestra vida. Todo lo demás, después.

10.

Nacer es un acto musical, en blanco y negro, sin palabras. Todo futuro.

11.

Que no se engañe nadie, en todo lo exterior ya no jugamos ningún papel: el futuro en libertad sólo está en nuestro interior. No te creas esta farsa absoluta llamada mundo.

12.

Me emociona la música porque me marca todo lo que podría suceder, todo lo posible, el ser en potencia.

13.

Todas las obras de arte hablan de la muerte.

14.

Leer es querer vivir más o, más exactamente, querer escribir continuamente, o, más exactamente, poder ser más cosas y personas, o, más exactamente, desear.

15.

Y, sin embargo, ir a buscar.

16.

Un día perdido es aquel en el que no le has dicho a tu hijo o a tu hija que le quieres infinitamente.

17.

En este mundo, la única aventura posible, el único territorio virgen que siempre queda por descubrir, aún hoy, es el conocimiento. Ésa es nuestra suerte.

18.

Desconfía de quien te pide confianza si excluye la inteligencia.

19.

Es curioso entender, de golpe, la frase de Walter Benjamin: «*Hay un acuerdo secreto entre las generaciones pasadas y futuras: hemos sido esperados en la tierra.*» Así es: ver las fotos y los objetos de esos seres que han sido y que, en cierto modo, aún son, permite sentirse unido a un pasado y, más aún, formar parte de él, ser prolongación del mismo.

20.

El amor y el deseo del amor son el único ámbito de la felicidad.

21.

14

Se está más desnudo después de leer un buen libro.

22.

No hay respuestas. Sólo hay buenas preguntas. La única respuesta es nuestra vida individual. Compartir preguntas y desear para llegar a amar. ¿No estamos solos?

23.

Soy un año más maduro. Ojalá que también más tierno.

24.

¡Sentir la vida del otro con tanta intensidad! Fluir hacia el otro. Ser río.

25.

–Haremos muchas cosas. –Vivir. ¿Te parece poco?

26.

Siempre hay quien prefiere morir.

27.

Para hablar de lo esencial necesitamos palabras de la mayor talla posible. En lo verdaderamente importante hay que comprar las camisas talla XL para que las cosas no estén apretadas. Hay que moverse con desenvoltura.

28.

La única manera de evitar un temblor de tierra bajo tus pies es levitar.

29.

Escucho *Nobody knows the trouble I've seen* de Louis Armstrong. Para saber escribir sólo hay que tener las puertas abiertas.

30.

Una señal de una incipiente amistad: escuchar y hablar sin necesidad de querer ser aceptado o agradar. Sin tener una relación de interés, queda lo esencial.

31.

De repente he aprendido que el amor se nota al respirar.

32.

Compartir las palabras verdaderas es una forma de amar.

33.

Formula preguntas implacables y espera tiernamente.

34.

Hay que reparar en las señales de humo.

35.

Antes de la muerte, que haya ocasión de amor.

36.

Prefiero tener enemigos que malos amigos.

37.

Todo, absolutamente todo, estaba a la espera de la nada.

38.

Calla. Piensa en lo que tiene importancia. Actúa en consecuencia y vuelve a callar.

39.

UN GORILA MUERE DE INFARTO EN UN «ZOO» JAPONÉS AL CONOCER A TRES HEMBRAS (publicado en *El País*, miércoles 25 de marzo de 1998). Un gorila llamado *Sultán*, de 28 años, murió en su jaula del zoo de Tokio como consecuencia de la crisis cardiaca que le sobrevino cuando se disponía a tomar contacto con su nuevo harén, integrado por tres

hembras. *Sultán*, que llevaba tres meses *soltero*, se desplomó al suelo tres minutos después de que los guardianes levantasen la reja que lo mantenía separado de sus nuevas compañeras.

40.

Lo visible se explica por lo invisible o mejor dicho por lo escondido, por lo que no aflora a la luz del día.

41.

Hay que vivir incondicionalmente.

42.

Intenta buscar el punto común en toda gran obra de arte: es una herida.

43.

Amor y muerte. Y vida y vida y vida.

44.

La mayoría llevamos una mochila llena de piedras en la espalda.

45.

Una vez le pregunté a mi padre qué momento de particular alegría recordaba: me dijo que cuando llevaba comida a casa de sus padres.

46.

No tengo ninguna religión, tampoco la del poder.

47.

Hoy mi mirada rebota contra las cosas. Las cosas se mueven como la vida: entre la piedra y la piel. Yo soy piel, pero mi memoria no excluye la vivencia de la piedra. Debe de ser que me hago mayor.

48.

Se aprende, con esfuerzo, que callar es una manera de intentar ser inteligente.

49.

Todo tan lejos, todo tan cerca. Palabras o silencio. Poner el marco a las cosas. Mirarlas de modo que todo sea nuevo, y su sentido oculto se nos haga claro. Tocar las cosas con las manos. Mirar su textura. Llevarlas a los ojos. Mirar. Mirar sin parar, y callar. Salir cada día con un cesto lleno de cosas, e ir viendo cómo se vacía. La desnudez como una forma de vida. La desnudez y una extrema, extremísima necesidad de desnudar las cosas. Desnudas, bien desnudas, con sólo el silencio como marco de referencia, como prueba de su autenticidad.

50.

Hace falta muy poco para alcanzar momentos excepcionales.

51.

Pocas cosas que hacer, excepto ser uno mismo. El único papel es la vida propia.

52.

Encontrar nuestra expresión. Casi nada. Lo que nos define es este intento de ser quienes somos y hacer aquello que hemos venido a hacer. Por eso es tan importante saber quién eres y encajar las cosas que vienen, por duras que sean. Y, a ser posible, pagar las que son injustas muy a gusto (pagar a gusto es un gesto de madurez, creo). Asumir las cosas y sus consecuencias nos da la oportunidad de decir quiénes somos. De actuar como queremos actuar. De ser. De mirar. De callar. De hablar. De expresar. De pensar. De expresar nuestros afectos y nuestras lealtades. De ganar y perder y, con el tiempo, reírnos ante la sola idea de que se puede ganar o perder nada. La idea de victoria, parece que decía Faulkner, es una concepción de filósofos e idiotas.

53.

El espacio de no decir nada es tan grande que para soportarlo hemos creado las palabras. Son ellas las que callan.

54.

El amor llegará antes de que se fundan las nieves del Kilimanjaro.

55.

Las cosas desnudas, de repente generosas, se dan a sí mismas un asa para que las tomemos. Es su manera de decirnos en silencio que nos quieren. Llenan el futuro.

56.

Con las velas recogidas, estoy muerto. Yo soy mi deseo.

57.

Todo amor profundo es invisible a los ojos de los no enamorados.

58.

Esto es una cuenta atrás y ya voy por el 2.

59.

Reduciéndolo hasta la caricatura, que es una forma pedagógica de la verdad, sólo hay dos opciones: ser temido o ser amado. Pasen y escojan.

60.

Los poetas dicen las cosas que los demás no pueden, no saben o no se permiten sentir.

61.

Tenemos demasiadas cosas, ya no podemos apreciar un regalo. Los armarios están llenos.

62.

Ganar o perder no tiene sentido. Sólo lo tiene amar.

63.

Antes de abandonarlo todo, me gustaría ser amado un par de veces más.

64.

Hemos de merecer el respeto de los que nos ven cada día.

65.

Cuando uno ama a alguien, las cosas le formulan preguntas y uno quisiera ser bálsamo. Poder curar. Yo no sé nada, no sé nada de una manera incontestable. La realidad me deja sin palabras. La realidad es poderosa. Y querer hablar es, a veces, una pretensión demasiado grande. Cuando uno ama, mira y quiere estar cerca. Amar es querer estar cerca.

66.

En la vida hay que tener una de estas tres cosas: amigos, dinero o dignidad. Sin ninguna de las tres no llegarás a ninguna parte.

67.

El poder es lo que tienes cuando lo has perdido.

68.

Ni el sufrimiento ni el éxito otorgan derechos. La única cosa que otorga derechos es la autoridad moral y, cuando la gente la tiene, acostumbra a callar.

69.

El amor no deja rastro, por eso hemos de interpretar el silencio.

70.

Los incendios no se apagan con apellidos.

71.

Los días de felicidad son siempre finitos. Pero no las ocasiones de crearlos.

72.

Sería preciso que alguien hiciera un libro con las palabras trampa: la primera es «velocidad».

73.

No te doy todo, pero te doy todo lo que tengo.

74.

Amar a la gente que amo es la última oportunidad para ejercer día a día como aquel que desearía ser.

75.

La preocupación por el futuro (en el sentido de modernidad) es una forma de distraerse del pensamiento real.

76.

No estoy dispuesto a dejar de amar a nadie por ninguna de las personas a las que amo.

77.

Tenemos un montón de posibilidades, pero es preciso vivir sin angustiarse: necesariamente quedan más cosas fuera que dentro.

78.

Ésta es la esencia de todo esto: lo mucho que quiero, lo poco que espero.

79.

Las ideas no son de nadie, pero como mínimo que no sean de quien menos son.

80.

En este mundo o eres el Banco JPMorgan Chase o eres tú mismo.

81.

La curiosidad es la fibra óptica del futuro.

82.

La dureza del corazón es una enfermedad. Que ganen los otros.

83.

No hay decisión sin riesgo, ni realidad sin dolor.

84.

Todo esto es largo y breve. Dulce y amargo.

85.

Intento dejar cierto rastro de mi vida, y no me importa que no sirva de nada. Haber vivido ya es algo extraordinario.

86.

Deshacerse es una forma de amar. Y yo siento que me deshilo. Soy menos, ocupo menos espacio. Está bien así: queda más espacio para los demás.

