



# LA FELICIDAD

*(en cuatro minutos)*



## Índice

Portada

Educando en la felicidad

Tiempo para Lucas

En principio

Como pez en el agua

¿Nacido para flotar?

La última lección

Buenas noches

Roberto el ocurrente

Caviar con patatas

La fábula de Narciso y Ulises

Pensar o no pensar

En buena compañía

En pie de paz

Ayer empieza hoy

Retrogusto

La rebelión de los débiles

Érase una vez... y otra

Lo que hay que ver

El país de los unos

Exalumnos

De par en par

Nominaciones

Pequeñas cosas de la vida

Sin complejos

A mares

Extrapolar

Con buen pie

Estratocúmulos, cigüeñas blancas... ¡y más allá!

Diana se libera

El ingrediente crucial

El pescador de estrellas

Un rayo en la tormenta

Amores curiosos

En clave de amor

Nunca llueve...

Feliz (auto)retrato  
El alma de la luna  
Una seta en la nevera  
Como la seda  
Una nariz desprevenida  
En amor arte  
Espejito, espejito  
Amor a segunda vista  
Una mujer en acción  
Al mal tiempo, buena cara  
Siempre nos quedará Pekín  
Cuestión de piel  
Sorpresas  
A todo trapo  
Y Blanca creció  
El mejor partido del mundo  
Rojo esperanza  
Las trampas del destino  
Sendas llaves  
Historia de un prodigio  
Los autores han escrito  
Créditos



# EDUCANDO EN LA FELICIDAD



*El sabio uso del ocio es un producto de la civilización y de la educación.*

*Bertrand Russell*

La felicidad y la educación son dos grandes palabras que han sido objeto de numerosos estudios a lo largo de los siglos. Filósofos, pedagogos, psicólogos, sociólogos y una larga lista de especialistas han aportado su visión particular y han conseguido mayor o menor número de seguidores para su doctrina, pero la unión de ambos temas sigue siendo una asignatura pendiente.

Padres y profesores tienen el objetivo común de conseguir que sus hijos y alumnos sean los más listos, más fuertes y más felices. Hasta aquí, todos de acuerdo, pero a partir de aquí empiezan a surgir las dudas y las preguntas. ¿Puede educarse para ser feliz? Y, de ser así, ¿cuál es el mejor camino para conseguirlo?

Observando a los adultos razonablemente felices, esos que hacen compatible la solidaridad y el sentido crítico con una visión optimista de la vida, siempre descubriremos un recuerdo agradable de la infancia que suele traducirse en un buen hacer de los adultos que le rodeaban.

Entre los recuerdos que prevalecen está siempre el tiempo que les dedicaban. Las tardes leyendo cuentos, los paseos e historias compartidos con los abuelos, los dibujos de papá para luego colorearlos, la paciencia del hermano mayor enseñando un nuevo juego que parecía difícilísimo, esa mirada de mamá que siempre encontrabas cuando levantabas la vista del balón mientras jugabas una liguilla infantil y hacía un frío de mil diablos, esa tía que te dedicaba una tarde de domingo para ir al cine y disfrutar de una enorme bolsa de palomitas, los maestros que te corregían con amor acentos, comas y multiplicaciones, ese primer libro que te pusieron en las manos para leerlo sin ayuda y comentarlo luego, ese tambor que interrumpía las siestas y que todos celebraban cómo aporreabas, ese librote lleno de animales que te iban explicando o ese beso antes de dormir para ahuyentar las pesadillas...

Pequeñas cosas que educan en la imaginación, la comunicación, la paciencia, la curiosidad, los buenos sentimientos, el arte de jugar, de oír, de encontrar la palabra justa, de hacer música con un palillo o contar tus cosas al llegar del colegio.

Para todas ellas, solo hay un requisito indispensable: el tiempo. Dedicar tiempo a los más pequeños es una gran inversión de futuro que revierte en su felicidad y en la nuestra. Enseñarles a no aburrirse, a disfrutar en compañía, a jugar, en suma, es una cuestión de sensibilidad y de conciencia.



## TIEMPO PARA LUCAS

*No hay deber que descuidemos tanto como el deber de ser felices.*

*R. L. Stevenson*

Lucas tiene una habitación que es la envidia de sus amigos y el orgullo de sus padres. La cama es como un camarote de barco, con sus ojos de buey, su escalera colgante y un par de salvavidas. En el suelo, a modo de cofre del tesoro, hay un baúl repleto de juguetes. Si Lucas se aburre, también tiene una mesa con ordenador, un caballete y un arsenal de lápices de colores y pinturas.

Lleva más de una hora jugando y ha conseguido montar él solo una figura increíble. Lleno de emoción, irrumpe en la cocina:

—¡Mamá, mira, mamá!

Mamá no levanta la vista, está demasiado ocupada pelando una pata de pollo que se resiste...

—Mira...

—Sí, es precioso, Lucas.

Lucas mira su *supermegatroilógicus* con cara de sorpresa. Es un monstruo tremendo a medio camino entre dinosaurio agresivo y malo-malísimo feo-feísimo sacado de una serie de dibujos animados futurista...

—¡No, no es precioso! ¡Es terrible! No me haces caso...

—Hijo, perdona, pero alguien tiene que hacer la cena, enséñaselo a tu padre...

Lucas se enfila por el pasillo con renovada ilusión, de paso recoge una nave espacial y asoma la cabeza por el despacho. Emite un gruñido teatral y dice:

—¡Papá, mira, papá!

Papá contesta mientras sigue rebuscando entre varias carpetas desordenadas y rebosantes de papeles...

—Sí, hijo, sí... déjalo sobre la mesa que luego te lo arreglo y jugamos. Ahora papá tiene que trabajar, mañana tengo una reunión muy importante y tengo que concentrarme porque...

Un ruido metálico de aeronave espacial impactando contra el suelo, un llanto sofocado y el bramido entrecortado de Lucas interrumpen la frase:

—Porque... porque aquí nadie me quiere. Cuando sea mayor y tenga hijos jugaré siempre con ellos y sus *supermegatroi*...

Mientras Lucas se atraganta con la palabreja, su madre asoma la cabeza por el despacho y su padre suelta gafas y papeles. Lucas toma aire y sigue imparable:

—... *supermegatroiologóricus* y haré antes los deberes de la oficina, y pediré una *pizza* para no perder tiempo pelando un pollo y...

Esta vez es su padre quien interrumpe con un tono de autoridad:

—¡Y te callas un momento, que papá tiene que hacer una llamada muy importante!

Rebusca una tarjeta y empieza a marcar. Luego, con tono profesional y mirando fijamente a Lucas, entona la voz y dice:

—¿Sí? Quiero una *pizza* familiar, tres ensaladas especiales y tres helados de chocolate... ¿Cómo? No importa la clase, todas son buenas, eso sí, sin cebolla ni pimientos que a mi hijo no le gustan. Lo importante hoy es tener tiempo, mucho tiempo, para Lucas.

## *Moraleja*

---

El mejor regalo que podemos hacer a nuestros hijos es ofrecerles nuestro tiempo para disfrutar juntos de las pequeñas cosas de la vida. Una de las claves de la educación es enseñar a ser felices, y eso pasa por compartir juegos, experiencias y tiempo, mucho tiempo.



## EN PRINCIPIO

*La felicidad debe ser compartida, tiene alma gemela.*

*Lord Byron*

—Perdona, ¿has oído hablar de las leyes fundamentales de la termodinámica?

—Sí, me suenan. Pero ahora mismo no sabría decirte cuáles son exactamente.

—Es igual. Lo que quiero decir es que, del mismo modo que la física tiene leyes fundamentales en las que en general todo el mundo está de acuerdo, al menos en principio, ¿ocurre lo mismo con la felicidad? ¿Existirían unas leyes fundamentales de la felicidad?

—Pues... quizá sí. A ver: así, a bote pronto, se me ocurren un par. La primera es que todo el mundo quiere ser feliz, sea cual sea el sentido que cada uno le dé a esa palabra. ¿Estás de acuerdo?

—Estoy de acuerdo. ¿Y la segunda?

—La segunda seguramente sería que se es más feliz cuando se está de buen humor y sano que cuando se está enfadado o enfermo.

—Vaaaale... Te lo acepto. En principio, al menos.

—Espera, aún se me ocurre una tercera ley.

—¿Ah, sí? ¿Cuál?

—Que se es más feliz cuando se está rodeado de gente sana y de buen humor que cuando uno lo está de gente que sufre, ya sea física o mentalmente.

—Hum... Sí, probablemente sea así. Pero, ¿y si no estoy de acuerdo con esta tercera ley?

—Entonces, querido amigo, es que no entendemos la felicidad de la misma manera.

—Y eso... ¿es bueno o malo?

—No te lo sabría decir, pero me huelo que si nuestras ideas respectivas de lo que es la felicidad son muy distintas, o peor aún, opuestas, será muy difícil que seamos felices los dos al mismo tiempo.

### *Moraleja*

---

La búsqueda de la felicidad no solo es un impulso instintivo, sino también un empeño racional.



## COMO PEZ EN EL AGUA

*El procedimiento más seguro de hacernos más agradable la vida es hacerla agradable a los demás.*

*Albert Guinon*

—David, para ya de molestar a tu hermana y déjala jugar un poco contigo...

—No sabe jugar, seguro que estaría mejor con los peces que con ella, cada vez que levanto un castillo lo tumba y se ríe como una loca...

—Eso es porque es pequeña...

—Sí, sí... pero en el *cole* pasa lo mismo. Cada vez que les enseño un acertijo matemático me dejan plantado y se ponen a darle a la pelota.

David abandona la conversación con su madre y se pone a mirar los peces embobado y con cara de maquinar algo. Llega su abuelo y le saluda:

—¿Qué, tú también sueñas con ser «el rey de los merluzos»?

David le mira como si le hubiera pillado zampándose un pastel a escondidas. No sale de su asombro: el abuelo siempre le sorprende. No sabe cómo lo hace, para él es casi mágico. Así que lo mejor es no guardarle ni un secreto o acabará descubriéndolo.

—Bueno, de los merluzos exactamente, no. Yo me imagino ser el rey de los meros, que impresionan más...

—Meros, salmones, merluzos o salmonetes, da lo mismo. Todos esos sueños se quedan en el mar o en el fondo de una pecera y no son lo que parece. Verás...

El abuelo empezó su relato sin hacer ni una pausa:

—Hace ya muchos años, un niño soñaba también lo mismo. Ni sus amigos ni sus hermanos reconocían sus habilidades con las matemáticas, los juegos de construcción o los enigmas. Se sentía aislado y diferente. Solo le consolaba hablar con los peces de su fantástica pecera mientras les daba de comer. Un día, el Duende de los Sueños Posibles le concedió el don de convertirse en pez y dominar su lenguaje. Era el niño más feliz del universo. Reunió a todos los peces y les explicó las mejoras que tenía previstas para la pecera: construcción de un castillo para resguardarse de las burbujas, clases de

matemáticas, concursos de ingenio y estrategia... La pecera sería el paraíso si le elegían rey de los merluzos. Los peces lo miraron con sus inmensos ojos de besugo, se miraron entre ellos y se dieron la vuelta agitando las aletas. Cuando se iban, el chico oyó las palabras del pez más viejo, entre las risitas de los pequeños: «Este niño es un poco tontorrón y bastante creído. ¿Para qué necesitamos un palacio de plástico, enigmas ni rey de los merluzos? Sobre todo... si no somos merluzos, je, je. Bueno, él sí que es un poco merluzo. Se parece a Álex, el salmonete, que solo sueña en ser el rey de los humanos, en vez de ser el amigo de los otros peces y disfrutar de esta hermosa pecera».

—El niño aprendió la lección —concluyó el abuelo—, y desde ese día no quiso imponer sus juegos a sus amigos ni a sus hermanos. Curiosamente, entonces, ellos le pedían de vez en cuando que explicara un enigma o les ayudara con una construcción... David, ¿me estás escuchando?

David estaba pegado otra vez a la pecera, pero con una cara bien distinta. Se dio la vuelta con una sonrisa enigmática y respondió:

—Sí, abuelo, te he escuchado. Pero tenía que hacer algo importante: explicarle a los peces que desde hoy pasaré menos tiempo con ellos, que tengo que aprender a jugar con mi hermana y que se tendrán que buscar otro rey de los merluzos...

¡Este es mi David! ¡El nieto del rey de los abuelos felices!

## *Moraleja*

---

A veces nos fijamos metas imposibles y soñamos con mundos exóticos y lejanos que nos alejan del verdadero escenario de nuestra felicidad, que suele estar mucho más cerca. Tan cerca que a veces no lo vemos y es necesario dar un rodeo para encontrarlo.





## ¿NACIDO PARA FLOTAR?

*La clase de felicidad que necesito es menos hacer lo que quiero que no hacer lo que no quiero..*

*Jean-Jacques Rousseau*

«Cierra los ojos. Imagínate un cielo azul. Imagínate a ti mismo tumbado sobre la hierba fresca y mullida sin nada más que hacer que dejarte acariciar por los rayos del sol de una mañana primaveral y por un vientecillo suave y levemente perfumado que apenas agita las hojas de los árboles. Deja vagar tu mente. Ve apartando los pensamientos que no sean de tu agrado, los recuerdos y las imágenes que perturben, aunque sea ligeramente, ese estado de flotación».

No está mal para ser el primer día. De entrada ya me noto como más liviano. Sí. Parece que será una buena sesión de relajación. Y la profesora promete. Solo con verla plácidamente sentada sobre la colchoneta con ese vestido blanco holgado, ya infunde una cierta paz. He de procurar no distraerme, no quisiera perder el hilo.

«Ya estás flotando. Apenas notas tu cuerpo. Has ido olvidando que tienes manos y brazos. Ya no sientes tu nariz, ni tu boca, ni tus mejillas. Y no digamos los pies, tan lejanos. O las rodillas, estas también han desaparecido. Tampoco te sientes las piernas».

Vaya. Esta frase lo ha estropeado. La imagen de un Rambo malherido se acaba de cargar el sutil estado de ingravidez en que estaba entrando. No, mejor no pensar en piernas. Ver a Rambo derrumbado me ha desconcentrado completamente. A ver cómo continúa.

«Ahora te hallas en el fondo del mar, flotando entre dos aguas. Los rayos de sol llegan mudos, jugando con las piedras del fondo en completo silencio, y los peces patrullan lentamente entre las algas, como si no tuvieran ninguna prisa. Notas el suave vaivén que en este mismo instante siguen las olas por encima de tu cabeza ».