## Cuaderno 1: Escribe el guión de tu vida

Desde 1978 hago un pequeño resumen de cada libro que leo. Con el tiempo, el resumen ha ido creciendo en extensión. Hace algún tiempo que he añadido quién me recomendó ese libro o de qué modo llegué a él; apunto también las frases que más me han gustado. Y anoto mis impresiones sobre esa obra, dónde la he leído, si la he terminado durante un viaje, etc. De este modo, al final del año tengo una pequeña lista de obras que me han gustado mucho y las relaciono conmigo y con momentos de mi vida y entorno, para poder recordar las cosas mejor.

A lo largo de estos años, los archivadores donde anoto todo esto van tomando una cierta vida propia. Describir y escribir nos ayuda a fijar quiénes somos; o, como mínimo, nos ayuda a reflejar con cierta claridad dónde estamos vitalmente, y qué pensamos y sentimos.

Se trata de reconocer aquello que somos. Porque, mucho más importante que lo que uno dice, es lo que hace. Y más importante y definitivo que lo que uno hace, es lo que uno es. Ser es más esencial que hacer. Y hacer es mucho más verdadero que decir.

De modo que esos archivadores, uno por año, fueron reclamando tomar anotaciones en dos hojas sueltas al final de cada carpeta. Y esas anotaciones reclamaron, espontáneamente, un resumen anual. De un folio. Ni más, ni menos. Y siempre para ser mandado a diez o doce personas. Que ya son muchas.

En 1993 empecé a redactar mi resumen, siempre con un título. Vayan aquí tres ejemplos de este material que me define. Pueden ser mucho más discretos, o mucho más íntimos. Lo esencial es que le sirvan a uno mismo. A mí me permiten ver la humanidad

del tejido del que estamos hechos: una amalgama de mimbres, algunos hermosos; otros, más prosaicos. Contradictorios. Buscando trascender nuestra propia condición primaria a través de la fuerza civilizadora de la educación y del compromiso. Pura contradicción, decíamos. Como la propia realidad.

«Intenta no ocupar tu vida en odiar y tener miedo.»

STENDHAL

## **Un año resumido: 1993**

Viaje a Roma. He vuelto a ser feliz en el Panteón.

Dos fantásticas exposiciones en Madrid: pintura de Antonio López y la serie negra de Goya. ¡Qué oscuro país pintó!

Vacaciones en Cadaqués con mi amiga Federica. Su enfermedad nos entristece a todos.

Veo un gran lienzo de Vermeer (la chica que escribe una carta de la National Art Gallery de Washington), que estaba expuesto en Frankfurt.

Mis amigos pintores (V. y P.) me alegran la vida.

Poca música, poco tiempo: *new age*, que cansa aunque no se note. Cesaria Evora y un bello disco de los Balcanes, ahora ensangrentados. Madreus me hace feliz.

Con un walkman me aísló y recupero 20 minutos diarios de Bach. Las suites de cello.

Buen cine: *Howards end*; películas de Elia Kazan y Clint Eastwood.

Buena gente: mis amigos P., M. (bella amistad, la que también se hace por teléfono), V. y H. y su infarto.

Año duro en mi pareja.

Hago un curso de dirección de empresas. Además, doy clases en cursos de edición.

Lo mejor son mis hijos. La vida es inmensa gracias a ellos. Los acuesto, se duermen en mis brazos.

Como hombre en esta tierra, sé leer, desear... Temo la hora del dolor. Sé temer la hora de morir. Sé amar.

## **Año 1999**

### **La muerte de mi padre**

Papá, después de siete meses de cama, se ha muerto. He perdido mi puerto y soy consciente de ello. Durante el proceso de su enfermedad, he ido a verle casi cada día. Ha sido durísimo, aunque hubo momentos de gran belleza. He descansado poquísimos y me he hartado de llorar.

Su muerte ha sido una gran lección de grandeza por su parte. Ahora estamos todos mutilados. Ahora sí que sé lo que es notar la tristeza durante meses. Le escribí una carta antes de que muriese y acabo de escribirle otra hace poco. Le cuento lo que siento y pienso.

En verano fui con mamá a Navarra y San Sebastián. Estos meses no han sido fáciles para nadie.

He dejado mi trabajo y voy a empezar uno nuevo, en Nueva York. Todo es muy rápido, en ciertos momentos, muy duro y, aunque algunas cosas sean halagadoras, hay que saber pensar con la cabeza clara. Rechacé un par de buenas ofertas y me siento en un buen momento profesional. Sé que el trabajo no lo es todo, pero es importantísimo para mí. Sólo con el paso del tiempo aprenderé a reconocer lo que es esencial.

Soy muy feliz cuando veo a mis amigos y, por encima de todo, soy sumamente feliz cuando estoy con mis hijos, quienes me hacen notar continuamente que me gusta ser su padre, y que tengo la suerte de poder ofrecerles mi amor ilimitado. Son esenciales para entender aquello que me importa y aquello que hago.

He visto poco a mis amigos. Algunos son mis soportes fundamentales. J. es esencial para mí, mucho más cuando es difícil encontrarse con M. y A. Mi amigo P., aunque esté en otro país, es un apoyo absoluto. Su amistad me hace sentir que soy una persona afortunada en la vida, porque disfruto de su inteligencia, alegría y calidad humana.

Vi actuar a los sufis giróvagos de Damasco y sentí que tocaba el cielo. Después de presenciar una representación de arte puro, uno siente que sería justo (e, incluso, en

cierto modo, deseable) morir, porque el mundo ha tenido sentido pleno, al menos en ese momento y lugar.

Mi amigo V. ha pintado unas acuarelas hermosísimas, variaciones sobre la pintura griega de Paestum, *Il tuffatore*. J. ha pintado un cuadro sobre mi padre como palo que sostiene el pajar.

Soy un hombre fuerte y afortunado, porque sé amar y recibo mucho amor. Soy profundamente ambicioso en un proyecto que no es principalmente profesional. Vivo a fondo y quiero cosas difíciles: ser fuerte y tierno como el tronco de un árbol, que encuentra en la vida amorosa su expresión. He entendido el mundo, por fin, como el juego de crear antes que destruir. Quiero dar sentido a la vida, haciendo como Albert Camus, quien decía aquello de *hemos de contribuir a la felicidad y a la alegría, porque este universo es infeliz*.

## **2007: Plataforma Editorial despega**

Por fin he creado mi editorial. Lo más bonito de mi vida profesional recién empieza. Durante el proceso de creación han pasado cosas hermosísimas. Habrá momentos duros, pero vivo la autenticidad y el sentido.

Mis hijos son el principio rector de mi vida. Son sensacionales, aquello más importante, y de quienes más aprendo. ¡Qué suerte tengo de ser su padre! Son muchísimo mejores que yo. Confío en ellos infinitamente. Hemos pasado las vacaciones de Navidad en Venecia.

Di algunas clases hermosas (momentos muy bellos en Chile, con alumnos sensacionales). También he dado algunas charlas en algunas ciudades de España (Sevilla, Madrid, San Sebastián, Bilbao, Valladolid) y también en México, en Ciudad Juárez.

He viajado: Roma por temas de formación; Pascua en Córdoba, Granada y el Cabo de Gata; Londres por su feria; Chile por un seminario (conozco a la hermana Karoline Mayer) y en la Isla de Chiloé veo la playa de Cucao (la más hermosa que haya visto nunca). Vacaciones de verano por Francia y Alemania. Mi primer Frankfurt con mi editorial Plataforma.

Mis amigos me han dado un centro en época angustiada por el trabajo y mi separación. Sin mis amigos y sin mis autores no hubiese salido adelante.

Quiero a personas a las que aún no conozco personalmente (p.e. Jaume Sanllorente). Mis hermanos están cerca. Mamá, poco a poco, se hace mayor.

Sale en francés mi novela y se prepara *Tu nombre*. Muere Kapuscinski.

Nado mucho. Tengo alto el colesterol. Me duele la espalda. Tuve momentos de muchísima inquietud. A lo largo de los años, veo en repetidas ocasiones que estar en una empresa equivocada ensucia el alma y contamina la salud.

Escucho poca música, aunque algo más que antes. Algunas películas me han emocionado: *La vida de los otros*, *Las alas de la vida* (genial); *Mi mejor amigo*; *Diario de un escándalo*, *Tocando el cielo*, *Sin destino*; *Deseo*, *Peligro*; *Lejos de ella...*

Han pasado muchas cosas. En esencia: me he hecho mayor. Mi vida en pareja tiene una fuerza tremenda. Todo pasa por el amor.

Me gustaría vivir como una persona que hace escafandrismo: moverme con delicadeza, callar, ver las cosas vivas y mirar. Notar la respiración. Ser consciente del peligro, de la belleza, de la vida.

Cuaderno 2:  
52 libros para vivir mejor

## **Tampoco mis libros saben que yo existo**

Mis libros me acompañan en la entrada de mi nueva casa. La historia es ésta y tiene tres partes:

1. Cuando cumplí 18 años, mi padre, mecánico de coches y fuente principal de mis decisiones más valientes, puso un piso a mi nombre. En 1980 me daban mensualmente 9.000 pesetas de alquiler (unos 55 euros). Con esa cantidad, fui a la cooperativa universitaria de la Facultad de Filología, donde estudiaba primer año de Germánicas, y pregunté por el gerente.

*–Mire, soy un estudiante de filología recién matriculado. Sé que dan un 20 % de descuento a los alumnos que compran en su cooperativa. Yo le compraré 9.000 pesetas cada mes. ¿Qué descuento me puede ofrecer?*

Me ofreció un 25 %, «como a los profesores», me dijo.

Llegué en poco tiempo a tener más de 1.000 volúmenes, aunque seguí leyendo.

Todo aquello me abocaba a aprender cosas que yo ignoraba. Pasé a vivir más vidas. Otras vidas. Aprendí de esa gente, de esas situaciones tan diferentes a mí. Entendí cosas. Aprendí a aceptar cosas que aún no entendía del todo. Aprendí a vivir, en cierto modo, un poco más a fondo.

2. Un día, el director de la división de libro universitario de la editorial Vicens Vives le preguntó al gerente de la cooperativa si conocía a algún estudiante que quisiese ser promotor universitario. Citó mi nombre. Me llamaron a una entrevista. Me ofrecieron un contrato. Era 1983. Empiezo el que era mi deseo: trabajar en el mundo editorial.

En una de las primeras ferias del Liber, en Barcelona, un señor que hablaba alemán con un amigo se dirigió a mí en castellano (yo estaba atendiendo en el stand de Vicens Vives). Le contesté en alemán. Se iba y regresó sobre sus pasos. Me dijo:

*–Oiga, la Fundación Bertelsmann tiene unas becas para gente que quiere hacer prácticas en editoriales alemanas. ¿Quiere usted postularse?*

Le dije que sí, le mandé un CV y él lo remitió a Alemania. Me dieron una beca.

Mi vida profesional se tornó algo serio, muy serio, gracias a ese hombre generoso; la persona más elegante, ponderada, humana y buen profesional que conozco en el mundo del libro: Hermann Nahm, quien era gerente de la que fue una mítica librería en Barcelona, la librería Herder.

Ese gran librero se ha jubilado, pero no en mi corazón. Es, citando a Josep Pla, *un senyor de Barcelona*.

3. Estoy cambiando de casa por motivos que no vienen a cuento pero, en todo caso, no son fáciles de gestionar.

Quiero que mi casa acoja a los amigos que me visitan, y recién me han instalado las estanterías. Coloco en ellas, entre los más de 3.000 libros que me cuidaban hasta hace poco, 300 libros selectos.<sup>2</sup>

Los 300 que más me han gustado. Son mis dioses lares. Son las personas, los títulos, los autores que quiero que saluden a los que entran en mi hogar. Están en el pasillo del recibidor: vigilarán la entrada y harán, por tanto, de dioses protectores. Dirán quién soy (o quien me gustaría ser) y cuidarán a quienes crucen el umbral

- **Francis S. Fitzgerald** les dirá cosas tiernas y tristes;
- **Elias Canetti**, verdades como puños centroeuropeos;
- **Primo Levi** les dirá que se puede vivir sin las tablas de la ley mosaica, pero que al menos cada uno llegue a escribir y asumir las suyas, y nos dará una lección de lucidez.
- **Albert Camus** les dirá que nada es más bello que una vida digna, hermosa, luminosa como el mar Mediterráneo.
- **Ryszard Kapuscinski** les enseñará a comprender, a aceptar, a mirar con capacidad de conocimiento, esto es, de amor.
- **Marguerite Yourcenar** les enseñará la actualidad de la belleza.
- **Miguel Torga**, la potencia única de la autenticidad.
- **Pablo Neruda** les dirá un secreto: que yo entré en la vida adulta el 24.12.86, el día que terminé de leer *Residencia en la Tierra*.

Podría decir más, pero es totalmente innecesario.

Mis libros –esos libros que no saben que yo existo, como decía Borges– me acompañan.

Yo sí sé que existen. Además, me han enseñado cosas que, lamentablemente, no siempre sé aplicar. No soy, creo, mejor gracias a los libros. *Pero soy, sin duda, mucho menos peor gracias a ellos.*

Sé que tendré momentos de duda. Pero yo no dudo de ellos. No esperan nada de mí y me lo dan todo. Están tan desnudos como la propia vida. No están para añadir adjetivos. Son. Son un puente entre la vida y la muerte. Me ofrecen su vida, su sombra y su cobijo. Me causan dolor, me muestran el precio del amor. Me enseñan a perder y a reír. A reírme de mí mismo. A reírme de la sola idea de ganar.

Me enseñan y callan. Son mi Buda y su *Dhammapada*. Son mis padres. Son mis hijos. Son mis hermanos. Me hacen daño, me hacen bien. Me hacen. Están hechos de árboles que tenían fibra. Ahora son mi fibra.

Les quiero mucho.

## **52 (casi uno por semana)**

### **libros esenciales para mi vida**

1. **Elias Canetti, *La provincia del hombre***

Canetti me ha enseñado a luchar contra la vanidad. Me ha enseñado la pureza de un pensamiento que se atreve a nombrar las cosas de un modo desnudo, y además, visceral. Sus aforismos son verdaderas dosis de sabiduría y lucidez. Un buen autorregalo para ser más libre.

2. **Albert Camus, *Diarios***

No creo que haya leído a ningún autor cuya biografía haya sentido más cerca. La capacidad de amar y de salir de la propia vida es impresionante. Camus ama la grandeza de los humanos y me exhorta, siempre, a intentar ser mejor persona. Una lectura para reconocernos mejor.

3. **André Gide, *Los alimentos terrenales***

Me impresiona siempre la enorme delicadeza y profundidad de este autor clave en el siglo XX francés. Me ha enseñado a creer en mí. A tener una vida interior profunda. Un regalo para una persona delicada.

4. **François de La Rochefoucauld, *Aforismos***

Como toda persona sabia y con mucho mundo, nos abre claves de corte eterna. Sea francesa y aristocrática o nuestra y absolutamente sincrética, una lectura que desnuda al mundo.

5. **Michel de Montaigne, *Ensayos***

Nunca leeré nada más profundo, más libre, ni más alegre. Es la pura expresión de la luminosidad del saber. Es el gozo de pensar. La fortuna de leer un discurso claro y memorable. Leerle es no poder nunca más sentirse solo. Para quien quiera ser mayor de edad como lector. Volver a leer a Montaigne es como volver a escuchar a Bach.

6. **Séneca, *De la brevedad de la vida***

La sabia luminosidad de un clásico latino. Su contundente elegancia nos enseña, siempre, a diferenciar entre valor y precio. Los clásicos ya lo dijeron todo. Tienes suerte cuando te das cuenta de que hay que leerlos: ya eres un lector totalmente maduro.

7. **Marguerite Yourcenar, *Memorias de Adriano***

Mi hijo se llama así por este emperador que estuvo en la Tierra, en ese momento en el que en el mundo los dioses paganos ya se habían marchado y el Dios cristiano aún no había llegado. La humanidad de un emperador. Un libro que podría ser toda una educación.

8. **Francis S. Fitzgerald, *Tierna es la noche***

Qué impresionante es ver cómo este gran autor, de bellísima y tristísima escritura, nos enseña el precio de la ausencia del amor. Escribe con bondad y belleza.

9. **Chamfort, *Máximas y aforismos***

Este tipo lo supo todo de la condición humana. Obra de imprescindible lectura antes de salir al gran mundo, y perfecto preventivo para que el mundo y sus vanidades no te destruyan. Chamfort es la inteligencia misantrópica.

10. **Thornton Wilder, *Los Idus de marzo***

Ya lo dijo Gabo: una obra clave para entender las grandezas y miserias del poder. Qué buena prosa y cuánto se aprende de César y de la condición humana. Mucho más que una novela histórica.

11. **Josep Pla, *Cuaderno gris***

Un genio socarrón, la lectura de este libro nos demuestra que la inteligencia de un hombre pegado a la tierra tiene más matices que todos los colores del pantone.

12. **Joseph Roth, *La marcha de Radetzky***

Nadie ha escrito nunca mejor en lengua alemana. Leyendo este libro se entiende qué fue el Imperio Austro-Húngaro y, por tanto, cuáles son las raíces de la *Mitteleuropa*. Además, lo entiende en silencio quien es padre e hijo.

13. **Octavio Paz, *El mono gramático y ¿Águila o sol?***

Nadie pudo ser más culto. Nadie supo mirar y pensar más poéticamente. Nos enseña la belleza de la verdadera cultura. Nos muestra en un texto genial el valor de la esperanza. Para lectores muy literarios.

14. **Rainer Maria Rilke, *Poemas***

¡Ah de aquel lector de poesía que no haya descubierto aún a este genio iluminado, discreto, sufridor, angelical, tierno y eternamente solitario! Sus *Cuadernos de Malte* son prosa poética perfecta. Nos enseña, como nadie, qué es la experiencia.

15. **Friedrich Hölderlin, *Poesía***

La grandeza de su belleza, su enorme soledad, su delicadísima investigación de la naturaleza humana nos pueden empapar de emoción. Leer poesía es demostrar que hay algo grande en nuestra búsqueda.

16. **Miguel Torga, *Diario***

Podría y debería ser el mejor premio a las obras de la Península Ibérica. La mirada empática y sobria de este médico portugués es, con Pessoa, y de largo, lo mejor que he leído de esa lengua. Casi es pecado (si eso existe) perderse la lectura de este diario.

17. **John Berger, *Páginas de la herida***

Qué gran poeta y escritor. Su manera de mirar, desnuda, cercana, humilde, terrenal, nos enseña el valor del arte y su enorme poder. John Berger es un poderosísimo autor cuya belleza me hace compañía. Un escritor al que me gustaría mucho conocer.

18. **Primo Levi, *Si esto es un hombre***

No creo que nadie haya reflexionado con mayor lucidez sobre la dignidad y el universo concentracionario. El siglo XX conoce el Holocausto como su hecho más luctuoso. Y leer a Levi es el único deber moral ante este hecho.

19. **Paul Éluard, *Poesía***

Las imágenes enamoradas de este poeta nos enseñan a ser más de lo que somos. Nadie podrá mirar el mundo con indiferencia tras haberle leído. Su genial *Hay mujeres con ojos como terrones de azúcar* emociona.

20. **Eduardo Chillida, *Preguntas***

Chillida pronunció un discurso de entrada en la Real Academia de Bellas Artes de San Fernando que nos muestra la belleza de las preguntas. Hace de una pregunta un ejercicio de reflexión sobre la libertad y la belleza.