¡Qué bonito! Noto como si mi cuerpo, ligero como una pluma, flotara en el espacio.

«Debajo de ti, ingravidas, las algas se mecen suavemente. Sientes que te balanceas a su mismo compás, siguiendo el ligero vaivén de las alargadas cintas verdosas ».

Sí, me encantan las algas. No se me ocurriría pensar en nada más etéreo. Además, «algas» rima con «nalgas». Vaya, ya me he vuelto a desconcentrar. No, no, perdón; no he dicho nada. No he pensado ni en nalgas ni en piernas ni en nada. Dadme otra oportunidad.

«Porque aquí, en medio de este éter intangible, te hallas inmerso en una película rodada en deliciosos tonos verdes y azules, una película a la que le hubieran eliminado la banda sonora».

¡Qué tendrá que ver la banda sonora! Ya vuelvo a imaginarme una película con Rambo tendido en el suelo, gritando de dolor en medio de las explosiones, pero sus gritos no se oyen ni tampoco los bombazos, de los que solo llega su resplandor, iluminando dramáticamente su rostro tiznado. El viejo truco de suprimir la banda sonora para dar más fuerza a la imagen. Una imagen que queda congelada y sobre la que, en silencio, irán apareciendo, parsimoniosa y majestuosamente, los títulos de crédito, lo que en otra época no hubiera sido más que un escueto

FIN.

No. Quizá para mí no sea esta la mejor manera de relajarme.

## *Moraleja*

---

A veces buscamos la felicidad en el lugar equivocado. Descubrir cuál es nuestro modo de ser felices es el primer paso en el camino hacia la felicidad.



## LA ÚLTIMA LECCIÓN

*La felicidad no está en la ciencia, sino en la adquisición de la ciencia.*

*Edgar Allan Poe*

—Un verdadero espíritu científico contempla las emociones, pero no se deja llevar por ellas. Reconoce sus debilidades, pero intenta rectificarlas. Está en un permanente estado de alerta relajado que le permite captar la realidad, abstraerla, analizarla y obtener hipótesis que permitan mejorar la condición del ser humano en su conjunto. El científico trabaja hasta cuando duerme, y no digamos cuando se divierte. El ocio para él es ocio creativo, no un aborregamiento al uso. Ya saben ustedes lo que hay, el año que viene, si no desertan y se pasan al equipo contrario: aquí les espero para continuar su formación científica. Que sean felices, científicamente felices, claro.

Todos aplaudieron la última clase del profesor, pero Arturo —su discípulo más brillante— se mantuvo serio y recriminó a sus compañeros:

—Cuando él dice «aborregamiento al uso» y «dejarse llevar por las emociones», se refiere a impulsos como este, a aplaudir una idea como si fuera un gol. Pero claro, si os gusta el fútbol no podréis entender mi idea. Entráis en el capítulo borreguero.

El profesor se acercó al grupo y les hizo una propuesta:

—¿Por qué no vienen a merendar mañana a mi casa y discutimos el tema?

Sorprendidos y emocionados, aceptaron la invitación del profesor. Aunque el resultado de la visita no fue lo que esperaban...

Al día siguiente tocaba recoger notas y todo eran comentarios sobre el tema. Los rumores se extienden a velocidad de vértigo. La Facultad estaba revuelta, pero eran espíritus científicos y esperaban contrastar información. Muchos pensaban que, si era

cierto lo que decían, mucha gente no se matricularía en la asignatura del profesor el próximo curso.

—¿Y cómo ha reaccionado Arturo? Él siempre ha tenido al profesor en un pedestal. Todos le admiramos, pero lo suyo es casi idolatría.

—Sí, era su ejemplo a seguir: máximo rigor científico, precisión en la expresión, compromiso político, ni una sola concesión al populismo para ganar admiradores, un humor que conecta con todo el mundo...

—Todos echaremos de menos sus clases, era como vivir en una burbuja de bienestar académico...

—De acuerdo, pero no sé yo si todo será igual desde la velada de ayer... Dicen que fue algo tremendo... ¡Mirad, por ahí viene Andrés, uno de los testigos! A ver si conseguimos aclarar el asunto.

Andrés venía con aire despistado y bastante ceñudo. Saludó a los presentes, se quitó la cazadora y lanzó un suspiro:

—¡No puedes confiar en nadie! ¡Qué tremendo desengaño! Ya lo sabéis, ¿no? ¡Nuestro ídolo es un borrego! Y de los gordos...

—¿Te refieres al profesor? —preguntó Álex—. ¿Estaba borracho o algo así?

—Que no, que no van por ahí los tiros, que el profesor es «normal» —Andrés recalcó la palabra—, demasiado normal, diría. Si yo estoy indignado, el pobre Arturo...

Con el escándalo, nadie vio llegar a Arturo, que concluyó radiante la frase:

—De «*pobre Arturo*», nada. Ayer recibí la lección más magistral de mi vida. ¡El profesor es un sabio capaz de disfrutar como un niño con algo tan sencillo como un partido de fútbol y yo, hasta ayer, era un necio que no comentaba con nadie que me gusta jugar al parchís con mis hermanos pequeños! Me quedo con su última frase de ayer: «La vida es ciencia, comunicación y momentos de diversión inofensiva».

## *Moraleja*

---

Uno de los secretos para ser felices es saber afrontar los temas que consideramos serios e importantes sin desatender las pequeñas cosas que nos proporcionan diversión y alegría.



## BUENAS NOCHES

*La felicidad solo puede ser hallada en el interior.*

*Epicteto*

—... ocho por siete, cincuenta y seis; ocho por ocho, sesenta y cuatro, y ocho por nueve, setenta y dos. Ahora la del nueve: nueve por uno es nueve; nueve por dos, dieciocho...

Mi hijo me interrumpió, mitad divertido y mitad hastiado.

—Vale, vale, para; ya veo que te las sabes.

—Pues las tablas de multiplicar no eran lo único que aprendíamos de memoria. También teníamos que memorizar las ciudades más importantes de cada provincia, y los ríos de Europa, y las capitales de...

Me volvió a interrumpir, esta vez ya directamente hastiado. Bueno, hastiado y quizá también un pelín intrigado.

—Perdona, papá, ¿haberte aprendido tantas cosas de memoria te ha servido de algo en la vida?

Le contesté que sí, que naturalmente, que ejercitar la memoria es una buena gimnasia para el cerebro, a la par que útil, porque así no tienes que consultar continuamente la agenda y no dependes de, bla, bla, bla, y que conviene acostumbrarse a ejercitar la mente, y bla, bla, bla de nuevo... Aunque para mis adentros pensé que hace tiempo que los móviles llevan de todo, desde agenda a calculadora, y también te ponen internet en la punta de los dedos para hacer consultas al instante. Pero continué perorando en la misma línea, aunque fuera tirando a tópica, mitad por convicción y mitad porque no se me ocurría ninguna respuesta mínimamente clara.

Por suerte, fue él quien me rescató otra vez de mi propia perorata.

—Y de todo lo que aprendiste en la escuela, ¿qué es lo que más te ha servido?

Vaya. Otra pregunta de respuesta complicada.

—Pueeees... Quizá a pensar con lógica, aunque no todos los profesores que tuve... Pero bueno, también hay muchas cosas que no me enseñaron —dije, saliendo por la tangente. No funcionó. El chaval estaba en vena. En vena preadolescente y preguntona:

—Y de todo lo que *no* te enseñaron, ¿qué te hubiera gustado que te enseñaran?

Esta vez me quedé mudo. Puse cara de «Ahí me has pillado». Pero enseguida volvió a la carga.

—Yo sí sé lo que me gustaría que me enseñaran.

—¿Ah, sí? ¿Qué?

—Me gustaría que me enseñaran a soñar.

—¿A soñar? ¿Quieres decir a... no sé, a pensar poéticamente? ¿O a hacer planes de futuro maravillosos?

—No, no. Me refiero a aprender a soñar mientras duermo.

—Ah. Por ejemplo... ¿a cómo tener sueños divertidos?

—Más bien a cómo no tener sueños chungos.

Me volvió a coger por sorpresa. Pero para esto sí que tenía respuesta.

—Hay un truco muy sencillo que yo utilizo: una vez estoy en la cama, justo antes de dormirme, repaso lo bueno que me ha ocurrido durante el día.

—¿Y eso funcionará conmigo?

—No lo sé. Pero como mínimo te dormirás de buen humor. Y quizá sí que te evitará tener sueños chungos.

Me dedicó media sonrisa azorada como siempre que yo o su madre utilizamos una palabra que él considera impropia para nuestra edad.

Sea como sea, aquella noche el que sí se metió en la cama de buen humor fui yo: antes de caer dormido tenía fresca una buena conversación padre-hijo, densa y jugosa, que repasar.

## *Moraleja*

---

Si el mejor modo de aprender algo bien  
y a fondo es enseñárselo a los demás,  
entonces enseñémosles a ser felices.



## ROBERTO EL OCURRENTE

*¿Por qué buscáis la felicidad, oh, mortales, fuera de vosotros mismos?*

*Boecio*

—Si nos parece normal preguntarnos por la felicidad de los demás, también debería parecernos igual de normal preocuparnos por la felicidad de los demás.

Esa era una de las frases preferidas del profesor de ética de mi instituto, un hombre agradable, de mediana edad y de maneras suaves, que de algún modo irradiaba bondad. Quizá fuera por su forma de limpiarse las gafas mientras pensaba por dónde proseguir o meditaba la respuesta a alguna pregunta nuestra.

—Del mismo modo que aspiramos al conocimiento preguntándonos de qué depende la felicidad de uno mismo y la de los demás —continuaba el profesor—, desde un punto de vista ético nos preocupamos por cuál debería ser la acción a emprender para lograr que esa felicidad ajena se haga efectiva o, lo que viene a ser lo mismo, por cómo podemos contribuir más eficazmente a mejorar la sociedad.

Era bonito escucharle. Uno salía de clase con la sensación de ser una persona mejor, henchida de buenas intenciones, no solo con el propósito de saber más, sino de actuar más, de contribuir activamente a mejorar la sociedad, aunque entonces no sospechábamos lo difícilísimo que resultaría ponernos de acuerdo en lo que esto podía significar.

Recuerdo un día en que, al hilo del tema de la felicidad, uno de nosotros preguntó si tenía sentido hablar de felicidad animal, si los animales también tenían o deberían tener, como nosotros, derecho a la felicidad. La pregunta abrió un debate más bien confuso

pero apasionante, ya que la cuestión de los derechos de los animales, desde las chinches a los orangutanes, pasando por los toros y los periquitos, tenía su miga, tal como admitió el propio profesor.

—Más que miga, lo que tiene es una hogaza de pan entera —comentó por lo bajini Roberto, que se las daba de chistoso y ocurrente. Y que de hecho lo era, dicho sea en honor a la verdad.

En todo caso, y a pesar de los esfuerzos del profesor, y en mayor o menor grado de todos nosotros, no llegamos a ninguna idea clara al respecto, sobre todo a partir del momento en que Lorena, que tenía un ramalazo místico-ecológico, pretendió introducir las plantas en el debate.

—Si descender al reino animal ya plantea graves dilemas conceptuales a la par que éticos, los problemas del reino vegetal los dejaría para los jardineros y los agricultores —respondió con ironía el profesor—. No me veo yo dilucidando las cuitas de las berenjenas y de las rosas de pitiminí.

Con ello se terminó la clase, pero el tema de la extrapolación de los derechos humanos nos había encendido las neuronas, de modo que una vez en el patio algunos de nosotros lo continuamos debatiendo y, ya en plan de guasa, nos dedicamos a imaginar cuáles serían las fuentes de felicidad de diversas flores y verduras. El tal Roberto fue, cómo no, quien aportó más ocurrencias estrafalarias, algunas de ellas francamente hilarantes. Pero el colmo del despropósito fue cuando el mismo Roberto sugirió que pensáramos sobre la felicidad de los minerales.

—Sí, ¿por qué no pensar en cómo se podría hacer feliz a una piedra? Yo, por ejemplo, la dejaría caer desde un puente superalto, para que tuviera la sensación de volar. O la lanzaría rozando la superficie de un lago para que, aunque solo fuera por unos momentos y a toda pastilla, viviera el milagro de andar sobre las aguas.

—Pues yo —terció Lorena, que se había sumado al corro a pesar de sus reparos en banalizar el tema de la felicidad extrahumana—, yo la colocaría en el lecho de un riachuelo de aguas limpias y transparentes para que los rayos del sol la motearan con reflejos de colores y destellos chispeantes. Y para que los peces la colmaran de besitos.

—Ooooh —exclamamos—. ¡Qué poética estás hoy, Lorena!

Pero mientras fluían las chanzas, yo no dejaba de darle a la bola. El tema de la felicidad del reino mineral lo encontraba sugerente. Así que también dije la mía:

—¿Sabéis lo que sería para mí el *súmmum* de la felicidad para un bloque de mármol? Que llegara Miguel Ángel y lo convirtiera en la estatua de David.

Toma. Eso colocaba el debate en un plano artístico y lo elevaba de nivel un peldaño o dos, como mínimo.

—Pues para mí —intervino rápidamente Roberto— lo más fácil y sencillo para hacer feliz a un pedazo de mármol sería convertirlo en bolitas y dejar que los niños jugaran con ellas a las canicas.

Como siempre que se tratara de ocurrencias, Roberto tenía la última palabra. Aunque pensar sobre la felicidad imaginándose manos de niños manoseando las canicas y jugando con ellas quizá iba un poco más allá.

### *Moraleja*

---

Aunque parezca extravagante pensar en la felicidad de los no humanos, el hecho de hacerlo probablemente contribuye a nuestra propia felicidad.



## CAVIAR CON PATATA S

*Todo se soporta en la vida, con excepción de muchos días de continua felicidad.*

*Johann Wolfgang Goethe*

—Mira que te quiero, pero cuando te pones así, «felicísimo de la muerte» para que yo me contagie, me sacas de mis casillas...

—Eso es lo que pretendo, mi vida, sacarte de esas malditas casillas que te hacen tan seria cuando te pones seria sin motivo. Porque mira que estás guapa cuando estás seria de verdad, porque estás concentrada o porque estás relajada. Es una seriedad... ¿cómo te diría...? ¿Feliz? Eso, una seriedad feliz, gustosa.

—¿Ves? ¡Ya está! A ti te encantan las dificultades y las filosofías, porque eso de la «seriedad gustosa» hay que hacer un máster para captarlo...