21. **Giuseppe Ungaretti, *Vida de un hombre***

Nada me ha acompañado más que la poesía de Ungaretti. Habla de todo cuanto creo que es importante en mi vida. Siento en él a alguien que podría ser amigo de mi padre. Sus imágenes son imborrables. Es la poesía hecha hombre.

22. **Viktor E. Frankl, *El hombre en busca de sentido***

Su experiencia en Auschwitz nos enseña a buscar el sentido a la vida y a decidir a qué cosas vale la pena darlo. Un libro fundamental en el siglo XX. Sería un gran error no haberlo leído.

23. **Erich Fromm, *La atracción de la vida***

La obra clave de este sociólogo esencial. Nos demuestra que la buena sociología explica el mundo y que el mundo necesita ser explicado para que valga la pena pensar bien y, con ello, vivir mejor.

24. **Ryszard Kapuscinski, *El mundo de hoy***

Creo que nadie me ha enseñado a mirar el mundo de una manera más clara. Ver con los ojos de este genio no tiene marcha atrás. Podría conseguirse una educación perfecta en las escuelas e institutos con este libro. La pura libertad.

25. **Buda, *Dhammapada***

Oriente es nuestro gran desconocido (habitualmente) y la grandeza y delicadeza de este libro nos permiten aprender cómo andar por la vida. Occidente es la fuerza del irrespeto. Oriente es el interior y el respeto. Una lectura balsámica y equilibrante.

26. **Imre Kertész, *Un instante de silencio en el paredón* y *Sin destino***

La desnudez del siglo XX sale casi siempre de un campo de concentración. Léida esta novela con los ojos de un niño, y leídos sus ensayos y sus conferencias, uno se atreve a pensar que esta gente, los judíos, que fueron casi destruidos, los que sobrevivieron para contarlos, son regalos admonitorios.

27. **Stefan Zweig, *El mundo de ayer***

Una recreación de qué significó el mundo durante el Imperio Austro-Húngaro. Una obra fundamental para entender la biografía de Europa Central. Una recreación magistral que nos cuenta por qué se terminó el mundo de ayer.

28. **Theodore Zeldin, *Una breve historia íntima de la Humanidad***

Un sabio profesor inglés, lúcido, curioso y muy heterodoxo, nos enseña a cruzar la Historia con mayúsculas y la historia de personas cercanas. Una delicia de lectura. Pocas veces he aprendido tanto.

29. **Álex Rovira, *Palabras que curan***

Mi amigo Álex me confió un libro en el que él, como un sabio director de orquesta, deja hablar, después de haberlos introducido temáticamente, a todos los sabios de su vida. Sanadora compañía de consejos y reflexiones que nos enseñan a vivir con los sentidos abiertos.

30. **Graham Greene, *El fin del romance***

Creo que no he leído nada que me haya impresionado tanto sobre el amor y la culpa, un sentimiento que, en manos del escritor, es excelsamente creativo, como aquí se demuestra. Nunca he deseado tanto la felicidad de dos personajes como en este caso.

31. **Javier Reverte, *El sueño de África***

Nos enseña a amar lo que no conocemos. Nada más impactante que la humanidad de este periodista y autor, cuya mirada empática nos abre el corazón a la aventura.

32. **André Comte-Sponville, *La felicidad, desesperadamente***

Para ser librepensador, suele ser bueno haber cursado el bachillerato francés. Su libertad es contagiosa y nos inculca el deseo de gozar el pensamiento.

33. **Mitch Albom, *Martes con mi viejo profesor***

Una pequeña obra maestra que, sin ninguna pretensión, nos enseña a morir y mucho más que eso. A que antes, aprendamos a vivir.

34. **Louis Ferdinand Céline, *Viaje al fin de la noche***

Nada más salvajemente libre. Nada más lúcido. Nada más devastador. Nos muestra que el cinismo es didáctico, a veces, y que hay momentos de tan delirante crudeza que te puedes poner a reír. Una fuerza de la lucidez por parte de un autor muy antipático.

35. **Cesare Pavese, *Diálogos con Leucò***

Un hombre que sufrió demasiado y cuya mirada abrasa. La belleza de sus textos es impresionante. Su necesidad de amor no podría ser más universal.

36. **Pierre Grimal, *Historia de Roma***

Un sabio nos enseña lo que nos une con Roma. Nos conduce por la historia que explica cuánto debemos a la civilización romana. Y nos hace sentir agradecidos por la identidad que nos ha conferido pertenecer al mundo de raíces latinas.

37. **Ferdinand Braudel, *El Mediterráneo***

¡Qué hermosísima biografía de este mar! Una obra perfecta que nos enseña qué es nuestra cultura latina y que todo lo mediterráneo está basado en la vid, el trigo y la aceituna.

38. **Ralph Waldo Emerson, *Pensamientos***

Emerson nos enseña a descubrir aquello que hay de sagrado en nosotros. Su grandeza es tan inmensa que leerlo es reparador.

39. **Zygmunt Baumann, *Amor líquido***

Los sociólogos nos pueden contar muchísimo sobre las reglas de juego de los humanos. Nada nos toca más de cerca que las reglas de juego del amor. Y este autor nos muestra las claves de una nueva forma de amar.

40. **Jorge Luis Borges, *Poesía***

Hay quien leyó tanto y supo tanto, que cada poema era como un año de bachillerato. Nos ha dejado tanto, que leerlo es una necesidad que se debe satisfacer calladamente.

41. **J. L. Sampedro, *La escritura necesaria***

Este gran humanista y hombre sabio, bueno y discreto, de pensamiento comprometido y de inmenso amor por el vivir, nos enseña a comprender y no estorbar. Sus novelas son buenas, su pensamiento es esencial.

42. **Roland Barthes, *Fragmentos de un discurso amoroso***

Quien haya estado enamorado debe leer esto, si no le asusta pensar sobre el sentimiento amoroso. Es como el mapa de ruta de cuanto se siente al amar. Cobardes abstenerse.

43. **Fernando Pessoa, *El libro del desasosiego***

Nadie supo sufrir más que él en las letras portuguesas. Nadie supo ser más indagador de la naturaleza humana. Nadie nos dejó más tristes ni más humanos tras su lectura. Grande entre los grandes.

44. **Antoine de Saint Exupéry, *El principito***

Sigue siendo una obra esencial para cualquier persona. Quien crea estar más allá de su ternura y verdad es un pedazo de mármol. Su autor fue de lo más grande de las letras francesas del siglo XX.

45. **Oscar Wilde, *De Profundis***

El genio pasa a serlo definitivamente cuando ha sufrido. Y toda la inteligencia de este hombre cristaliza en este puro diamante de la experiencia del dolor y del amor. Una obra sublime.

46. **Virgilio Ferreira, *En nombre de la tierra***

El día que en España se descubra en serio a los grandes escritores portugueses seremos más libres y más sabios. Y, después de leer a Ferreira, seremos mucho más felices en nuestra vida como lectores.

47. **Arthur Schnitzler, *Aforismos***

Quien quiera casarse o vivir en pareja, que lea esto antes. Porque este autor lo pensó y lo sintió todo sobre la pareja. Su lucidez intimida. No apto para pusilánimes.

48. **Rohinton Mistry, *Un perfecto equilibrio***

Nada, repito, nada se puede comparar a leer este libro sobre la vida de una familia india durante generaciones. La grandeza de sus personajes y la verdad que revela es tan grande, que quien no lo haya leído tiene aún un gran placer por delante. ¡Cómo me gustaría volver a leerlo por vez primera!

49. **Boris Vian, *Escupiré sobre vuestras tumbas***

Salvaje y libre. Provocador y loco. Divertido y rompedor. Un tipo con una capacidad de reírse y vivir como se han visto pocos.

50. **Émile Ajar, *La vida ante sí***

Cuando monté mi editorial, quise que fuese el primer libro que contrataría. La grandeza de esta historia, dura y tierna a la vez, da para sentir que todos tenemos algo grande cuando somos capaces de amar.

51. **Shakespeare, *Teatro***

Lo ha dicho todo. Si sólo puedes leer un libro, llévate sus obras completas. Verlo en teatro o en cine, leerlo, releerlo, es fundamental. Lo supo y lo dijo, creo, todo.

52. **Horacio Vázquez-Rial, *Frontera Sur***

*Érase una vez en América*, de Sergio Leone, en Buenos Aires. Esta novela es un tratado sobre la amistad como epopeya y motor del mundo, como punto de encuentro para la creación.

## Cuaderno 3: El cuestionario Proust

Contrariamente a lo que se suele pensar, la célebre batería de preguntas que lleva su nombre no fue elaborada por Marcel Proust. De hecho, el novelista sólo fue uno de los encuestados.

Dado que con toda probabilidad fue el más célebre, veamos qué contestó hace un siglo el autor de *En busca del tiempo perdido* a esta radiografía existencial en forma de preguntas:

*¿Cuál es, para usted, el colmo de la desdicha?*

Estar separado de mi madre.

*¿Su idea de la felicidad completa?*

Vivir cerca de todos aquellos que amo, con los encantos de la naturaleza, una cantidad de libros y partituras y, no lejos, un teatro francés.

*¿Cuál es su personaje histórico favorito?*

Un término medio entre Sócrates, Pericles, Mahoma, Musset, Plinio el joven, y Agustín Thierry.

*¿Sus heroínas favoritas en la vida real?*

Una mujer genial que lleve la existencia de una mujer corriente.

*¿Su músico favorito?*

Mozart.

*¿La cualidad que prefiere en un hombre?*

La inteligencia, el sentido moral.

*¿Quién le habría gustado ser?*

Puesto que no tengo que plantearme la cuestión, prefiero no resolverla. Sin embargo, me habría gustado mucho ser Plinio el joven.

*¿El rasgo principal de su carácter?*

La necesidad de que me amen y, para precisar, la necesidad de que me acaricien y consientan mucho más que la necesidad de que me admiren.

*¿La cualidad que desearía en un hombre?*

Los encantos femeninos.

*¿Su ocupación preferida?*

Amar.

*¿El color que prefiere?*

La belleza no está en los colores, sino en su armonía.

*¿Sus poetas favoritos?*

Baudelaire y Alfred de Vigny.

*¿Cómo le gustaría morir?*

Mejor y amado.

Desde la más absoluta humildad, éstas son mis respuestas en el momento de cerrar este libro. Cabe destacar que lo que refleja el «cuestionario Proust» de cada persona cambia según la época de su existencia, por lo que merece la pena someternos a él en toda etapa vital que iniciemos.

*¿Cuál es, para usted, el colmo de la desdicha?*

No poder amar. No notar el amor.

*¿Su idea de la felicidad completa?*

Ver a las personas que quiero alrededor de una mesa, hablándose y queriéndose. Teniendo tiempo. Escucharlos, callado, en plena alegría silenciosa.

*¿Cuál es su personaje histórico favorito?*

Albert Camus.

*¿Sus heroínas favoritas en la vida real?*

Mi hija.

*¿Su músico favorito?*

Bach, siempre.

*¿La cualidad que prefiere en un hombre?*  
La honestidad.

*¿Quién le habría gustado ser?*  
Yo sin mis defectos.

*¿El rasgo principal de su carácter?*  
Una energía infinita, que no excluye la ternura.

*¿La cualidad que desearía en una mujer?*  
La ternura.

*¿Su ocupación preferida?*  
Editar como una manera de amar.

*¿El color que prefiere?*  
El azul del mar.

*¿Sus poetas favoritos?*  
Larkin, Ungaretti, Eluard, Auden...

*¿Cómo le gustaría morir?*  
Rodeado de personas a las que haya podido hacer felices mientras vivía.

Y ahora su turno, querido lector:

*¿Cuál es, para usted, el colmo de la desdicha?*

*¿Su idea de la felicidad completa?*

*¿Cuál es su personaje histórico favorito?*

*¿Sus heroínas favoritas en la vida real?*

*¿Su músico favorito?*

*¿La cualidad que prefiere en un hombre?*

*¿Quién le habría gustado ser?*

*¿El rasgo principal de su carácter?*

*¿La cualidad que desearía en un hombre?*

*¿Su ocupación preferida?*

*¿El color que prefiere?*

*¿Sus poetas favoritos?*

*¿Cómo le gustaría morir?*

## Cuaderno 4: Liderazgo afectivo / liderazgo efectivo

*Un curso de navegación para tiempos turbulentos  
(Conferencia dada en Expomanagement 2007)*

Nuestra vida está gobernada por la necesidad de ser efectivos. Hay un liderazgo necesariamente efectivo, pero también hay una necesidad de ser *afectivo*. La vida sería muy triste si no hubiera afectividad.

Este binomio de efectividad y afectividad, que centra una de mis conferencias, será el hilo conductor de este epílogo para cerrar el curso del libro.

Estoy bastante instalado en la «A» de afectivo pero mi profesión también me exige la «E» de efectivo, pues mi tarea ha sido siempre hacer de crisol de la gente, es decir, del talento ajeno. He absorbido la sabiduría de los demás por todos los poros de mi vida y siempre he estado cerca de los autores para aprender de ellos.

Primera idea efectiva: Leyendo a muchos grandes personajes de la historia, uno podría llegar a concluir que una fórmula posible de la vida podría ser  $N + 1$ .

¿Qué significa esa fórmula? «N» es el número de veces que te tienes que levantar cada vez que caes en la vida, y, como es preciso sobreponerse al menos en el mismo número de ocasiones, tener como un código interno que siempre te haga estar dispuesto a levantarte tantas veces como te caigas y, si fuese preciso, tener la voluntad de levantarse

siempre otra más. Caerse 100 veces y levantarse otras 100, pero tener encriptado en el GPS vital la voluntad de levantarse incluso la vez 101. Ir por delante de la adversidad.

En Japón tienen unas muñecas que se llaman *daruma* que se caracterizan por que siempre se levantan, siempre se yerguen, siempre buscan la verticalidad. Y esto está emparentado con aquel hermoso verso del poeta Miguel Hernández: «*como el toro, me crezco en el castigo*».

Segunda idea efectiva: fijaos en una hoja de Excel, ¡qué instrumento más poderoso para tomar decisiones! Pero en realidad es sólo un instrumento, porque la hoja de Excel no puede decidir. Es como un termómetro, que sirve al médico para tomar la temperatura, pero el diagnóstico de lo que le pasa al paciente sólo lo puede emitir él mismo.

En el mundo efectivo necesitamos los instrumentos –bienvenidas sean las calculadoras, las hojas de Excel, los microscopios y los ordenadores–, pero sin criterio no vamos a ningún sitio. La ciencia sin criterio está perdida.

Cada cual debe ser dueño de sus propias decisiones y no inmiscuirse en las de los demás. Sobre esto, Victor Hugo decía «*Si quieres cambiar la opinión de alguien, empieza por su abuela*».

No pretendo ser original, aunque según Gaudí «la originalidad es volver a los orígenes». Conservo en casa un mapa del imperio romano del año 155 a.C. Ese año los senadores romanos querían invitar a un grupo de filósofos griegos para que diesen una charla en el senado. Una parte estaba en contra porque pensaban: «*¿Qué tienen que contarnos estos griegos si les hemos conquistado? ¡Somos Roma!*». Otra parte del senado decía en cambio: «*No, es muy importante que nos digan qué hacer con el poder que tenemos y cómo gobernar con sentido nuestras vidas*».

Estas dos visiones sobre el poder las encontramos también en el mundo actual.

Todos intentamos ser efectivos en nuestro trabajo individual, pero ha llegado el momento de ser también afectivos. Para ilustrarlo mencionaré a Ernest Shackleton, que en su travesía del Polo Sur demostró ser un líder tan efectivo como afectivo. Cuando el barco quedó atrapado por el hielo, al saber que no lograría alcanzar su objetivo, su meta fue salvar a todo el equipo y logró que llegaran todos sanos y salvos.

Una anécdota de su vida me impresiona especialmente. La reina Victoria le regaló una Biblia dedicada por ella, y Shackleton dijo: «*La dejo en el barco, porque no la voy a*

*necesitar en la travesía*». En cambio se llevó un banjo, porque, en el contexto en el que estaban, un instrumento musical le pareció más importante para sus hombres que la Biblia con los buenos deseos de la reina.

No lo hizo una persona atea, no era la decisión de alguien grosero o bruto, sino la decisión de un hombre que sabía diferenciar entre precio y valor. Shackleton, con ello, se conectaba con una frase maravillosa de José Figueras, el primer presidente de Costa Rica democrática, el cual se preguntaba a la hora de analizar las cosas necesarias para construir un país: «¿De qué sirven los tractores sin violines?».

Hay quien dice que el mercado es la libertad, pero probad a ir a un supermercado sin dinero y comprobaréis lo libres que sois, como bien me mostró uno de mis maestros en la vida, José Luis Sampedro.

Un periódico muy importante de Brasil, *La Folha de Sao Paulo*, explicaba que en 1860 un hombre negro costaba el equivalente a 6.000 dólares de hoy. El mismo periódico decía: «En el Caribe y en otras regiones deprimidas, con ese dinero se compra el trabajo de tres brasileños durante tres años y sobra cambio, con lo que es probable que en cuatro siglos de esclavitud un negro nunca haya tenido un precio tan bajo». Creo que es importante mirar las cosas con lucidez, aunque, a veces, la misma sea una mutación letal, como bien me advertía un amigo mío.

Cuando intentamos liderar la propia vida con afectividad es importante no ignorar el poder. Tener dinero es tener poder: poder hacer muchas cosas. Un poema maravilloso de Ausiàs March, un poeta del siglo XV, viene a decir: «*Las velas y el viento cumplirán nuestros deseos*».

De nosotros no depende el viento, pero sí cómo utilizamos las velas. De nosotros no dependen las cartas que nos da la vida, pero sí cómo las jugamos. De nosotros no dependen algunas cosas que nos llegan, pero sí –siempre– cómo reaccionamos. Nuestro talento es saber qué hacemos con el viento que nos ha sido dado.

A veces ponemos muros para contener los problemas y creemos que con eso basta. Pero hay algo que no prevemos: los árboles tienen raíces y las personas tienen piernas. Por lo tanto, los muros se resquebrajan a causa de las piernas y los brazos. No existe muro para contener nada que sea injusto; a lo sumo, sólo demorará la solución (que, frecuentemente, vendrá en forma de explosión). No existe un muro suficientemente alto ni suficientemente grueso para aislarnos de los problemas.

El 30 de abril de 1975, el último helicóptero de los EE.UU. salía de la azotea de la embajada de Saigón. El ejército más poderoso del mundo había perdido en Vietnam. Eso sucedió porque las personas tienen piernas y brazos y se mueven. Eso sucedió porque toda la efectividad del mundo no pudo con la voluntad de un pueblo unido por la afectividad. Por eso los problemas no se resuelven ignorándolos; se necesita aplicar efectividad para resolverlos, y también afectividad.

Cualquier aparato de aire acondicionado tiene un botón para que, sólo con pulsarlo, dejemos de sentir calor y eso es fantástico, porque resuelve algo frecuentemente muy engorroso. El problema es que en la vida ese botón no existe. No existe un botón que resuelva determinados problemas. Necesitas tener un muy buen bachillerato y una buena familia para enfrentarte a la vida. Buenos compañeros de viaje y de estudios para defenderte de los contratiempos, para ayudarte a tomar decisiones.