—Pues es bien fácil, nadie prepara una receta nueva para sus amigos a carcajada partida... Es feliz cocinando, pero está serio, concentrado en la labor.

—Y ahora estamos en tu tercera especialidad: salir del tema. Porque estábamos con un tema, y bien serio, por cierto.

—Pues volvemos a él y santas pascuas, que tiempo no nos falta. Soy todo oídos. Te escucho...

—Dime la verdad, ¿te parezco aburrida o divertida?

—¿Tú crees que yo estaría, como dices tú, «felicísimo de la muerte», si me aburriera contigo? Esa pregunta es una tontería porque no hay una respuesta objetiva única. Todos somos unas veces aburridos y otras divertidos. Si no fuera así, seríamos insoportables...

—Ya está, por la tangente. Necesito que te mojes, tú me conoces mejor que nadie...

A Félix empezó a preocuparle la importancia que daba su mujer al tema.

—¿Y a qué viene esa urgencia? ¿Ha pasado algo? Una de las cosas que más me gustan de ti es que no le das tanta importancia a la opinión de los demás...

Almudena rompió a llorar y empezó una explicación entrecortada:

—La psicopedagoga ha hecho una encuesta a los alumnos sobre los profesores. A mí me colocan la segunda en la lista de los buenos «profes»: dicen que explico bien, me preocupan por ellos y no hago comparaciones odiosas. En los aspectos negativos, apuntan que las clases podrían ser a veces más divertidas. Ella añade una recomendación: que dedique alguna hora a que me cuenten chistes o historias graciosas y que luego escoja al más gracioso o graciosa de la semana, o que dedique una hora a juegos de ordenador, se ve que son las actividades que más les divierten y que así todos estarán más motivados... ¿Tan aburrida soy? ¿Tan mala profesora?

Félix soltó una carcajada, pero luego se puso serio:

—Sois más de cincuenta, ¿no? Y eres la segunda de la lista de los buenos «profes». ¡Hum! Eres ¡«malísima de la muerte»! Vamos, para llorar...

—No te lo tomes a guasa, que quieren que cambie...

—Sí. Lo quiere una psicopedagoga que vaya usted a saber qué número ocupa en la lista. Mira, los alumnos han dado una lección: eres buena porque no haces comparaciones odiosas y porque explicas bien, que dando «mates» tiene mérito, que siempre han sido una asignatura hueso.

—Pero quieren que cambie porque a ellos les divierten los juegos y los chistes...

—A la hora del patio, en casa, en vacaciones... Si solo hiciéramos lo que nos gusta, todo sería al final aburridísimo. Me encanta el caviar, pero no resistiría cuarenta días desayunando, comiendo y cenando solo esas bolitas negras. Estaría deseando zamparme un plato de patatas.

—Así que...

—Para seguir siendo la segunda o aspirar a ser la mejor, sigue como eres. Aprender bien matemáticas, a la larga, les hará la vida más feliz.

Almudena no puede contener ahora la risa:

—Vamos, que pongan ellos el caviar y yo siga con mis patatas.

## *Moraleja*

---

Los que solo relacionan la felicidad

con diversión y caprichos se pierden  
el placer de disfrutar con cosas  
cotidianas importantes como el trabajo  
y el estudio.



## LA FÁBULA DE NARCISO Y ULISES

*Nuestro carácter es el resultado de nuestra conducta.*

*Aristóteles*

Érase una vez un cisne guapísimo llamado Narciso. Era el rey del estanque para sus cuidadores y para el resto de los habitantes. Todos admiraban su porte, su plumaje y sus movimientos armónicos cuando se deslizaba por las verdosas aguas. Era el rey, nadie lo dudaba.

Bueno, solo el propio Narciso, que no hacía honor a su nombre. Si el personaje legendario se encandilaba contemplando su hermosura reflejada en las aguas, este Narciso no se gustaba nada. La percepción de su propia imagen no podía ser más negativa:

—Este pedazo de cuello retorcido, este corpachón rechoncho, esta vocecilla estridente, estas plumas blanquísimas que no me dejan pasar desapercibido. Desde luego, la naturaleza se ha pasado conmigo: ni una gracia. ¡Cómo me gustaría ser uno de esos alegres patos que pueden camuflarse al salir del agua y que hacen reír a los humanos más bajitos cuando vienen a vernos con esos «cuac-cuac» que les hacen tanta gracia. A mí me miran con distancia, casi con miedo, nadie se ríe conmigo... Pero la naturaleza da pañuelo al que no tiene moquillos, y ahí está Ulises, el pato con el que me crié, siempre enfurruñado porque dice que es patoso y todos se ríen de él. Patoso, ya querría ser yo patoso como él...

Los cisnes son muy obstinados y Narciso se repetía cada día la misma cantinela. Así, como sucede cuando nos recreamos en las cosas negativas, cada día se iba enfadando más y poniendo más triste.

Ulises le solía contemplar desde el otro extremo del estanque. Él se consideraba también diferente. De pequeños jugaban siempre juntos, eran amigos inseparables y terriblemente patosos. Hasta las tortugas tenían más gracia caminando, y no digamos las ranas y los sapos, que eran lo más gracioso del estanque. Al crecer, la cosa se puso fea y triste para Ulises. Él tampoco hacía honor a su nombre y, si el héroe legendario se pasaba el día surcando las aguas y buscando aventuras, este Ulises prefería salir a tierra y ponerse a filosofar. El problema era que siempre daba vueltas al mismo tema:

—¡Cómo me gustaría ser como Narciso! Es guapo, esbelto, majestuoso, nadie se ríe de él y, cuando impone su voz en el estanque, esos humanos bajitos se quedan boquiabiertos de admiración.

Como los patos también son obstinados, nuestro Ulises le daba vueltas y vueltas al tema y, como Narciso, cada día estaba más triste e insatisfecho. Un día, iban cabizbajos y tropezaron en la orilla del estanque. Hacía tiempo que no hablaban:

—¡Perdona! Soy tan patoso —dijo avergonzado Ulises.

—No eres patoso, eres gracioso. ¡Ya quisiera yo ser así y que rieran conmigo todos! —le consoló Narciso.

—¡Qué dices! A ti te admiran y no se ríen «conmigo», sino «de mí». Tú sí que tienes gracia para nadar y moverte.

—Yo no tengo gracia, por no saber no sé ni volar y tú eres una estrella voladora. Además, no me admiran, me temen.

Ágata, la rana sabia del lugar, escuchaba entre los nenúfares y no pudo evitar intervenir. Lo de este par de pesimistas merecía una inyección de autoestima:

—¿Se puede saber de qué os sirve ser altos, fuertes y listos? Los humanos os han dedicado un ballet —dijo, mirando al cisne—, porque admiran vuestra elegancia y —continuó, mirando al pato— compran patitos de plástico para que sus crías disfruten en la bañera porque os consideran graciosos... ¡Qué importa ser patoso en tierra si sabes volar! ¡Qué importa no saber volar si eres un artista en el agua! ¡Nadie es perfecto, pero todos tenemos motivos para ser felices!

## *Moraleja*

---

La felicidad consiste en no recrearse  
en las propias limitaciones y defectos

y sacar el mayor partido a nuestras habilidades y virtudes, pero para eso hay que conocerlas y reconocerlas.



## PENSAR O NO PENSAR

*El saber es la parte más considerable de la felicidad.*

*Sófocles*

Pensar. ¿Qué es pensar?

Quizá todo y nada a la vez. Porque desde el rotundo y celeberrimo «Pienso, luego existo» cartesiano hasta el radical «Vacía tu mente de pensamientos» del lejano gurú hindú enharinado o de la profesora de yoga de la esquina, el verbo «pensar» abarca desde la plenitud de nuestra existencia humana, física e intelectual, hasta la vacuidad cósmica del universo.

Pero la pregunta, y con ella mi ignorancia, persisten. Y a falta de una respuesta filosófica o neurológica satisfactoria, que quizá la haya, pero que yo desconozco, me he entretenido en hacer algunas reflexiones al respecto. Sin pretensión de que sean ciertas para todo el mundo ni en todo lugar y momento, son las siguientes:

- Si participamos en una conversación, al hablar pensamos en lo que estamos diciendo en aquel momento, y cuando nos llega el turno de escuchar, pensamos en lo que nos está diciendo nuestro interlocutor. De lo contrario no sería una conversación, claro.
- Si no estamos conversando, pero sí escuchando, ya sea el discurso de un conferenciante, la conversación de unos vecinos o la letra de una canción, diría que lo que pensamos, voluntariamente o no, es en lo que los otros nos están diciendo, ya sea a palo seco o con acompañamiento musical.
- En ausencia de palabras, propias o ajenas, seguramente estemos pensando en lo más reciente que hayamos oído o en lo que tendremos que decir al poco rato, ya se trate de temas profesionales de calado, de ocurrencias intrascendentes ante la barra

de un bar o de apasionados debates vitales con la pareja o con los hijos, para decirlo finamente.

- Dejando de lado la palabra, nos queda la acción. Si nos hallamos en silencio, ocupados en algo, ya sea resolver un *sudoku* o una operación a corazón abierto, creo que podemos afirmar que en aquel momento pensamos en lo que estamos haciendo. Y, si momentáneamente no estamos haciendo nada, seguramente estaremos pensando, como ocurría antes, en lo que acabamos de hacer o en lo que vamos a hacer a continuación.
- En principio y por lo general, el único momento del día en que nos mantenemos silenciosos y tampoco oímos ninguna palabra a nuestro alrededor es cuando ya nos hemos metido en la cama para conciliar el sueño. Por lo que a la acción se refiere, tampoco en este momento estaremos haciendo nada especial, aparte de darle alguna vuelta a la almohada y buscar la posición más cómoda. De modo que, si no es que caemos derrotados en un sueño súbito y profundo y nos mantenemos razonablemente despiertos, las palabras dichas u oídas y las acciones realizadas durante el día se van distanciando paulatinamente, hasta desvanecerse por completo. Y puesto que tampoco tenemos previsto nada que decir ni nada que hacer en las horas inmediatas, como no sea soñar, a poder ser con los angelitos —aunque eso ya no depende de nosotros—, por fin nuestro pensamiento se libera de todos los condicionantes que antes hemos enumerado: somos libres, ahora sí, de pensar en aquello que más nos apetezca. Y, de hecho, eso es precisamente lo que empezamos a hacer. Por primera vez en la jornada disfrutamos de gozosa libertad para, como se suele decir, dejar vagar el pensamiento.

Pero, por desgracia, una vez conseguida esa libertad, poco uso podemos hacer de ella, ya que lo normal es que a medio rumiar nos quedemos dormidos. De modo que no tenemos más remedio que aplazar nuestras cavilaciones sobre el pensar, o sobre cualquier otra cosa, para el día siguiente.

Pero se me ocurre una reflexión final, antes de proferir, por hoy, un último bostezo: si queremos tener pensamientos felices, nada como rodearse de palabras felices, propias o ajenas, y de ocuparse en acciones placenteras.

Si pensamiento, palabra y obra  
se hallan indisolublemente ligados,  
deberemos buscar la felicidad dentro  
de esos tres apartados, no fuera de  
ellos.





# EN BUENA COMPAÑÍA



*Todo mi patrimonio son mis amigos.*

*Emily Dickinson*

Somos seres sociables que necesitan compartir sus buenos y sus malos momentos. También necesitamos cultivar nuestra propia parcela: un tiempo y un espacio reservado para nosotros mismos, para reflexionar, cuidarnos o disfrutar simplemente de nuestra libertad y de nuestra independencia. Cómo equilibramos el tiempo que dedicamos a cada uno de estos aspectos, sin invadir ni sentirnos invadidos, es una de las claves de la felicidad.

Nadie pone en duda el poder terapéutico de la familia. Cuando se rige por el respeto, la comunicación y la empatía, es imposible encontrar un entorno más favorable para la evolución de un ser humano. La relación entre padres, hermanos, hijos y abuelos puede ser una fuente de energía, creatividad y amor que saca a la luz lo mejor de nosotros mismos, que nos hace fuertes, sensibles y solidarios. Para disfrutar de la convivencia entre diferentes generaciones, nada como encontrar un objetivo común: decorar la casa juntos, preparar un viaje o una excursión, disfrutar en el sofá de una buena película o comentar por la noche cómo nos ha ido la jornada son solo una pequeña muestra de actividades para realizar en familia.

Una vez conseguimos sacar el máximo provecho a nuestra privacidad y de nuestra vida familiar, los seres humanos también necesitamos ampliar nuestro círculo y encontrar nuevos afectos. El problema a veces reside en cómo hacerlo: cómo conseguir amigos y cómo mantenerlos. Saber elegir, cultivar y mantener es un arte que se escapa a las estadísticas de las redes sociales virtuales. No se trata de sumar amigos, sino de compartir con ellos nuestro ocio, nuestras preocupaciones y nuestras alegrías, y conseguir una relación recíproca en la que lo que aportamos revierta en nuestro bienestar y satisfacción.

La sinceridad y la generosidad son dos ingredientes básicos para hacer de todos y de cada uno de nuestros afectos un lazo sólido, una puerta abierta al crecimiento personal, a la solidaridad y a la felicidad. Con ello, podremos conocer a fondo el verdadero sentido de una de las palabras más hermosas del mundo: fraternidad.

La vida es un tesoro que siempre se disfruta mejor en buena y amorosa compañía.



## EN PIE DE PAZ

*El hombre feliz es aquel que, siendo rey o campesino, encuentra paz en su hogar.*

*Johann Wolfgang von Goethe*

Las palabras también pueden levantarse en pie de guerra cuando se instalan en tu mente en forma de pregunta obsesiva y machacona. La de hoy me ha asaltado nada más bajar del avión: el mediador de conflictos ¿nace o se hace?

Mi abuela lo tiene claro: «Este niño ya nació desarmándote con la sonrisa». ¿Pasión de abuela? No sé, pero, desde que me alcanza la memoria, me recuerdo intentando poner paz entre mis hermanos o mis compañeros de clase. Mi carrera diplomática era casi un imperativo del carácter o del destino.

Hoy, después de quince horas de vuelo, me he levantado con la dichosa duda. Puede que sea cosa del *jet lag*. Llego a casa tras meses de arduas negociaciones como mediador internacional en un país de nombre impronunciable —¿por qué será que algunos idiomas son tan tacaños con las vocales?— y, sin tiempo para reaccionar, recibo una llamada de mi hermana Ángela:

—*Chusqui* —a mi edad, un apelativo así, si se hace público, desmonta la imagen de cualquiera. Por menos se declara una guerra—, tienes que hacer algo. Silvia y Hugo han vuelto a enfadarse y amenazan con no venir a la cena de Navidad. Héctor y yo hemos intentado reconciliarlos, pero no hay manera. Te cuento...

Lo de Ángela nunca ha sido la capacidad de síntesis. Así que, después de una hora al teléfono, me hago una idea de la situación. Hugo se ha superado y ha recurrido a la tecnología para sacar a Silvia de sus casillas. Lo de nuestros hermanos gemelos viene de lejos y se ha ido refinando con los años. Ni cinco hijos y dos matrimonios han conseguido rebajar la tensión. Según me cuenta Ángela, el Hugo más gracioso (ese que

de pequeño nos preparaba sorpresas nocturnas como llenarnos la cama de galletas desmigadas y cubitos de hielo) decidió colgar en internet una foto antológica de su gemela. Silvia está «espléndida» con su corrector dental de doble alambre y varios quilos de más. Bajo la foto, un «inocente» pie: «Cuando la rana quería ser princesa».

No es la primera vez que resuelvo un tema familiar parecido. Esta vez he preparado el armisticio con calma y con la ayuda de Ángela, mi hermana pequeña, y de Héctor, nuestro hermano mayor.

Hemos creado un escenario íntimo y distendido, aunque Ángela se ha pasado con guirnaldas de colores, globos y farolillos que dan un toque algo verbenero al evento. El pastel tampoco es muy sobrio que digamos, que ya somos mayorcitos para enanitos de merengue y setas con chimenea.

Desde pequeños, mi habitación era ese territorio neutral donde se dirimían las diferencias entre hermanos. Hoy, ser el único soltero me sigue señalando como «tierra de nadie». Los tres mensajeros de la paz esperamos nerviosos en mi piso. Suena el timbre. Se masca la paz, o la tragedia...

Abro la puerta. Silvia y Hugo vienen cogidos del bracete y tronchados de risa. Se separan al verme. Me plantan un par de besos, vuelven a reírse. Saludan. Silvia toma la palabra: —¡Te has pasado en tu afán conciliador y dejando que Ángela te convierta el piso en un parque de atracciones!

Hugo le guiña un ojo y añade:

—Princesa, no sé cómo hemos salido tan normales. Entre la formalidad de Héctor, los arranques sentimentales de Ángela y las maquinaciones de este —evidentemente, me señala— para que todo sea perfecto, justo y agradable... Hay que ver la que han montado por una discusión de nada. Total, colgar una foto tuya en internet no es para tanto...

—Calla y saca la cámara. Ya tienes pie para la foto: «Los hermanos Velasco se declaran en pie de paz de una vez y para siempre».

## *Moraleja*

---

El rencor y las tensiones son un importante obstáculo en el camino que lleva a la felicidad. Conseguir un buen

ambiente y limar asperezas en nuestro entorno es más que una actitud o un oficio: es un imperativo ético que nos hace más sociales y felices.



## AYER EMPIEZA HOY

*El pasado es un prólogo.*

*William Shakespeare*

Sobre su escritorio había una sorprendente colección de plumas de colores y formas llamativas, rotuladores, lápices y bolígrafos, dos o tres libros a medio leer y una gruesa libreta de diseño que imitaba un libro oriental. Se sentó en la butaca ergonómica que le habían regalado el día de su jubilación, observó todo con una mirada ilusionada y a la vez melancólica y se puso manos a la obra. Se caló las gafas de cerca, dio un sorbo a su taza de té, escogió con mimo la mejor pluma para la ocasión, abrió la libreta y empezó a dejar caer palabras:

«Recuerdo con claridad la primera vez que nos vimos. Recuerdo especialmente cómo me mirabas, con qué rapidez te aferraste a mi mano inexperta y te empostraste en mi pecho como si yo fuera el mismísimo centro del universo. Era un día tremendamente frío y desapacible, pero yo no lo sentía. Para mí era el día más hermoso de mi vida. Estaba como flotando en una nube rosa. Te observaba con toda la atención que nunca fui capaz de poner en una clase de matemáticas, ni de historia, ni de nada... Porque yo era de esas alumnas que se perdían a mitad de explicación, que seguían el vuelo de una mosca sin necesidad de que hubiera ni siquiera mosca... ¿Ves?, ¡ya me estoy desviando otra vez de la historia que prometí escribirte! Sigamos. Recuerdo también el día en que conocí a mi otro primer amor, ese que me miraba siempre desde el fondo de la clase y de sus ojos negros, inmensamente negros y vivos, como los tuyos. Negros y profundos como el miedo que a veces me ronda ahora, ese que tú intentas ahuyentar haciendo que te escriba... El miedo a no recordar un día lo feliz que fui, lo feliz que soy cuando recuerdo, o cómo me alegra verte llegar cada mediodía. El placer de adivinar cómo te ha ido el día explorando tu sonrisa o un brillo de más o de menos en tu mirada. Te conozco, pero

siempre me sorprendes. Me conoces, pero siempre quieres volver a conocerme y me lanzas preguntas que me hacen sonreír, evocar, sentirme viva... Vuelves a ellas como se vuelve a esa canción que nunca nos cansamos de escuchar. ¿Cuántas veces, por ejemplo, me habrás dicho eso de “Cuéntame otra vez cómo fue la primera vez que te enamoraste” o “¿Por qué dejaste de estudiar si eres tan lista?”. Y yo recuerdo, siempre recuerdo, aunque tú...».

—¡Mamá! ¿Estás ahí?

«Ya has llegado. Te dejo para estar contigo, mañana seguiré escribiendo...».

—¡Sí! Estoy aquí...

—¡Vaya, veo que por fin has estrenado la libreta de tus memorias!... Oye, ¿te acuerdas de Ramón, mi compañero de colegio?

—Sí, hija, me acuerdo, no sabes cómo me acuerdo. Era morenito, con unos ojos muy vivos, llevaba los pantalones siempre con los bajos descosidos y su madre se quejaba porque destrozaba la ropa y los zapatos dándole siempre patadas al balón, aunque cuando venía a casa era muy modosito...

—Mamá, lo recuerdas mejor que yo, que casi le confundo con Felipe...

—¿Felipe? Pues mira, de ese sí que no me acuerdo. Pero ven aquí, siéntate y cuéntame. Así me refrescas la memoria y luego tengo más de qué escribir.

## *Moraleja*

---

Tenemos la obligación de convertir la memoria en nuestra aliada, olvidar los malos momentos y recordar todo aquello que nos hizo felices. Debemos inclinar la balanza de la experiencia al lado positivo, pues revivir con amor el pasado nos hace doblemente felices.





## RETROGUSTO

*Los hombres olvidan siempre que la felicidad humana es una disposición de la mente y no una condición de las circunstancias.*

*John Locke*

La historia que ha caído en mis manos y que ahora mismo estoy leyendo no sabría cómo calificarla. De entrada me parece un tanto banal y, sobre todo, irregular, quizá porque no acabo de entender hacia dónde apunta. Eso no quiere decir gran cosa, claro; hay mucha literatura actual —y no tan actual— que juega a ese juego: te va ofreciendo piezas de un rompecabezas que sabes que más tarde o más temprano acabarán encajando. ¡Anda que no he visto yo también películas de ese estilo! Y cuando al final las piezas encajan hay que reconocer que es una gozada, por más que antes te hayas tenido que tragar unas dosis de inquietud. Volviendo al tema, lo que quiero decir es que el argumento me desconcierta. Hay momentos en que parece que el relato arranca en una dirección prometedora, tal que una historia de amor que apunta a un final feliz, pero que de súbito se tuerce y acaba en un mar de lágrimas. Y luego, ¡plas!, el relato se corta y pasa a otra cosa. Así, sin más, sin explicar por qué. Aunque, bien pensado, qué más da, no solo es un buen truco literario, sino que de hecho a veces la vida es así. Luego el autor (¿o es autora?) pasa a hablar de un libro que está leyendo apasionadamente y se explaya describiendo el gozo que le provoca su lectura. Y cómo ese libro le va cambiando su manera de ver las cosas, hasta el punto que le hace cuestionarse el modo de relacionarse con los demás, especialmente con su hija, a la que al parecer tiene algo olvidada; y que gracias a esa lectura decide recuperar las ocasiones perdidas y dedicarle más tiempo. Ese trozo me gusta, incluso me ha conmovido un poco. Y me ha dado la vaga impresión de que yo también debería hacer algo parecido. Ya pensaré en ello más tarde.

Repito que como historia es bien curiosa. Y no solo porque salte de una cosa a otra sin motivo aparente. También porque pasas página y de repente te encuentras ni más ni menos que con una receta de cocina. No la voy a reproducir aquí, no es el momento de hablar de croquetas de jamón y setas. Pero sí diré que en cuanto tenga ocasión, probaré a hacerla, porque si hay un plato que me entusiasma son precisamente esas croquetas. Dejémoslo, ya he dicho que no era el momento.

Otro punto curioso son las flores. Quiero decir, las flores secas que de vez en cuando aparecen entre las páginas. Son bonitas, y sobre todo me resultan familiares, como si alguna vez las hubiera tenido entre mis dedos cuando aún estaban frescas, aunque ahora mismo no consigo recordar sus nombres. Alguna ha dejado una marca en el papel e incluso ha hecho que se corriera un poco la tinta. Ah, vale, no he dicho que se trata de un libro manuscrito. Bueno, más que un libro es un cuaderno, con una caligrafía muy delicada, incluso elegante, aun que bastante irregular, dependiendo de lo que la autora — ahora veo claramente que se trata de una mujer— esté contando en cada momento. Y es como si su letra hubiera ido evolucionando a lo largo de la historia, haciéndose cada vez como más insegura, incluso temblorosa, aunque sin perder en ningún momento un punto de picardía, propio de una persona alegre y vital.

Luego, igual que ha empezado, la historia acaba. Y lo único que he sacado en claro es que se trata de la historia de una mujer feliz. Y que, curiosamente, me ha dado ganas de continuar escribiéndola yo misma en las páginas en blanco que quedan al final del cuaderno. Seguro que lo que yo contaría ahora no iba a desentonar, porque yo también he sido, y aún soy, una mujer feliz. Y también estoy segura de que nadie notaría la diferencia porque la letra de la autora se parece increíblemente a la mía, igual de insegura, igual de temblorosa, igual de elegante, igual de vital... igual de pícara. Disculpad, os he de dejar, oigo a mi hija poniendo la mesa.

—Mamá, ¡ven a comer! He hecho croquetas de jamón y setas según tu receta...

## *Moraleja*

---

Guardar fotos, cartas, recortes, escribir un diario... Todo vale cuando se trata de conservar y revivir los mejores momentos de la propia vida.



## LA REBELIÓN DE LOS DÉBILES

*Nunca he podido concebir cómo un ser racional podría perseguir la felicidad ejerciendo el poder sobre otros.*

*Thomas Jefferson*

«Querido Ramón, dos puntos...». ¡Qué principio más cursi y más formal! Nadie escribe así a estas alturas del siglo XXI y menos una mujer hecha y derecha. Sigamos, ya sé que la imaginación nunca ha sido su fuerte...

«Lo primero, decirte que lamento profundamente no poder acompañaros...». Ni la imaginación, ni la formalidad. Ella siempre ha sido especialista en anular invitaciones a última hora con excusas varias, para eso sí que tiene recursos, previsibles, pero recursos al fin... Sigamos... Ya veréis como por su culpa el viaje nos sale ahora más caro...

«Pero me ha surgido un imprevisto que espero comprenderéis, dos puntos...». Y dale con los dos puntos, la formalidad y la previsibilidad. Ya os lo dije, esta chica no cambiará nunca. Veamos qué desgracia le ha pasado esta vez. El viaje a Francia lo anuló por un trabajo extra, el de Roma por indisposición de su padre, el de Canarias fue una muela del juicio... A ver por dónde nos sale hoy.

«He decidido dejar las cosas claras y Günther dice que debo empezar “cortando el flequillo” al pasado y “atando los sargentos sueltos” con vosotros. Su castellano no es muy bueno y mi alemán algo impreciso, pero supongo que se refiere a “cortar flecos” y “atar cabos”. Pues bueno, eso voy a hacer ahora, dos puntos...». Al llegar a este punto, Ramón y sus amigos están descolocados. Alicia toma la palabra en nombre de todos:

—Pero, esta chica está más mema que nunca o qué. Sigue leyendo que no me aclaro.

«Al principio pensé que si os ponía tantas excusas era para no confesar mi pánico a los aviones. Ahora sé que lo hacía porque no acababa de sentirme a gusto con vosotros. No me hacen gracia los chistes de Pablo, los cotilleos de Gloria, ni la actitud de superioridad

de Alicia, por no hablar de ti, que siempre me has visto cursi, formal y aburrida...».

—¡Vaya con la mosquita muerta! Se está desahogando a gusto, os está dejando a la altura del betún —interrumpió con risitas Manu.

—Espera, espera, que ahora te toca —dijo Ramón antes de continuar la lectura:

«...o de Manu, que descarga su complejo de inferioridad con sus comentarios machistas y xenófobos...». —¡Venga, ya saltó la feminista asesorada por el vikingo ese! —rabió Manu—. Sigue leyendo, a ver por dónde nos sale ahora...

«Yo creo que tenéis un lado positivo, como todo el mundo, pero la verdad es que hace falta una lupa para encontrarlo. La amistad tiene que ser más espontánea y desinteresada, y los amigos, más afines. Cuando

Günther me vio por casualidad con vosotros no podía entender qué pintaba en vuestro grupo. Ahora, yo tampoco entiendo cómo no he hablado claro antes, pero más vale tarde que nunca. Concluyo, dos puntos...».

—Por cierto —interrumpió Gloria—, ¿alguien sabe quién es Günther? Últimamente está rarita, no me extrañaría que haya entrado en una secta, siempre fue pelín manipulable. Una sonrisa, un café y ya te dejaba los apuntes”. —No sé qué decirte —continuó Alicia—. A mí nunca me dejó firmar un trabajo de la «Uni», las buenas notas solo para ella y el guaperas ese del Erasmus que llegó el mes pasado... ¿Cómo se llama? Era algo como... Llegado este punto todos se miraron y el nombre y la duda brotaron al unísono:

—¡¿Günther?!