Cuando hablemos de poder, no olvidemos la humildad. La palabra humilde viene de humus, es decir, de tierra. Todos somos humildes, incluso los que no sabemos que lo somos, porque de la tierra venimos y –salvo que alguien sea creacionista– a la tierra volvemos. Por lo tanto, todos somos humildes y estaría bien tomar conciencia de esto tanto en nuestra gestión como en la vida privada.

Los que han tenido la suerte de leer el maravilloso libro de Stefan Zweig *El mundo de ayer* saben que en el Imperio Austro-Húngaro, en el siglo XIX, todo era previsible. La gente sabía lo que pasaría cuando nacía, lo que estudiaría, dónde viviría... La vida misma era previsible, salvo que alguien sufriera una enfermedad incurable.

El sociólogo Richard Sennett ha estudiado a fondo el mundo del trabajo actual, en comparación con «el mundo de ayer». Hoy día vivimos como un iPod o un mp3, la música de la vida nos hace saltar aleatoriamente. Sennett ha calculado que una persona con estudios universitarios a lo largo de su vida cambiará 11 veces de trabajo y 4 veces de sector. Por lo tanto, debemos pensar cómo gobernaremos nuestra vida en un entorno de mp3, donde la música sale aleatoriamente, más que en un universo propio del canciller Bismarck, en el siglo XIX, donde las cosas eran previsible. El mundo de ayer ha terminado.

En el mundo de la efectividad y la afectividad no hay nada más bonito que la confianza. Yo sostengo que la confianza es como un embarazo, la sientes o no la sientes. No puedes estar un 37 % embarazado. O tienes confianza en alguien o no tienes confianza; o das confianza o no la das; inspiras confianza o no la inspiras.

La confianza es más importante aún hoy en día, porque hay más densidad, dado que vivimos más juntos. El mundo moderno implica densidad y a más densidad hay más necesidad de saber convivir. Eso implica saber liderar y liderarse efectiva y afectivamente.

En el mundo efectivo hay demasiada tecnología, lo que nos crea en el mundo afectivo más necesidad de tacto y de llenar el vacío que deja la tecnología. Ese vacío lo tendremos que llenar con humanidad y con sentimientos, porque de lo contrario aparecerán las llamadas enfermedades del corazón o del alma.

Según la Organización Mundial de la Salud, la depresión será la segunda causa de enfermedad en el 2020; hoy es sólo la cuarta. En Occidente, sin duda alguna, crecerá muchísimo.

En el mundo efectivo la velocidad cada día es más importante. Cuando estás encima de una capa de hielo, antes de que se resquebraje, la única salvación puede ser la velocidad. Pero la velocidad por la velocidad puede ser peligrosa.

Recordemos los atributos del faraón. Por un lado tenía un látigo con el que fustigar a los caballos y ser rápido, pero también debía poder sujetar las riendas. Es una buena metáfora del poder efectivo y afectivo, en el que no sólo hay que tener el acelerador a mano, sino también el freno.

En el mundo efectivo tenemos muchos medios económicos –cuando no acontece una debacle– y podemos tomar decisiones. Esas decisiones y esos medios exigen responsabilidad. El poder exige responsabilidad y los medios exigen criterio.

En el mundo efectivo tenemos un reloj que nos dice que faltan menos de diez minutos para que usted termine de leer este libro. En el mundo afectivo –eso lo sabían los griegos– tenemos *kairós*, es decir, un tiempo con sentido, densidad, e intensidad.

Abraham Lincoln decía que la obra que más le gustaba de Shakespeare era *Macbeth* porque le enseñaba a luchar contra su demonio interior. Ésa es nuestra decisión más importante: cómo queremos ser, cómo queremos trabajar, cómo queremos interactuar, cómo queremos ganar o perder sin dejar de ser nosotros mismos.

Volviendo al mundo griego, en Epidauro, cuando alguien estaba enfermo y pedía auxilio a los sabios, éstos le decían: haz las paces con tus dioses y con tu entorno, escúchate a ti mismo, haz las paces contigo mismo, espera, arréglatelas tú. Si la persona no lograba hacerlo, sólo entonces le daban medicinas.

Yo conozco una gran empresa donde el ATS me contó que pone cada día 12 inyecciones de cortisona a los empleados con fuertes dolores de espalda, los cuales en buena parte son tensionales. Demasiada carga a nuestras espaldas para que resuelva sus causas ese auxiliar médico.

Al final, he llegado a la conclusión de que el mundo efectivo y afectivo no son dos esferas distintas. Por eso hay que integrar experiencias, libros y amigos. Aprender es importante y compartir es importante.

Antes de que se inventaran los teléfonos móviles, si yo encontraba un tesoro buscaba una cabina y llamaba a mis amigos. Un tesoro para mí solo no es valioso. Ahora llamo desde el móvil, sea cual sea el tesoro. Un tesoro para mí es una buena lectura, por eso he querido incluir en esta obra breve los libros de mi vida. Creo firmemente que en este mundo no se puede vivir sin libros, sin afecto, sin corazón. Por eso seremos infinitamente más efectivos cuando integremos nuestras emociones, el afecto, en todos los ámbitos de nuestra vida.

## Colofón: una reflexión final sobre la intención de este libro

Con *La ciencia de la felicidad*, la investigadora y profesora de psicología Sonja Lyubomirsky presenta un programa para incrementar la felicidad de las personas basado en investigaciones científicas. Sus estudios demuestran que, pese a lo que solemos pensar, la felicidad personal no depende de factores como el dinero, el trabajo, la pareja o la juventud. En realidad, sólo un 10 % en términos de felicidad se apoya en circunstancias externas. (Aforismo 70: «Los incendios no se apagan con apellidos».)

La capacidad para la felicidad es innata en un 50 %, pero el 50 % restante se atribuye a lo que hacemos y a lo que pensamos; esto es, a nuestras actividades intencionadas y a nuestras estrategias mentales. (Aforismo 71: «Los días de felicidad son siempre finitos. Pero no las ocasiones de crearlos».)

Por eso, todos y cada uno de nosotros poseemos aún un amplio potencial para la dicha y el bienestar al que podemos acceder si ponemos en práctica los ejercicios y las estrategias propuestos en este libro.

Las tesis de estas investigaciones dicen que el 40 % de las condiciones de nuestra capacidad de ser felices depende de qué hagamos. Es decir, podemos influir en lo que queremos hacer y cómo queremos vivirlo. (Aforismo 56: «Con las velas recogidas, estoy muerto. Yo soy mi deseo».)

## Seis recomendaciones de la investigadora y seis opiniones del autor de *El paraíso interior*

1. **Mostrar gratitud:** «Soy muy feliz cuando veo a mis amigos y, por encima de todo, soy sumamente feliz cuando estoy con mis hijos, quienes me hacen notar continuamente que me gusta ser su padre, y que tengo la suerte de poderles ofrecer mi amor ilimitado. Son esenciales para entender aquello que me importa y aquello que hago».
2. **No ser obsesivo con lo negativo, no rumiar:** Aforismo 3. «Si nos pudiésemos dar cuenta de hasta qué punto nuestras vidas pueden cambiar súbitamente, quedaríamos helados ante el cúmulo de posibilidades que nos acosan.»
3. **Cuidar a los amigos:** Aforismo 66. «En la vida hay que tener una de estas tres cosas: amigos, dinero o dignidad. Sin ninguna de las tres no llegarás a ninguna parte.»
4. **Aprender a perdonar:** Aforismo 52. «Encontrar nuestra expresión. Casi nada. Es este intento de ser quienes somos y hacer aquello que hemos venido a hacer lo que nos define. Por eso es tan importante saber quién eres y encajar las cosas que vienen, por duras que sean. Y, a ser posible, pagar las que son injustas muy a gusto (pagar a gusto es un gesto de madurez, creo). Asumir las cosas y sus consecuencias nos da la oportunidad de decir quiénes somos. De actuar como queremos actuar. De ser. De mirar. De callar. De hablar. De expresar. De pensar. De expresar nuestros afectos y nuestras lealtades. De ganar y perder y, con el tiempo, reírnos ante la sola idea de que se puede ganar o perder nada. La idea de victoria, parece que decía Faulkner, es una concepción de filósofos e idiotas.»
5. **Hacer como si se fuese feliz, sonreír y ser amable, porque hace que los demás lo sean:** «Quiero dar sentido a la vida, haciendo como Albert Camus, quien decía aquello de *hemos de contribuir a la felicidad y a la alegría, porque este universo es infeliz*».
6. **Escribir diarios:** «Describir y escribir nos ayuda a fijar quién somos (o, como mínimo, nos ayuda a reflejar con cierta claridad dónde estamos vitalmente, y qué pensamos y sentimos). Se trata de reconocer aquello que somos. Porque, mucho más importante que lo que uno dice, es lo que hace. Y más importante y definitivo que lo

que uno hace, es lo que uno es. Ser es más esencial que hacer. Y hacer es mucho más verdadero que decir».

Jordi dice: «Escribo mi diario para (intentar) ser feliz: porque me obliga a avanzar en mi interior, a ser, como dice José Luis Sampedro, un minero de mi interior».

Este libro, *El paraíso interior*, es su particular búsqueda de la felicidad.

CRISTINA DE ALZAGA

# Cuatro motivos para amar la lectura

«En muchas ocasiones la lectura de un libro ha hecho la fortuna de un hombre, decidiendo el curso de su vida.»

RALPH WALDO EMERSON

Quiero compartir con ustedes una experiencia personal y cuatro motivos para amar la lectura (y un regalo).

## **Preámbulo**

Una amiga, D., que trabaja en una entidad social, me pide si puedo recibir a una chica joven latinoamericana, que actualmente está fuera del circuito educativo, con el ruego de despertar en ella el interés por la lectura.

El día acordado para la cita, D. no puede acompañar a la joven, pero me pregunta si podría atender a tres chicas, todas fuera del circuito escolar, de entre 14 y 18 años, de tres países latinoamericanos, que viven cerca de Barcelona y que no tienen interés por la lectura. Vienen a mi editorial acompañadas por su coordinadora, una trabajadora social.