Ramón retomó con ansia la lectura: «He decidido ser feliz. ¿Os acordáis de una discusión en clase sobre el tema? Para Alicia, la felicidad era dominar tu medio; para ti, conseguir tus objetivos; para Manu, pasarlo bien; para Günther, ser uno mismo... Estoy con Günther, lo hemos recordado a más de tres mil pies de altura, camino a Nepal. He descubierto que vencer tus miedos es una cuestión de amor».

## *Moraleja*

---

En cierta medida, la felicidad es el arte de saber elegir a nuestros compañeros de viaje y encarar la aventura con seguridad en nosotros mismos, sinceridad y valentía.



## ÉRASE UNA VEZ... Y OTRA

*El hombre más feliz es el que hace la felicidad del mayor número de sus semejantes.*

*Denis Diderot*

Érase una vez cuatro amigos que se reunieron un atardecer para conversar un rato al aire libre, como solían hacerlo cuando el tiempo invitaba a ello. Si se sentaron a la sombra de una palmera, de un olmo o de un sicomoro, o incluso bajo un sombrajo de cañas, la historia no lo dice. Como tampoco dice si esta plácida reunión tuvo lugar ayer por la tarde, hace cien años o en plena Edad Media, aunque también podría ser que tuviera lugar en el Egipto de los faraones, al pie de una pirámide, a la entrada de un templo maya o... a bordo de un junco chino. Repito: por no saber, no sabemos si se reunieron cerca de aquí, en las antípodas o a un tiro de piedra de la Torre Eiffel, por decir algo.

Sea como fuere, ni el cuándo ni el dónde nos importan ahora. Solo nos importa saber que se trataba de un deportista, un vividor, un músico y un escritor, y que los cuatro conversadores se encontraban de buen humor. Los negocios y la vida familiar les iban razonablemente bien y no les dolía nada digno de mención, de modo que abordaron un tema muy acorde con su grata situación. Hablaron, cómo no, de la felicidad.

Uno de ellos era deportista y como tal defendió que la mayor fuente de felicidad se hallaba en el ejercicio físico, en la educación armoniosa del cuerpo y de la mente y en el cultivo de la fuerza muscular, así como en el control mental y en la capacidad de concentración, indispensables para alcanzar las metas que la competición con otros deportistas imponía o que uno mismo se autoexigía.

El segundo que habló defendió los placeres de la mesa y del lecho, y dijo que era en la voluptuosidad y el refinamiento de los sentidos allá donde se hallaba la verdadera felicidad. Y también en el amor, claro. ¡Ah, el amor! Era, afirmaba, el mejor y más

potente afrodisíaco y aun en su ausencia pasajera el amor propiciaba las más deliciosas y voluptuosas ensoñaciones.

Los dos parecían tener razón, pero no hubo acuerdo sobre cuál de ellos podía considerarse más feliz, ya que el deportista admitió que el mero hecho de no ganar le producía una aguda frustración, y el vividor admitió que la comida y la bebida tienen un límite y que, en el fondo, nada duele más que el amor no correspondido.

El tercer amigo era músico y se mostró convencido de que la música tenía todas las ventajas y ningún inconveniente. Incluso era, según osaba decir, «la manera más fácil de ser feliz». Silbar, cantar e incluso tocar algún instrumento estaba al alcance de casi todo el mundo, y a su manera la música contribuía a intensificar la felicidad que indudablemente reportaban el ejercicio físico y la sensualidad. ¿O acaso no era ejercicio físico bailar? ¿Y no predisponía al amor una canción romántica o a la armoniosa convivencia una suave melodía? Además, era difícil imaginar que se pudiera abusar de ella del mismo modo que se puede abusar de otros placeres con el riesgo de infelicidad que ello conlleva.

En eso estuvieron todos bastante de acuerdo, incluso en el hecho de que la actividad de un músico contribuía no solo a su propia felicidad, sino también a la de los demás. De modo que no tuvieron inconveniente en situar la música un peldaño por encima de los placeres anteriores por lo que a su aportación a la felicidad se refiere.

Por último, le llegó el turno al cuarto amigo, el escritor, que también defendió con vehemencia su afición, o quizá oficio, ya que no sabemos si se ganaba la vida con ello, y explicó con precisión el gozo de dar con la palabra justa, de poder relatar, entre otras cosas, las sensaciones y las emociones que tan bien habían descrito el deportista, el vividor y el músico, y así ponerlas al alcance de todos.

Los otros tres no pudieron sino estar de acuerdo con las bondades de la escritura aunque ellos no solieran practicarla activamente, al tiempo que reconocieron que la posibilidad de leer, de uno u otro modo y cada uno según sus inclinaciones y preferencias, enriquecía sus vidas y les aportaba toda índole de beneficios espirituales y de utilidades materiales.

En resumidas cuentas, y siempre dentro del buen talante que había presidido la reunión, al final no tuvieron más remedio que admitir que existían suficientes discrepancias entre ellos como para impedirles decidir cuál de los cuatro podía considerarse más feliz.

—Ya que no podemos decidir qué fuente de felicidad es la mejor —intervino el músico—, sugiero que nuestro amigo escritor deje constancia de esta conversación pensando en aquellos que nos han de suceder y que sean ellos quienes lo dilucidan en el futuro.

—Eso es exactamente lo que acabo de hacer —respondió el escritor—. He ido escribiendo a medida que ibais hablando.

### *Moraleja*

---

Quizá no se puedan llegar a clasificar, comparar y jerarquizar los distintos tipos de felicidad, pero el mero hecho de intentarlo sin duda resulta, como mínimo, placentero.



## LO QUE HAY QUE VER

*Un verdadero espíritu de rebeldía es aquel que busca la felicidad en esta vida.*

*Henrik Ibsen*

—¡Quique, anda, despierta a tus hermanos y acércame la cesta de *picnic*.

Quique entra como un rayo en la cocina y empieza a lanzar preguntas:

—¿Has hecho tortilla? ¿Con cebolla? ¿Y filetes empanados?

Después llega la ráfaga de admiraciones y propuestas:

—¡Qué bien huele! ¡Y tarta de manzana! ¡Jo, mamá, qué bueno! ¿Tú sabes si hay un río? Por si acaso, voy a coger los trajes de baño y la caña de pescar, a ver si hay suerte y pesco una trucha.

Por último, se dispone a despertar a sus hermanos. Con Eva es fácil, a ella también le encantan las excursiones al campo. Con Álex la cosa es más difícil. Consigue que se levante, pero con una cara de pocos amigos capaz de amargarle el día a cualquiera:

—Que ya voy, que no sé qué os da con el campo, que parecéis hormigas locas, todos corriendo de aquí para allá. Ya dije que no quería ir...

—Venga, que luego te lo pasas bien. Yo llevo el balón y más cosas...

Álex mira a su hermano pequeño como si fuera un extraterrestre y se encierra en el baño. Durante el viaje se aísla con los cascos y las gafas de sol. En el coche, Eva y Quique disfrutan mirando y fotografiando el paisaje. De vez en cuando llaman inútilmente la atención de su hermano Álex.

—Álex, mira a tu derecha: un ciervo.

—Álex, mira ahora a la izquierda: una cascada inmensa.

Álex sigue sin responder a las invitaciones de sus hermanos para disfrutar del paisaje. Al bajar del coche, su padre le hace un aparte. Él sigue con su aire de *zombie* inmutable, oculto tras las gafas y el flequillo, y un gesto entre altivo y perdonavidas.

—Álex, hijo, no iría mal que cambiases de actitud y miraras las cosas con un poco de ilusión. Recuerda que tú también fuiste pequeño. Haz un poco de caso a tus hermanos.

—Cuando era pequeño tampoco me enloquecía salir. Acuérdate tú de cómo me aburrían las excursiones... ¡A ver si cumplo ya diecisiete y me dejáis hacer lo que quiera!

—¿Por ejemplo? —Su padre está ya un poco harto del tema.

—Oír música sin que nadie me moleste y despertarme a la hora que quiera.

—¡Un plan apasionante! Sobre todo si es lo que haces cada día.

Después de una larga caminata y un fabuloso almuerzo, todos emprendieron el camino de vuelta. La excursión había transcurrido entre un centenar de «Qué asco de...» que Álex dedicó a las piedras, ramas, viento o moscas, los correspondientes «Mira» admirativos lanzados por un Quique exultante, y más de cien clics de la cámara de fotos de Eva. Los pequeños regresaban cargados de imágenes, energía y un par de brillantes truchas para la cena. Álex sigue encerrado en su mundo, sus cascos y sus gafas. Ni el grito de Eva le saca de ahí:

—¡Álex, cuidado!

Tarde. Álex acaba de pisar una humeante boñiga de vaca...

—¡Qué asco de vaca!

—¡Y de gafas oscuras! —añade su padre—. Si te las quitaras más a menudo seguro que lo verías todo mucho más claro...

Todos ríen. Álex reacciona y se quita las gafas:

—Bueno, ya necesitaba otras bambas. Venga, Eva, enseñame esas fotos. ¡A ver qué me he perdido!

## *Moraleja*

---

De alguna manera, la felicidad es el arte de cultivar la mirada, de conseguir que todo siga sorprendiéndonos como si lo viéramos por primera vez.



## EL PAÍS DE LOS UNOS

*Dios ha puesto el placer tan cerca del dolor que muchas veces se llora de alegría.*

*George Sand*

Carla asoma la cabeza tímidamente por la puerta y observa a su madre. Está guapa cuando se pone a teclear en el ordenador como poseída por una fuerza galáctica. Puedes hacer todo el ruido del mundo, que no se entera. Tiene eso que su profesora dice que es tan necesario para enterarse de todo en clase y obtener buenos resultados: concentración. Aunque, si no se entera también se debe en parte a la tecnología: esos cascos que la aíslan del mundo y la conectan directamente con su música favorita. Son impresionantes, de color verde manzana y le dan un aire de heroína supersónica.

A Carla le gustaba más cuando ponía la música a todo volumen y la compartía con ella. Lo mejor era cuando bailaban antes de la cena. Pero su madre optó por el aislamiento, otra palabra que su profesora cita mucho, pero con un tono negativo: «No debemos aislarnos, hay que comunicarse».

Carla no puede aguantar más, se acerca y le toca el hombro. Su madre se quita los cascos y le sonrío, y Carla se anima:

—¡He ganado el premio de redacción, toma! —y le entrega su obra.

Su madre lee el título, se ríe y comenta:

—No te han corregido la ortografía en el título: es *El país de los Hunos*, el de Atila y ese caballo suyo que por donde pisaba no crecía la hierba, ¿no? Pues va con hache.

—No, mamá, es *El país de los Unos*. Los que no son los Otros, no sé cómo explicarte...

Mejor te lo leo para que lo entiendas:

«El país de los Unos era una isla aislada en mitad del océano. Los Unos se habían instalado allí porque así los Otros no les molestaban con sus dudas, preguntas, invitaciones a fiestas o músicas estridentes. Los Unos eran autosuficientes y estaban muy seguros de que solos estarían más libres y su felicidad aumentaría, así que decidieron aislarse.

Para no molestarse entre ellos, siempre llevaban cascos aislantes. Para no ir a las tiendas, cultivaban y cocinaban sus alimentos. Para no salir a la calle, jugaban solitarios o representaban comedias ante un espejo... Eso sí, atendían a sus hijos para que fueran buenos Unos. Tres veces al día, se quitaban los cascos para instruirles.

Todo iba bien hasta que la pequeña Caruna hizo una pregunta molesta: “Si no nos comunicamos con los Otros, ¿cómo sabemos que somos más listos y más felices que ellos?... A lo mejor vivimos en un engaño y somos los más tristes del universo”. Sus padres se quedaron con la duda.

Al día siguiente, una visita inesperada a la isla confirmó la teoría de Caruna. Un barco llegó por sorpresa al puerto. Los pasajeros eran Otros, que bajaron sonriendo, repostaron y al despedirse dijeron unas palabras que cambiaron el destino de los Unos:

—Cuando os canséis de esta pequeña isla aburrida, podéis visitarnos. Hemos descubierto el “Desaislante” y la “Yateentiendo”: dos avances para la humanidad que no podéis ni imaginar. Es extraño que podáis vivir sin ellos.

La curiosidad hizo efecto: los Unos entendieron que no podían avanzar ni ser felices si se aislaban y regresaron con los Otros.

—¿Te ha gustado, mamá? ¿Por qué lloras?

—Porque me encanta la historia, pero me gusta mucho más mi hija. Toma —le acercó los cascos y subió la música que escuchaba— y escóndelos para siempre. ¿Bailamos juntas para celebrar lo feliz que me has hecho?

## *Moraleja*

---

Compartir pequeñas cosas nos hace felices. Debemos enseñar a nuestros hijos que felicidad y aislamiento son incompatibles.





## EXALUMNOS

*El pensamiento no es más que un relámpago en medio de una larga noche, pero ese relámpago lo es todo.*

*Henri Poincaré*

—Así que al final estudiaste Filosofía pura. Pues no, no lo sabía, te había perdido la pista completamente. De hecho, no me extraña que escogieras Filosofía, en el último año del cole ya apuntabas maneras.

—¿Ah, sí?

—¡Y tanto! Te gustaba llegar al meollo de las cosas. Recuerdo que solías empezar tus intervenciones con un «Yo diría que el *quid* de la cuestión es...» y hala, todos a buscar el *quid* de marras hasta que nos hartábamos de darle al coco y nos íbamos a echar unas partidas de millón.

—Pues, mira tú por dónde, todavía lo digo. A mis hijos se les escapa la risa cuando lo oyen. Pero bueno, mira quién habla, para sacarle punta a todo y buscarle tres pies al gato, tú no te quedabas corto precisamente.

—¿Tú crees?

—¡Anda que no! Cuando discutíamos algún tema eras de armas tomar. Si no veías clara la lógica de un razonamiento, no te rendías hasta desmontarlo. O sea, que tampoco me he extrañado cuando me has dicho que acabaste estudiando para ingeniero de caminos.

—Es que si la lógica falla, se hunde el puente...

Los dos se habían encontrado en la misma aula de pura casualidad. Ambos estaban recién jubilados y ambos se habían matriculado en Geografía. Por gusto. Por aquello de la nostalgia de aprender y porque siempre habían mantenido vivo el gusanillo de la curiosidad. Y ahora que las circunstancias les permitían volver a la universidad..., ¿por qué no?

—Oye, por curiosidad, ¿qué dirías que ha sido lo mejor de tu vida de filósofo? ¿O debería decir de filósofo profesional?