## 1. Camus

Charlamos media hora, les cuento quién fue Albert Camus y les leo estas dos cartas:

Carta de Albert Camus a su maestro Louis Germain, noviembre de 1957 (acababan de concederle el Nobel de Literatura):

Querido señor Germain:

Esperé a que se apagara un poco el ruido que me ha rodeado todos estos días antes de hablarle de todo corazón. He recibido un honor demasiado grande, que no he buscado ni pedido. Pero cuando supe la noticia, pensé primero en mi madre y después en usted. Sin usted, sin la mano afectuosa que tendió al niño pobre que era yo, sin su enseñanza y su ejemplo, no hubiese sucedido nada de todo esto. No es que dé demasiada importancia a un honor de este tipo. Pero ofrece por lo menos la oportunidad de decirle lo que usted ha sido y sigue siendo para mí, y de corroborarle que sus esfuerzos, su trabajo y el corazón generoso que usted puso en ello continuarán siempre vivos en uno de sus pequeños escolares, que, pese a los años, no ha dejado de ser su alumno agradecido. Lo abrazo con todas mis fuerzas.

ALBERT CAMUS

Carta de Louis Germain a Albert Camus:

Mi pequeño Albert:

He recibido, enviado por ti, el libro *Camus*, que ha tenido a bien dedicarme su autor, el señor J.-Cl. Brisville. Soy incapaz de expresar la alegría que me has dado con la gentileza de tu gesto ni sé cómo agradecértelo. Si fuera posible, abrazaría muy fuerte al mocetón en que te has convertido y que seguirá siendo para mí «mi pequeño Camus». Todavía no he leído la obra, salvo las primeras páginas. ¿Quién es Camus? Tengo la impresión de que los que tratan de penetrar en tu personalidad no lo consiguen. Siempre has mostrado un pudor instintivo ante la idea de descubrir tu naturaleza, tus sentimientos. Cuando mejor lo consigues es cuando eres simple, directo. ¡Y ahora, bueno! Esas impresiones me las dabas en clase. El pedagogo que quiere desempeñar concienzudamente su oficio no descuida ninguna ocasión para conocer a sus alumnos, sus hijos, y estas se presentan constantemente. Una respuesta, un gesto, una mirada, son ampliamente reveladores. Creo conocer bien al simpático hombrecito que eras y el niño, muy a menudo, contiene en germen al hombre que llegará a ser. El placer de estar en clase resplandecía en toda tu persona. Tu cara expresaba optimismo. [...] He visto la lista en constante aumento de las obras que te están dedicadas o que hablan de ti. Y es para mí una satisfacción muy grande comprobar que tu celebridad (es la pura verdad) no se te ha subido a la cabeza. Sigues siendo Camus: bravo. [...]

Les digo a las chicas que no conozco sus circunstancias familiares ni económicas, pero les explico, para que se sitúen, cómo era la situación económica de Camus. Un día el pequeño Albert recibió el encargo de su abuela de ir a comprar algo de comida, y el niño se gastó el dinero en algo (unas golosinas, ir al cine, no lo recuerdo) y, cuando la abuela le preguntó dónde estaba el encargo, el pequeño le dijo que se le había caído la moneda en el retrete. Entonces, la abuela se arremangó y buscó con su mano la moneda, en vano, en el retrete.

«Eso —les dije a las chicas— es la pobreza, que intuyo que no es la vuestra por suerte.»

## **2. Una vedette**

Les cuento a las chicas que había una actriz de varietés a quien le preguntaron qué pensaba de la lectura. Y ella respondió:

«Yo siempre le digo a mi hija: estudia, hija mía, estudia, que con el tiempo te caen las tetas pero no la cabeza.»

### 3. Benjamin Carson

Voy a buscar un hermosísimo texto del neurocirujano Benjamin Carson, recogido en uno de los primeros libros que publiqué en Plataforma, en octubre del 2007, *Lo que mueve mi vida*.

Les doy el texto para que lo lean, mientras hago otra cosa en la editorial.

**No hay tarea más importante que la paternidad.**

BENJAMIN CARSON

El doctor Benjamin Carson es director de neurocirugía pediátrica en el Centro Infantil del Hospital Johns Hopkins. Su experiencia incluye la separación de siameses y la cirugía cerebral para tratar la apoplejía. La beca del fondo Carson ha ayudado a alrededor de 1.700 estudiantes de instituto. Su madre está retirada y vive con él y con su familia.

«Es lo más fácil de decir: creo en mi madre. Empecé a creer cuando no era más que un niño. Soñaba con ser médico.

Mi madre era empleada doméstica. En su trabajo, observó que la gente de éxito pasaba mucho más tiempo leyendo que mirando televisión. Decidió que mi hermano y yo sólo podríamos ver dos o tres programas preseleccionados durante la semana. En nuestro tiempo libre, debíamos leer dos libros cada uno, de la Biblioteca Pública de Detroit, y entregarle nuestros comentarios sobre ellos. Ella los marcaba y subrayaba a medida que los revisaba. Años más tarde, comprendí que sus marcas eran un truco. Mi madre era casi analfabeta, sólo había ido a la escuela hasta el tercer grado.

Aunque no teníamos dinero, entre las cubiertas de aquellos libros yo podía ir a cualquier parte, hacer cualquier cosa y ser quien se me ocurriera.

Cuando entré al instituto, yo era un estudiante de primer nivel, pero eso no duró mucho. Quería ropa extravagante. Quería estar con mis colegas. De alumno de clase A, pasé a ser, primero, de clase B y, luego, de clase C, pero no me importaba. Chocábamos los cinco y nos palmeábamos la espalda. Yo era un tipo a la moda.

Una noche, mi madre llegó a casa después de sus varios trabajos y yo me quejé porque no tenía suficientes camisas de tejido italiano. Me dijo: «De acuerdo. Te daré todo el dinero que he ganado esta semana fregando suelos y limpiando baños, y tú comprarás la

comida para la casa y pagarás las facturas. Con lo que te quede, podrás comprarte todas las camisas de tejido italiano que quieras».

El acuerdo me pareció estupendo pero, una vez distribuido el dinero, no me quedó nada. Comprendí que mi madre tenía que ser un genio de las finanzas para mantener un techo sobre nuestras cabezas y comida de toda clase en la mesa, además de comprar ropa.

También comprendí que la gratificación inmediata no me iba a llevar a ninguna parte. El éxito requería preparación intelectual.

Volví a estudiar y a ser un estudiante de primera clase, y finalmente cumplí mi sueño de ser médico.

A lo largo de los años, encontré inspiración en la firme fe en Dios de mi madre, especialmente cuando tuve que realizar intervenciones quirúrgicas extremadamente difíciles o cuando me enfrenté a mi propio miedo clínico.

Siendo aún joven, descubrí que padecía una forma muy agresiva de cáncer de próstata; me dijeron que podía haberse extendido a la columna vertebral. Mi madre se reafirmó en su fe en Dios. Nunca se preocupó. Decía que Dios aún no había terminado conmigo; aquél no podía ser de ningún modo un problema grave. La patología de mi columna resultó ser benigna; me operaron y me curé.

Mi historia es, en realidad, la historia de mi madre, una mujer con escasa educación formal y aún menos bienes mundanos, que utilizó su posición parental para cambiar las vidas de mucha gente en todo el planeta. No hay tarea más importante que la paternidad. Creo en ello.»

#### **4. No conformarse**

Antes de terminar, les digo:

«Muchachas, ustedes son jóvenes, la vida les dará muchas oportunidades. No dejen que su vida esté en manos de nadie, ni de su madre, ni del hermano, el padre, el novio, el marido o el maestro..., hagan que sea suya. Tómense en serio su vida, porque si la naturaleza les ha dado la capacidad de llegar de 1 a 10 al número que sea, digamos 8, no se conformen con llegar a 7. Y recuerden que ahora su juventud y belleza les permitirán sentir mucha confianza, pero a partir de los 30 años caen las tetas y no la cabeza. No le den a nadie el mando a distancia de su vida.»

Las acompañé a la puerta y se fueron. Antes, les regalé seis o siete libros de grandes autores de Plataforma, gente cuyo destino no ha sido nada fácil, grandes historias de superación, de personas que han nacido en una casilla de salida mucho peor.

## **Y un regalo**

Una hora más tarde, después de irse, me llamó D. y me dijo que la monitora le había dicho: «Cuando íbamos a la editorial se miraban escaparates de tiendas de ropa y zapatos y bolsos. Al salir, se fijaron en dos librerías».

JORDI NADAL  
Barcelona, abril de 2015

1. P. D. Uno de mis firmes propósitos para el futuro es leer los libros que me faltan del más de medio centenar que integra la lista de Jordi (que, debo confesar, son bastantes) y leer para crecer como persona, como amiga, como madre, como periodista, como mujer, como ser humano...
2. Ver listado completo en [www.jordinadal.com](http://www.jordinadal.com) en la sección «Lecturas con sentido».

Su opinión es importante.  
En futuras ediciones, estaremos encantados de recoger sus comentarios sobre  
este libro.

Por favor, háganoslos llegar a través de nuestra web:

[www.plataformaeditorial.com](http://www.plataformaeditorial.com)

Plataforma  
Editorial

Vive una vida plena con los grandes  
de la literatura: Camus, Canetti, Emerson,  
Saint-Exupéry, Yourcenar, Chéjov, Zweig,  
entre otros

# Libroterapia™

*Leer es vida*

Jordi Nadal

«Una obra original, cálida y muy didáctica  
sobre la utilidad de la lectura.»

SERGIO VILA-SANJUÁN, escritor y periodista

# Libroterapia™

Nadal, Jordi

9788417376017

184 Páginas

[Cómpralo y empieza a leer](#)

¿Qué pueden hacer por nosotros los libros? ¿Es la lectura útil? ¿Es terapéutica? ¿Puede hacernos felices? ¿O proveernos de los recursos espirituales necesarios para blindarnos frente a la adversidad? ¿Puede prescribirse la literatura? ¿Beneficia tanto al cuerpo como al alma? La ciencia confirma cada día más los beneficios de los libros. Los estudios demuestran que los efectos de la lectura pueden equipararse a los de la meditación y la medicina. Los lectores duermen mejor, mantienen niveles más bajos de estrés y depresión y más altos de autoestima que los no lectores. Leer prolonga la vida y nos cambia de una forma esencial; la buena ficción expande nuestros horizontes, nos ayuda a entender mejor a los demás, nos vuelve empáticos. Cada capítulo de Libroterapia™ es una fórmula para acercarnos a los autores, los contextos, los fragmentos y las reflexiones. Vive una vida plena con los grandes de la literatura: Camus, Canetti, Emerson, Saint-Exupéry, Yourcenar, Chéjov, Zweig, entre otros. "Libroterapia™ es el libro que más me ha enriquecido de todos los que he leído últimamente. Me ha recordado autores y libros que había leído, y me ha descubierto otros que me apresuro a leer. Gracias, Jordi, por haberlo escrito." Lluís Bassat, publicista y autor de Inteligencia comercial "En gran medida somos los libros que leemos. Ciertamente estos ayudan a entender quién es Jordi Nadal, editor singular, ciudadano comprometido, director humanista,

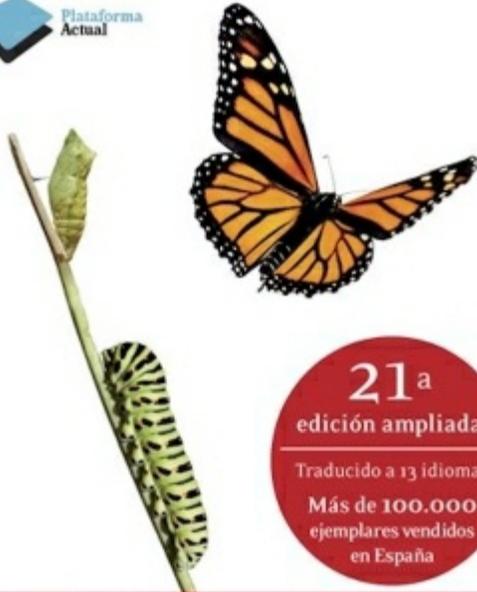
persona cabal, amigo leal. Lea los libros que recomienda en esta joya, LibroterapiaTM, y no será el mismo."Santiago Álvarez de Mon, profesor del IESE y autor de Mi agenda y yo"Para aquellos que amamos leer, pero sobre todo leer bien y saborear la lectura y a veces nos abruma no acertar en nuestra elección, os lo recomiendo. Es la esencia de una vida consagrada a los libros, con cerca de 1.800 títulos leídos, de los que selecciona un puñado de autores que nos ayudarán a estimular nuestros mejores instintos. Espero que lo disfrutéis tanto como yo y que se convierta en la puerta de entrada a títulos que, después de lo visto, no valoraba en su justa medida."Daniel Carreño, presidente de General Electric en España y Portugal"Jordi es el mayor sabio que he conocido y sin duda un ser humano gigante, con una sensibilidad muy especial para hacer felices a los demás. En este libro demuestra su inmensa generosidad al compartir lo mejor de los más de mil libros que ha leído. Obligatorio para todos los que quieran luchar por ser mejores personas y mejores profesionales.Si fuera americano, este libro sería un best seller mundial."Victor Küppers, formador, socio de küppers&co y autor de Vivir la vida con sentido y Vender como cracks

[Cómpralo y empieza a leer](#)

# Reinventarse

Tu segunda oportunidad

Dr. Mario Alonso Puig



**21<sup>a</sup>**  
edición ampliada

---

Traducido a 13 idiomas  
Más de 100.000  
ejemplares vendidos  
en España

¿Qué te atreverías a hacer si supieras que no puedes fallar?

# Reinventarse

Alonso Puig, Dr. Mario

9788415577744

192 Páginas

[Cómpralo y empieza a leer](#)

El Dr. Mario Alonso Puig nos ofrece un mapa con el que conocernos mejor a nosotros mismos. Poco a poco irá desvelando el secreto de cómo las personas creamos los ojos a través de los cuales observamos y percibimos el mundo.

[Cómpralo y empieza a leer](#)

# El cerebro del niño explicado a los padres

Dr. Álvaro Bilbao  
Autor de *Cuida tu cerebro*

Plataforma  
Actual



**Cómo ayudar a tu hijo a desarrollar su potencial intelectual y emocional**

# El cerebro del niño explicado a los padres

Bilbao, Álvaro

9788416429578

296 Páginas

[Cómpralo y empieza a leer](#)

Cómo ayudar a tu hijo a desarrollar su potencial intelectual y emocional. Durante los seis primeros años de vida el cerebro infantil tiene un potencial que no volverá a tener. Esto no quiere decir que debemos intentar convertir a los niños en pequeños genios, porque además de resultar imposible, un cerebro que se desarrolla bajo presión puede perder por el camino parte de su esencia. Este libro es un manual práctico que sintetiza los conocimientos que la neurociencia ofrece a los padres y educadores, con el fin de que puedan ayudar a los niños a alcanzar un desarrollo intelectual y emocional pleno. "Indispensable. Una herramienta fundamental para que los padres conozcan y fomenten un desarrollo cerebral equilibrado y para que los profesionales apoyemos nuestra labor de asesoramiento parental." LUCÍA ZUMÁRRAGA, neuropsicóloga infantil, directora de NeuroPed "Imprescindible. Un libro que ayuda a entender a nuestros hijos y proporciona herramientas prácticas para guiarnos en el gran reto de ser padres. Todo con una gran base científica pero explicado de forma amena y accesible." ISHTAR ESPEJO, directora de la Fundación Aladina y madre de dos niños "Un libro claro, profundo y entrañable que todos los adultos deberían leer." JAVIER ORTIGOSA PEROCHENA, psicoterapeuta y fundador del Instituto de Interacción "100% recomendable. El mejor regalo que un padre puede hacer a sus hijos." ANA AZKOITIA,

psicopedagoga, maestra y madre de dos niñas

[Cómpralo y empieza a leer](#)

# Vivir la vida con sentido

Actitudes para vivir con  
pasión y entusiasmo

**Victor Küppers**



Solo se vive una vez, pero una vez es  
suficiente si se hace bien

# Vivir la vida con sentido

Küppers, Victor

9788415750109

246 Páginas

[Cómpralo y empieza a leer](#)

Este libro pretende hacerte pensar, de forma amena y clara, para ordenar ideas, para priorizar, para ayudarte a tomar decisiones. Con un enfoque muy sencillo, cercano y práctico, este libro te quiere hacer reflexionar sobre la importancia de vivir una vida con sentido. Valoramos a las personas por su manera de ser, por sus actitudes, no por sus conocimientos, sus títulos o su experiencia. Todas las personas fantásticas tienen una manera de ser fantástica, y todas las personas mediocres tienen una manera de ser mediocre. No nos aprecian por lo que tenemos, nos aprecian por cómo somos. Vivir la vida con sentido te ayudará a darte cuenta de que lo más importante en la vida es que lo más importante sea lo más importante, de la necesidad de centrarnos en luchar y no en llorar, de hacer y no de quejarte, de cómo desarrollar la alegría y el entusiasmo, de recuperar valores como la amabilidad, el agradecimiento, la generosidad, la perseverancia o la integridad. En definitiva, un libro sobre valores, virtudes y actitudes para ir por la vida, porque ser grande es una manera de ser.

[Cómpralo y empieza a leer](#)

# VENDER COMO CRACKS

Técnicas prácticas y eficaces  
que no utilizan los merluzos

Plataforma  
Actual



**Victor Küppers**

*Autor de *Vivir la vida con sentido**

**Para vender, o enamoras o eres barato**

# Vender como cracks

Küppers, Victor

9788417002565

208 Páginas

[Cómpralo y empieza a leer](#)

La venta es una profesión maravillosa, absolutamente fantástica. Difícil, complicada, con frustraciones, solitaria, pero llena también de alegrías y satisfacciones que compensan sobradamente esa parte menos bonita. Este libro intenta ayudar a motivar, a ilusionar, a disfrutar con el trabajo comercial. Es un ámbito en el que hay dos tipos de profesionales: los cracks y los chusqueros; los que tienen metodología, los que se preparan, los que se preocupan por ayudar a sus clientes, por un lado, y los maleantes, los colocadores y los enchufadores, por otro. He pretendido escribir un libro que sea muy práctico, útil, aplicable, simple, nada complejo y con un poco de humor, y explico sin guardarme nada todas aquellas técnicas y metodologías de venta que he visto que funcionan, que dan resultado. No es un libro teórico ni con filosofadas, es un libro que va al grano, que pretende darte ideas que puedas utilizar inmediatamente. Ideas que están ordenadas fase a fase, paso a paso.

[Cómpralo y empieza a leer](#)

# Índice

Portada	2
Créditos	3
Epígrafe	5
Prólogo de Cristina de Alzaga	6
Palabras preliminares de Álex Rovira	9
Abriendo la puerta de este libro	10
86 reflexiones para buscadores de la felicidad	12
Cuaderno 1: Escribe el guión de tu vida	23
Cuaderno 2: 52 libros para vivir mejor	31
Cuaderno 3: El cuestionario Proust	43
Cuaderno 4: Liderazgo afectivo / liderazgo efectivo	47
Colofón, por Cristina de Alzaga	53
Cuatro motivos para amar la lectura	56
Notas	65
Colofón	66