—Bueno, profesional... Profesional hasta cierto punto; yo me he ganado la vida dando clases en un instituto. Y, sí, reconozco que lo he pasado la mar de bien. Sobre todo cuando podía dar clase de filosofía, que es lo mío. Pero bueno, sea como sea dar clases es muy estimulante y me ha dado muchas satisfacciones. ¿Y a ti? ¿Te ha ido bien de ingeniero?

—Sí, sí, ya lo creo. No me puedo quejar. He trabajado en proyectos que eran una pura delicia. Y luego, cuando contemplas lo que tú y tu equipo habéis construido, da mucha satisfacción.

—Ves, eso a los docentes no nos resulta tan fácil. Aunque, a ver, sí que a algunos de mis alumnos les he podido seguir la pista y, cuando he visto que descollaban en algo, no he podido por menos que sentir un punto de orgullo: «algo habrás hecho bien», me he dicho a mí mismo.

—No lo dudo, pero no me refería exactamente a eso, quizá no he formulado bien la pregunta. Me refería más bien a qué es lo más importante que te ha aportado tu vida como, no diré profesional de la filosofía si no quieres, pero sí especializado en filosofía, si te suena mejor. ¿Qué idea o qué teoría te ha hecho más mella? Si tuvieras que elegir una, ¿con cuál te quedarías?

—Si tuviera que escoger... quizá me quedaría con el epicureísmo, una escuela filosófica griega que, así muy resumidamente, propugna la búsqueda de la felicidad a través de la gestión inteligente de placeres y dolores, tanto físicos como intelectuales.

—Es curioso que entre todas las escuelas filosóficas hayas escogido la que aborda principalmente el tema de la felicidad.

—Al menos es un tema agradable para filosofar sobre él.

—Cierto. ¿Y a ti? Ya dejando de lado la filosofía, llamémosla pura, ¿hay alguna teoría científica que te haya enseñado algo sobre la felicidad?

—Sí, ¿por qué no? La mecánica cuántica me ha ayudado a comprender que la felicidad no es un estado continuo, sino discontinuo. Nos llega en paquetitos, como los fotones.

—Lo suscribo. En resumidas cuentas, parece que ser feliz o no ser feliz es el *quid* de la cuestión, ¿no?

—Exacto. Creo que lo que dices tiene toda la lógica.

## *Moraleja*

---

La búsqueda de la felicidad, ya sea a nivel teórico o a nivel práctico, es el primer paso para llegar a encontrarla.



## DE PAR EN PAR

*Para lograr todo el valor de una alegría, has de tener con quien repetirla.*

*Mark Twain*

Querid@s mí@s:

Hoy me he levantado con un impulso irrefrenable de abrir mi corazón de par en par y compartirlo con vosotr@s. También he decidido no ocultar vuestros nombres como receptores, aunque sé que la mayoría os conocéis solo de oídas y algunos, ni eso. Al recibir este mail, supongo que much@s pensaréis que me ha dado un ataque súbito de lo que Alberto llama buzoneo esotérico-sentimental. Esos mensajes de adolescencia tardía con los que a veces nos invaden el correo de fotos con musiquillas «sentimentaloides» o textos pretendidamente emotivos que debemos remitir a otros treinta amigos, so pena de romper una cadena que promete los más excéntricos milagros o sortilegios. Nada de eso, ni sufro una regresión intelectual ni pienso someteros a ningún tipo de chantaje emocional.

Sigo instaurado en mi racionalismo de siempre, en mi rechazo a las frases hechas y en mi sana costumbre de no imponer gustos, ideas, costumbres ni presencias. Quizá por eso no os he presentado todavía, no me gustan esos eventos que reúnen a la gente más diversa con un motivo temático que pretendidamente

será del gusto de todos. Sois maravillosamente únicos y diferentes, y para cada uno reservo una parcela de mi tiempo, la mejor: la que me permite seguir creciendo, aprender de los que me rodean, compartir aficiones, disfrutar de mi tiempo libre y de la vida.

También es verdad que siempre he sido poco dado a efusiones afectivas, que much@s me echáis en cara un cierto desapego que compenso educadamente cultivando lo que Ada llama «el arte de mi sonrisa».

Llegado este punto, pensaréis que he caído víctima de un ataque de «juvenil egolatría», que me regodeo hablando de mí. Nada más lejos de mi intención, mi objetivo sois vosotr@s. Tod@s. Absolutamente tod@s.

*Pequeña digresión al margen:* el uso-abuso de la arroba va por Marga y porque no quiero hacer distinciones de sexo, edad, tipo de relación o de antigüedad en el orden de vuestra presencia en mi vida.

Hecha esta aclaración, continúo: Hoy me he levantado con una urgencia vital desconocida. No sé si es que se acerca mi cumpleaños y se supone que al hacerte mayor te haces más sabio o todo es cosa de mi sobrina Jana, esa filósofa concentrada en dos palmos de altura y cinco curiosos y preguntones años. La cosa es que hace un par de días me comunicó su último descubrimiento:

—¿Sabes una cosa? ¡He descubierto que hay palabras mágicas! Mira...

Yo pensé que iba a repetirme alguna variante actualizada de nuestro «abracadabra» o «supercalifragilisticoespialidoso», pero no. Mi pequeña filósofa se puso seria y dijo:

—¡Te quiero mucho! Son tres palabras mágicas, cuando mamá las dice dejo de llorar, no tengo miedo, me duele menos la barriga, me dan ganas de bailar y de dar besos. Es lo más guay. ¿A ti no te pasa? Mira, verás...

Jana se volvió a concentrar y me soltó un «te quiero mucho, tío» que ha tenido más repercusión que un libro de autoayuda. Sí, ahora que lo pienso, esto es cosa de Jana.

Sí, creo que habéis adivinado el motivo de este mensaje. A partir de ahora pienso ser más generoso con mis sentimientos, que no quiero tener que arrepentirme nunca de los abrazos que no di ni de los «te quiero» que no pronuncié, que la mejor forma de mantener fuerte y sano un corazón es abrirlo de par en par.

Mi mensaje es urgente, vital y necesario: ¡os quiero mucho!

## *Moraleja*

---

A veces damos por supuesto que los demás conocen nuestros sentimientos y no comunicamos nuestras emociones, pero recordar a alguien que nos hace feliz nunca es superfluo.



## NOMINACIONES

*¡Ojalá vivas todos los días de tu vida!*

*Jonathan Swift*

—Félix, ¿estás seguro de que si es niño quieres que le llamemos Félix?

—¿Por qué no? Felix quiere decir «feliz». ¿Y qué mejor presagio de felicidad que el propio nombre, que le acompañará toda la vida?

—No sé si me gusta. Me suena un poco a antiguo. O ni eso. Que yo sepa, no tenemos ningún antepasado en mi familia ni en la tuya que se llamara así.

—Bueno, tampoco tenemos por qué inspirarnos en los antepasados. No quisiera que se llamara Facundo, como tu padre. O Rigoberto, como mi abuelo.

—Por no hablar de Eufrasio ni de Cecilio, que también los hubo en mi casa.

—Quita, quita.

—En cambio, a mí no me importaría que se llamara Faustino, como tú.

—¿Como yo? Ni hablar. Imagínate cuando crezca y la gente preguntando todo el rato: «¿Qué Faustino? ¿El padre o el hijo?».

—Es verdad. No había caído.

—¿Volvemos a repasar el santoral?

—¿Otra vez? Ya lo hemos mirado del derecho y del revés no sé cuántas veces.

—Pues si no encontramos ningún nombre de santo que nos convenza, pongámosle cualquier otro nombre.

—¿Cómo cuál?

—Pues, no sé, por ejemplo... a mí me gusta «Junco». Es una planta simpática.

—¿Junco? Mira que eres raro. Aunque... bien mirado, sí, «Junco» es bonito. Pero, ¿y si nos sale un niño gordo?

—Vale, pues, pasando. Busquemos en el diccionario. Seguro que entre «ábaco» y «zurupeto» habrá alguna palabra que nos guste. Digo yo.

—Estaba pensando... que, puestos a buscar palabras que no sean nombres de santo, y si no queremos llamarle Félix, como decíamos al principio, le podemos llamar directamente Feliz.

—Eso. Para que le tomen el pelo en la escuela. Piensa que de feliz a infeliz no va nada: «¡Pásame la pelota, infeliz!».

—¡Jo, qué difícil!

—Espera. Dame el diccionario. Quiero saber de dónde viene la palabra «feliz», por cierto.

—Vendrá del latín, supongo.

—Pues sí, supones bien... ¡Uy! ¿Sabías que las palabras «feliz» y «felicidad» tienen el mismo origen que «fecundo» y «fémina», entre otras?

—¿«Fémina», dices?

—Aquí bien lo pone.

—Mira tú por dónde, ahora va a resultar que «mujer» viene a ser sinónimo de «felicidad».

—¡Ja! No estaría yo tan seguro. Pero estoy de acuerdo con que la idea es sugerente. Y lo digo yo, que soy hombre.

—Te reconozco el mérito. Pero algo de cierto hay en ello... Y no lo digo por ser mujer.

—Oye, pues, visto así..., ¿sabes lo que te digo?

—¿Qué?

—¡Que ojalá sea niña!

—Eso. Y la llamaremos Felisa.

—¿Felisa? ¡Ay, qué risa...!

—Oye, mejor dejémoslo para otro día...

### *Moraleja*

---

La felicidad, como cualquier otra palabra, tiene que llenarse de contenido, igual que un nombre no significa nada hasta que conocemos a

quien lo lleva.





PEQUEÑAS  
COSAS DE LA  
VIDA



*Hay algo que da esplendor a cuanto existe y es la ilusión de encontrar algo a la vuelta de la esquina.*

*Gilbert Keith Chesterton*

El tiempo es un factor determinante en nuestra vida. La vida está hecha de pequeños momentos encadenados y nuestra felicidad depende de cómo los afrontamos, de cómo sabemos hacer de cada hora la más importante de nuestra vida. Hay un tiempo para el trabajo y un tiempo para el ocio, un tiempo para disfrutar con la familia y los amigos y otro reservado para nosotros mismos. Ninguna parcela tiene la exclusiva de ser el medio ideal y excluyente donde podamos cumplir el objetivo de ser felices.

Cada uno debe descubrir esas pequeñas cosas que hacen más grande y plena nuestra vida, que nos alejan del terrible fantasma del aburrimiento y nos ayudan a no caer en expresiones nada deseables como «matar» o «perder» el tiempo. El objetivo es vivir el tiempo, sentirnos a gusto en él, ganarle a la vida cada segundo que nos ofrece. ¿Cómo conseguirlo? Hay mil maneras de hacerlo: hacer del trabajo no una obligación sino un medio para realizarnos; convertir el estudio en una fuente de satisfacción; mantener vivo el niño que fuimos, disfrutando de aficiones como una partida de ajedrez o de parchís; sentir la música como la forma más alegre de dejarnos llevar por un ritmo desatado o una emotiva sinfonía; sumergirnos en una película apasionante; dejarnos atrapar por una buena lectura; poner arte y amor en la preparación de una comida exótica; sentir el placer de una mañana soleada de invierno o de una tarde lluviosa; comprobar cómo nuestro cuerpo es una máquina perfecta practicando un deporte o resolviendo un enrevesado sudoku; salir de uno mismo para entrar en el apasionante mundo del arte, ya sea aprendiendo a pintar o descubriendo un nuevo cuadro en un museo...

La lista es interminable. La vida está llena de pequeñas cosas que nos ayudan a crecer y ser felices. Un mundo de sensaciones, sentimientos, emociones, conocimientos y aficiones nos esperan a la vuelta de la esquina. Solo es necesario abrir los ojos y el espíritu para descubrirlo y ser feliz.



## SIN COMPLEJOS

*La felicidad no es un ideal de la razón, sino de la imaginación.*

*Immanuel Kant*

Se necesita valor para hacerlo, sí señor. Una dosis tan grande de valor como sus generosas carnes. Está claro que en este momento solo yo la estoy mirando, que detrás de ella no hay nada más que hierba mullida, montañas lejanas y unos cuantos árboles, que cerca no hay ni una casa, ni un paseante, pero aun así... Yo sería incapaz de tumbarme desnuda en mitad del campo y eso que abulto mucho menos, nos deben de separar al menos veinte kilos, un pelín de desvergüenza y la ausencia absoluta de complejos. Mientras más la miro, más tonta me parece mi preocupación por mis michelines, cartucheras y demás aditamentos que me han ido invadiendo con el tiempo. Se necesitan un par de cuerpos serranos como el mío para conseguir el suyo, y míranos: ella tan terne, tumbada en cueros al aire libre y yo sufriendo cuando llega el verano, incapaz de comprarme ese bikini que tanto me gusta y acabando con otro discretísimo bañador negro. Nuevo, sí, pero idéntico al del año pasado.

Eso sí, tenemos alguna que otra cosa en común. Ella también es coqueta y por eso se ha dejado puestos el collar y la pulsera. También debe de ser soñadora, porque solo los soñadores apoyamos así la cara en la mano y lanzamos la mirada al aire, como si se nos hubiera perdido el sueño más hermoso más allá del fondo de una nube. ¡Ah, es maravilloso soñar sintiendo el aire fresco en la cara! Bueno, en su caso debe de ser aún más maravilloso... quizá por eso está así, satisfecha y pletórica, como si de la maja de Goya se tratara...

Esta mujer cada vez me admira más, y no puedo dejar de mirarla. Ahora que me fijo bien, no solo es excesiva en carnes y sueños, sino en lecturas. Solo los intelectuales son capaces de enfrentarse a dos libros a la vez. Nadie suele hacerlo, y menos en pleno campo y a cuerpo descubierto. ¡Ella sí! Los dos libros están abiertos, pero no consigo ver el título de ninguno. Ella tapa el que lee con su mano y no puedo ver qué pone en el que descansa en el suelo. Tengo buena vista, pero no me da para entrar en más detalle... ¿Será una novela rosa o negra? ¿Una biografía? ¿Y de quién? Me inclinaría por pensar que son libros de poemas... ¿El Rubén Darío más oriental de besos de fresa, odaliscas y princesas? *Haikus* no, demasiado esquemáticos, y mucho menos un tratado de astrofísica o economía. El aire de la escena es demasiado sensual para algo tan serio. Tampoco creo que sea un manual de autoayuda, se la ve bastante satisfecha... Quizá se trate de...

—¿Julia? ¿Tú no eres Julia Ortega?

Una mano en mi hombro y una voz sorprendida me sacan de mi ensueño. Dejo de observar a la lectora valiente de generosas carnes y miro hacia otra parte. Mi voz y mi cara también muestran sorpresa:

—¿Ana? ¿Ana Silva?

—La misma. Por lo que veo no hemos cambiado tanto desde que compartíamos banco en la Facultad. Nos hemos reconocido pese a algún kilito de más y nos siguen gustando el arte y los museos. ¿A ti también te gusta la *Mujer leyendo*, de Botero? ¡Este desnudo es espléndido!

—Sí, y terapéutico, ha terminado con mis complejos. ¿Tomamos un café juntas para recordar viejos tiempos? De paso me acompañas a la tienda de aquí al lado, tengo que cambiar un traje de baño negro por un fabuloso bikini de flores.

## *Moraleja*

---

El arte no es solo una cuestión de cultura. Disfrutar de una buena pintura nos puede ayudar a aceptarnos sin complejos, a pensar que unos kilos de más también pueden ser objeto de una obra de arte. Las mujeres de Rubens

y Botero parecen felices y muestran su generosa anatomía con una sonrisa.



## A MARES

*La felicidad ininterrumpida aburre: debe tener alternativas.*

*Molière*

—¿Ya estás otra vez llorando?

—Ya lo ves, y a moco tendido... A ver quién resiste sin mover un músculo tantas emociones. Creo que solo tú, que cada día me recuerdas más a John Wayne en *El hombre tranquilo*, o al Bogart impasible de *Casablanca*. ¡Qué compostura, guapo, a ti nada te altera!

—Cómo voy a alterarme, ni que fuera un blandengue. Si todo...

—Ni todo ni nada. O me dirás que no es para llorar ver que en tu vida todo se tuerce, que tienes que luchar contra una sociedad injusta, contra tu propio orgullo, contra el destino que parece tenerla tomada contigo, contra el qué dirán, porque todos te critican y te critican hagas lo que hagas...

—¡Venga, no te pongas trágica, que no es para tanto!

—¿No me voy a poner? Es un drama. Un drama tremendo. Te casas con el hombre equivocado porque el amor de tu vida se casa con tu prima y no te hace ni caso, pierdes tu nivel de vida y de ser una mimada te conviertes en una estresada que pierde su encanto. Cuando abres los ojos y te das cuenta de que has sido una tonta, te sinceras, abres tu corazón, te declaras y...

—Y una guerra, que te olvidas del hambre y de la guerra, bonita...

—Eso, tú ponte ahora en tono Almodóvar. Pues no, no es precisamente una comedia...

—Mira que te conozco, pero todavía me sorprende que seas tan feliz llorando. Porque, cuando te pones sentimental, no es cosa de una lagrimita discreta, no. Que mi niña llora a cántaros; qué digo a cántaros: a mares. Que para grandes trágicas ni Meryl Streep ni

Bette Davis: *la fiera de mi niña*. Lo tuyo es de Oscar.

—A ver quién exagera ahora... Mi llanto está justificado, más que justificado.

—¿Justificado? Si ya sabías lo que iba a pasar. No me digas ahora que el final te ha pillado por sorpresa, que la hemos visto juntos por lo menos diez veces y te has zampado un cubo de palomitas y no sé yo si eso no va reñido con «pelis» como esta...

—¿Qué dices?! Las dos cosas son imprescindibles. Las palomitas no pueden faltar con un dramón como *Lo que el viento se llevó*. Así la gozada es todavía mayor. Sales del cine para comerte el mundo...

—O para ver otra «peli» en casa. ¿Hace una más moderna? ¿De miedo, por ejemplo? ¿O prefiere mi niña llorona una de aventuras con piratas o arqueólogos guaperas?

—No sé...

—¿Una de intriga política o financiera? Altos cargos corruptos, casas de lujo asiático, rubias despampanantes, empleados honestos y pelín patosos metidos a espías...

—Ahora me haces dudar más... A ver...

—¿Y una de miedo? De esas con música impactante, figuras amenazantes surgiendo de la penumbra, malos malísimos de la muerte...

—¡Venga! ¡Marchando una de susto y otra de palomitas!

—Lo que tú digas, Greta Garbo, y cuidado con los saltos que el sofá está para pocos trotes, y tú, cuando se trata de meterse en una historia, no te andas con chiquitas.

## *Moraleja*

---

El cine nos brinda la oportunidad de vivir otras vidas, conocer otras gentes, identificarnos con formas de vida diferentes. Una buena película no es solo una forma de diversión, es un ejercicio de empatía que nos ayuda a ser más felices compartiendo emociones y aventuras.



## EXTRAPOLAR

*La dicha de la vida consiste en tener siempre algo que hacer, alguien a quien amar y alguna cosa que esperar.*

*Thomas Chalmers*

No creo que importe mucho si lo que les cuentas es una cosa u otra, o si cada día les explicas una historia distinta. Para mí que lo importante es el tono que utilices, la atención que les dediques, tu tiempo, tus mimos y tus caricias. Ya sé que lo ideal sería contarle a cada uno lo que quiere oír, aunque esto se me antoja más difícil, porque vete tú a saber... Pero, bueno, se puede intentar. ¿Por qué no? Por probar nada se pierde.

A ver: quizá los haya que quieren que les hables de su país de origen, de cómo hace muchos años sus antepasados cruzaron océanos y desiertos para llegar hasta ti, cómo generación tras generación han aportado lo mejor de sí para contribuir a tu felicidad y a tu sustento, cómo han sabido convivir con otros seres de naturaleza y procedencia muy distintas, ya fueran recién llegados como ellos o asentados desde tiempo atrás. Otros querrán que les hables de su buen aspecto, que les examines detenidamente en busca de imperfecciones y que hagas lo mejor que sepas para pulírselas y dejarlos rutilantes e impecables. Y tratándoles sus dolencias si surgieran, claro está.

También dicen que les suele agradar oírte cantar una canción, y si es infantil o incluso de cuna, o sea, una nana, todavía mejor. En todo caso, nada de estridencias. Y si cantar no se te da bien siempre te queda el recurso de hacerles escuchar tu CD preferido con la esperanza de que también sea de su agrado.

Seguro que todo ello, si se hace con sinceridad y convicción, no puede sino tener efectos positivos. Y, partiendo siempre de la base de que no les falte lo esencial: una alimentación sana y equilibrada y un entorno amable y protegido. Haciéndolo así, he conseguido en gran medida que den lo mejor de sí mismos.

Ahora puedo presumir de que los tomates y los pimientos de mi huerto son de concurso, que mis sandías y melones son la admiración de mis vecinos, con quienes los comparto generosamente, aunque quizá también lo haga por un punto de vanidad y no solo por generosidad puramente desinteresada.

Y si tratando a mis plantas así obtengo tan buenos resultados, ¿qué no conseguiría tratando del mismo modo a los animales?

¿O a mis congéneres?

### *Moraleja*

---

Esforzarse por hacer feliz a los demás  
es la mejor manera de ser feliz uno  
mismo.



## CON BUEN PIE

*¿Usted desea ser afortunado? Aprenda a sufrir entonces.*

*Iván Turgueniev*

No sé cómo dos hermanas pueden llegar a ser tan diferentes y seguir queriéndose tanto. Un día lo pensaré despacio. Me encanta teorizar. Como hacía mi padre, yo suelo dar vueltas a las cosas, tumbarme en el sofá y sumergirme en mundos hechos a mi medida, detenerme y recrearme en ese estado que por aquí llamamos «vagancia» y que los italianos han bautizado con el sugerente nombre de *dolce far niente*. Me levanto llena de ideas y con ganas de comerme el mundo. Lo primero que hago suele ser calzarme unas deportivas y lanzarme en busca de un café donde poner en orden las ideas. Suelo volver con algún verso suelto, dos o tres apuntes de personajes, alguna reflexión filosófica. Como recompensa, me encuentro con montones de trabajo acumulado y miles de cosas por hacer que estresarían a cualquiera que no posea un secreto clave, nuestro sortilegio secreto.

Mi hermana es una mujer de acción que no se permite esos tiempos muertos. Heredó de mi madre el arte de poner todo en orden, de desmontar una casa para transformarla en diez minutos en un nuevo y acogedor espacio, de solucionar el imposible más imposible del mundo, de estar siempre fresca como una lechuga en mitad de la vorágine, de no dejar para después lo que pudo hacer hace una hora, de estar siempre al día con su agenda de compromisos. Eso sí, compartimos el placer de pasear, observar la vida y las gentes y pararnos ante el escaparate de las zapaterías.

Aquí nuestros gustos empiezan a ser muy diferentes. Yo no me salgo de mis modelos deportivos, nada sexys pero muy confortables. Mi hermana no puede resistir la tentación de alternarlos con taconazos de vértigo, sandalias extraplanas de fantasía y otras

coquetísimas extravagancias. Depende del día, al descalzarse sus pies parecen víctimas de una batalla contra el cuero y pasto de ampollas de las más variadas formas y tamaños. La coquetería tiene un precio, pero a mí este me parece excesivo.

Hoy es uno de esos días. Al volver a casa, con cierta urgencia por acabar el trabajo pendiente, me la encuentro agitando sus ampollas con dedos en el aire. El espectáculo es tremendo. Cualquiera estaría llorando y maldiciendo esos botines de punta fina y reluciente que descansan en el suelo. Preciosos sí, pero unos asesinos de pies en serie. Sin embargo, ella, tan fresca. Es inalterable. Bueno, lo inalterable es que también tiene un secreto clave, nuestro sortilegio secreto.

Solo con mirarme, ella comprende que mis ampollas están en el cerebro, en la zona que rige la responsabilidad y que anda alborotada y escociendo porque he vuelto a dejar para después lo que podía haber hecho antes. Sin mediar palabra, nos reímos, intercambiamos una mirada cómplice y nos ponemos en marcha.

Ella se dirige a la cocina y empieza a preparar un té exótico en nuestra tetera de flores. No sé si esta vez habrá galletitas, porque hemos empezado un régimen relativo. Mientras, yo convierto el baño en mi sala de operaciones y empiezo a llenar la bañera y un barreño amarillo con más flores que la tetera.

Como siempre, mi hermana me gana la carrera y empieza a sonar la música... ¿Jazz? ¿Bossa nova? Da lo mismo, lo importante es que esté todo a punto antes de que ella empiece a preparar la cena y yo acabe de poner al día mis papeles.

Echo un chorro de sales en la bañera y otro en el barreño y me dirijo con él al salón:

—El *spa* está en marcha...

Mi hermana levanta la taza de té y la choca con la mía:

—Por la abuela Carolina, que nos enseñó a ser felices a pesar del estrés y las ampollas.

## *Moraleja*

---

Encontrar un equilibrio entre el placer y las obligaciones y asumir las consecuencias de nuestros actos es una de las claves de la felicidad.



## ESTRATOCÚMULOS, CIGÜEÑAS BLANCAS... ¡Y MÁS ALLÁ!

*¡Qué cosa tan extraña es la felicidad! Nadie sabe por dónde ni cómo ni cuándo llega, y llega por caminos invisibles, a veces cuando ya no se la aguarda.*

*Henrik Johan Ibsen*

En mi juventud no existían ni internet ni nada parecido que te pudiera situar al instante en cualquier punto que escogieras del planeta, ya fuera una panorámica desde el Everest o la estructura molecular de un virus. Tampoco había satélites que a través del GPS te indicaran cómo llegar a la cascada más recóndita de un valle remoto, alpino, andino o filipino. Ni había la posibilidad de mandar una fotografía o una simple ocurrencia como no fuera metiéndola en un sobre, pegándole un sello y echándola en un buzón. Ni... Ya basta. Con esta breve lista de inexistencias seguro que ya me habréis ubicado en la franja de edad (curiosa expresión) que me corresponde, es decir, en la tercera: otra manera de decir vejez. Bueno, tampoco soy tan vieja, pero sí lo suficiente como para que a estas alturas no me encuentre con demasiadas fuerzas ni ánimos para viajar. Como que ya me pasó el tiempo. Y aunque tampoco lo lamento, porque he sido razonablemente feliz en otros muchos aspectos de la vida, en cierto modo creo que es una lástima, porque viajar fue una de mis mayores ilusiones. Las circunstancias —hijos, problemas familiares y de salud— siempre me lo han impedido. Pero, a falta de internet y GPS, existían entonces cartas y postales, las que te mandaban los amigos cuando se acordaban, y había mapas, sobre todo mapas. Todo ello, unido a mi poder de imaginación, suplía bastante satisfactoriamente mis limitaciones como viajera.

No sé cuándo aprendí a leer los mapas, pero debió de ser de muy jovencita. Era tan fuerte el poder de evocación de los nombres de países y lugares, de los ferrocarriles y carreteras y de toda la panoplia de signos convencionales (¿aún se llaman así?), que mirando un mapa me sentía literalmente transportada a cualquier rincón que escogiera. A menudo, el efecto que me producían era más intenso que el de los relatos de viajes, que ni que decir tiene también disfrutaba, pero un mapa... ¡ah, un mapa! Un mapa era para mí como la partitura de un viaje, un pentagrama que contuviera todas las notas de una obra musical, ya se tratara de un solo de flauta pastoril y bucólico o de una sinfonía romántica para tropecientos instrumentos. Era una partitura que leía con fruición y que hacía sonar dentro de mi cabeza, una y otra vez a mi antojo.

Cuando me hallaba impregnada de esa especie de fiebre viajera imaginaria, virtual que diríamos hoy, tenía por costumbre salir al aire libre a ver las nubes, y me montaba en ellas —también virtualmente, claro— para acompañarlas con mi imaginación a todos aquellos lugares que recordaba haber visitado desde el sillón de mi comedor. Y así aprendí a distinguir entre cúmulos, nimbos, estratos y cirros, y sus distintas combinaciones.

Hasta que un día, no hace tanto de ello, cruzó ante mi ventana una bandada de pájaros que parecían seguir un rumbo perfectamente marcado, como si supieran exactamente a dónde se dirigían. ¿Serían patos? ¿Cigüeñas? ¿O quizá grullas? Nunca lo llegué a saber, pero, ¿cómo no se me había ocurrido antes? Si, además de seguir la errática deriva de las nubes, seguía el desplazamiento deliberado de las aves, seguro que podría trasladarme a lugares más concretos, más reales, y además viajaría en su compañía y con una clara finalidad: la misma que las empuja a realizar esos larguísimos viajes estacionales. De modo que me aficioné a la ornitología, en su especialidad de aves migratorias. Desde entonces he aprendido mucho sobre el tema y lo mejor de todo es que no solo me he convertido en una erudita aficionada, sino que comparto mi afición con un montón de gente, tanto de mi entorno local como de los cuatro puntos cardinales, gracias a que las migraciones cubren todo el globo. Ni que decir tiene que ahora soy asidua de internet y de sus ilimitadas aplicaciones.

Además, a raíz de haberme interesado por el sistema de navegación estelar que usan, entre otros, las aves migratorias, he tomado gusto por la astronomía, que cuenta con tantos o más aficionados que la ornitología.

Y pienso que, si las nubes y los pájaros me han llevado a los confines del cielo y de la Tierra, ¿hasta dónde no me llevarán los planetas y las estrellas?

## *Moraleja*

---

En cualquier momento de la vida se pueden emprender nuevos caminos hacia la felicidad. Nunca es tarde para descubrir nuevas ilusiones.



## DIANA SE LIBERA

*No son las riquezas ni el esplendor, sino la tranquilidad y el trabajo los que proporcionan la felicidad.*

*Thomas Jefferson*

—Sí, mamá, que ya me acuerdo de llevarte los pantalones de José para que les cojas los bajos. Que no, que no me olvido. Ya se encarga él de irme dando también la tabarra con sus dichosos pantalones... Bueno, ahora ya es tarde para eso, con todo lo que tengo no voy a ponerme a aprender a coser, que por mucho que os empeñéis todos no tengo ninguna intención de ser perfecta... Bueno, un beso, te dejo que no sabes todo lo que tengo por hacer.

Diana colgó el teléfono. Respiró hondo y se dirigió hacia su estudio. Mientras duró la conversación con su madre habían entrado diez nuevos mensajes en su ordenador. Volvió a suspirar, se caló las gafas y empezó a leer:

«Hola, guapa, aquí tienes un nuevo texto para corregir. Recuerda que lo necesito urgente para mañana... Besos».

«Hola otra vez, me olvide de pasarte los planos de Brujas, Gante y Bruselas... Tendrás que traducirlos tú, que Alfredo se ha puesto malo. ¿Lo harás verdad? Confío en ti. Es para pasado mañana. Más besos».

«¿Qué hay, cariño? No puedo recoger a Javi, tengo una reunión urgente. El jefe está que trina. ¿Te ocupas tú, princesa? No sabes cómo envidio eso de ser autónomo... Besitos».

«Colega, te paso las ilustraciones. Échales una mirada antes de enviárselas a la editora, tú sabes mejor lo que le gusta, que la experiencia es un grado... Mil gracias y mil besos».

«Diana, bonita, te adjunto una duda de traducción, sé que lo tuyo son las correcciones en castellano, pero ya sabes que soy una insegura compulsiva y necesito tu aprobación. Besazos».

Diana se quitó las gafas y volvió a suspirar. Si no hubiera dejado de fumar hace ya un año, ahora estaría encendiendo un cigarrillo y castigando a sus inocentes pulmones. Ahora estaba libre de humos, pero esclava de sus compromisos. Hoy, la situación la superaba: la casa era una leonera, el trabajo se acumulaba y todos iban ciñendo el círculo a fuerza de mensajitos y de besos, besitos y besazos... Necesitaba tiempo y le sobraba tensión, así que cogió bolso y puerta.

Siempre que lo hacía, se producía un efecto mágico. Una especie de metamorfosis emocional infalible. Un día tendría que patentar la receta de su «Fórmula magistral para madres-correctoras-hijas-esposas-asesoras-autónomas estresadas acosadas por un mar de besos-cariño-querida exigentes». El nombre le parecía un poco largo, habría que buscar algo más breve y comercial, algo así como «Mímate mucho».

Pero eso también lo pensaría otro día. Tenía el tiempo justo para su terapia, el tiempo que quedaba hasta la hora de pasar a recoger a Javi y llevarle los pantalones a su madre. Unas tres horas.

Antes de salir, mandó un mensaje a todos los afectados por su decisión. Su marido, su editora, el ilustrador novato, la traductora insegura, su perfeccionista madre...

Todos recibieron el mismo texto con una sonrisa:

«Queridos míos,

No intentéis comunicaros conmigo en las próximas tres horas. Cumpliré lo prometido porque me encanta mi trabajo y os quiero, pero ahora tengo algo más importante que hacer. He decidido regalarme tres horas de mi precioso tiempo. Mientras leéis estas líneas, mis piernas me están llevando a mi parque preferido, ese donde el sol de invierno y los gorriones me esperan para dejar la mente en blanco y sentir cómo el fresquito de la tarde me despierta y mima mis neuronas.

Repito, cumpliré mis compromisos pero el trabajo pendiente puede esperar; conseguir la tranquilidad que me da felicidad, no.

Besos, besitos y besazos de vuestra Diana parcialmente liberada».

## *Moraleja*

---

Cuando la vida se acelera y amenaza el estrés, nada como regalarse con un descanso estimulante, tomar distancia

y emprender las tareas con nueva energía.



## EL INGREDIENTE CRUCIAL

*La felicidad es un artículo maravilloso: cuanto más se da, más le queda a uno.*

*Blaise Pascal*

Las guardo más o menos amontonadas en un cajón de la cocina. Me gustan porque son tan distintas entre sí, aunque todas, de un modo u otro, hablen de lo mismo.

Veámoslas: las hay recortadas de una revista, ya se trate de una revista de modas o del suplemento dominical de cualquier periódico; estas suelen traer foto. También las hay impresas con mi impresora o con la de otra casa. Entre esas, el tipo y el tamaño de letra varía mucho, desde la típica **Arial** —la que estoy usando ahora— o la **Times New Roman** hasta una fantasiosa *French Script*, pasando por una pretenciosa **ALGERIAN** o una tontorrón **Comic Sans**. Parece mentira la cantidad y variedad de tipos de letra que contienen los ordenadores. Tan variados como los manchones que inevitablemente acaban por adornar el papel en que están impresas: desde salsa de tomate hasta vino tinto —el que me estaba tomando mientras cocinaba—, pasando por sopa de puerros y crema de calabacín. Pero, sobre todo, de aceite. Y es que de las manchas de aceite no se escapa ninguna, por mí que se las pegan unas a otras. Y también las hay fotocopiadas, con sus típicos rayones y orlas negruzcas. Pero a las que más apego tengo es a las escritas a mano, bien por mi propia mano, las que yo algún día apunté al vuelo, o bien por la mano de otros —o más bien otras, porque la mayoría me les han pasado mis amistades femeninas, hay que reconocerlo—. Estas las prefiero a la más porque al volver a ver la letra de la persona que me la pasó, me acuerdo de ella con especial cariño. ¿Cómo no vas a acordarte con cariño de alguien que se ha esforzado en hacer tu vida más amena y feliz, introduciendo en ella nuevos sabores y texturas, y encima ha dejado constancia de ello por escrito?

Me estoy refiriendo, supongo que a estas alturas ya lo habréis adivinado, a las recetas de cocina. Podría continuar hablando de sus otros aspectos, como los tipos de platos que te invitan a preparar, ya sean carnes o pescados, entrantes o postres, criterios bien racionales por los cuales me he propuesto ordenarlas un día de estos, es decir, seguramente nunca. Pero bueno, al fin y al cabo, a no ser que seas un cocinero profesional, la racionalidad no suele ser el ingrediente principal de los platos. Al menos de los míos, aunque ya me gustaría.

Y hablando de ingredientes, hay algunos, circunstanciales podríamos llamarlos, que ocasionalmente también aparecen en las recetas, en general a título de recomendación: en qué momento del año, o hasta del día o de la noche, una determinada receta sabe mejor. O incluso en qué lugar, si junto al mar, en medio de la nieve o al lado de una fuente fresca y cantarina.

Pero en toda receta siempre hay un ingrediente que echo en falta, el que creo que marca toda la diferencia: con quién la compartes. Porque si dicen que la felicidad compartida es la felicidad multiplicada por dos, nunca ese dicho ha sido más cierto que ante el plato que uno mismo ha preparado.

## *Moraleja*

---

Del mismo modo que compartir una pena es partirla por la mitad, compartir una felicidad es multiplicarla por dos.



## EL PESCADOR DE ESTRELLAS

*He aprendido que estar con aquello que me gusta es suficiente.*

*Walt Whitman*

Compartimos guardería, catarros, juguetes y rabieta. Bueno, en este último caso lo de «compartir» es un decir, que las rabieta siempre eran de Berto. Tenía mal conformar y ya apuntaba maneras de quejica; yo simplemente las sufría e intentaba consolarle pasándole sucesivamente el chupete, algún cromo o lo que me quedaba de mi helado favorito.

Luego llegó el instituto, las clases con pizarra, las libretas sin rayas, los exámenes, esas terribles pruebas que sacaban a la luz el peor Berto: se mordía las uñas, imaginaba catástrofes académicas, como una inundación de ceros, o castigos aterradores, como verse privado para siempre de su bici o del telescopio que le regaló su abuelo. Yo tenía menos que perder si suspendía: no tenía bici ni telescopio y me conformaba con ver de lejos las estrellas o reflejadas en el mar. Nunca he sentido demasiado apego a las cosas materiales.

Aquellos años consolidaron una amistad que la selectividad puso a prueba. Berto estaba alteradísimo y daba el palo con su teoría de que poner los exámenes antes de vacaciones era una estrategia para amargarnos la vida desde pequeños y someternos a un régimen de estímulo-respuesta como al perrito de Pavlov, y que nadie tenía derecho a cortar una vocación por unas décimas de más o de menos. Al final, llegó el día señalado. Fuimos juntos a por las notas, pero él me envió por delante:

—Anda, mira tú, que no te alteras por nada.

Y miré... Las décimas de menos eran las mías, claro. El egocentrismo de Berto consiguió enfadarme por primera vez cuando me dijo:

—¡Eres un tío con suerte! La nota te ha resuelto la duda que tenías entre Física y Medicina. ¡A Física y sin más dudas por resolver! En el fondo te han hecho un favor... A mí, sin embargo, me sobra nota, pero han jorobado mi meta personal: necesitaba un par de dieces y nada.

No le contesté. Me di la vuelta y empecé a caminar. Oí que me llamaba, pero no me inmuté. Seguí caminando.

Nuestros encuentros posteriores fueron cada vez más esporádicos. Yo terminé la carrera, me casé, tuve dos hijos y fui combinando mi trabajo en una empresa de investigación óptica con mi vocación de poeta. Llevo tiempo sin ver a Berto, pero ayer recibí una llamada suya. Quería recordar viejos tiempos. Bueno, ese fue el anzuelo.

Nos encontramos en la cafetería de un hotel de cinco estrellas. Berto es una promesa política y ha recalado aquí por su campaña electoral. No entendía mucho su interés por verme, pero enseguida entró al trapo:

—Chico, hay que ver qué genio sacaste el día de la selectividad. No te he llamado más veces por temor a que me dijeras algo gordo, pero ahora te necesito precisamente por tu carácter. Quiero a alguien que dé la cara e inspire seguridad, quiero que seas mi director de comunicación, que hagas lo que hacías conmigo para que no me hundiera: engañarme y hacerme ver lo que no era. Vamos, convertir un fracaso o un error en un «Aquí no pasa nada». Además, eso de los versos y el diseño de microscopios y telescopios no es muy apasionante. Te ofrezco acción, poder y el doble de lo que ganas ahora.

—Lo siento, pero no tengo ese tipo de ambiciones. Además, lo mío no era engaño, sino convicción y, a la vista está que has triunfado...

—Y tú también puedes hacerlo, si te subes a mi barco...

No pude reprimir una sonrisa paternalista, me pareció un niño perdido cuando solté mi última frase:

—Vuelves a equivocarte, yo también he triunfado y no abandonaré mi barco por nada del mundo. He tardado cuarenta años en diseñar un modelo especial que me permite seguir soñando mientras me dedico a pescar estrellas.

## *Moraleja*

---

Ser feliz sin estorbar el derecho a la  
felicidad de los otros, sentir empatía

y entender que la felicidad no es un bien que pueda comprarse es un éxito emocional y social.



## UN RAYO EN LA TORMENTA

*Buscamos la felicidad, pero sin saber dónde, como los borrachos buscan su casa, sabiendo que tienen una.*

*Voltaire*

Hasta que di con ella, mi vida fue como una de esas películas con joven aprendiz de artes marciales dándole la tabarra a su anciano maestro oriental. Siempre que veía a alguien que parecía poseer el secreto tesoro que yo buscaba, le atosigaba con preguntas como el más impertinente periodista del corazón aborda a un famoso de moda. Había una sustancial diferencia, claro: yo no pretendía sacar provecho económico ni desposeer a nadie de su intimidad. Lo que yo quería era aprender de ellos algo que para mí era vital.

El camino fue arduo, mientras más la buscaba, más me perdía en la espesura de la incompreensión y más me alejaba de mi objetivo: ser feliz.

Mi primera víctima fue mi madre. Tenía solo siete años y la dejé perpleja con mi pregunta. Ella tampoco se quedó corta y me dejó de piedra con su respuesta:

—No sé, hijo. Yo a tu edad lo conseguía jugando, como tú.

Yo jugaba, pero no me parecía suficiente y empecé a hacerlo con más empeño, poniendo en ello toda mi atención y energía. El resultado no pudo ser más contraproducente: cada vez que perdía al parchís o que mis hermanos descubrían mi escondite me enfurecía y pillaba unas rabetas de mil demonios.

Con mi padre lo intenté el día que cumplí trece años y no me fue mejor:

—Hijo, el secreto está en el trabajo bien hecho, tener la conciencia tranquila, cumplir con tus obligaciones e irte a la cama sin tener nada de lo que arrepentirte.

Esto me pareció más serio. Yo siempre me iba a la cama con la cabeza llena de preguntas sin respuesta y cierto miedo a quedar mal en clase al día siguiente. Me propuse cumplir sus instrucciones al pie de la letra: me esforzaría en ser el primero de la clase y no discutiría con mis hermanos, que luego siempre me arrepentía de lo que había dicho. La educación física y el dibujo dieron al traste con mis aspiraciones: no se podía conseguir una obra peor hecha que mis dibujos ni algo más patoso que mis actuaciones gimnásticas. No, para mí ni el trabajo, ni el deporte, ni el dibujo eran la respuesta que buscaba.

Pasé años dándole vueltas al tema en solitario y leyendo mucho. En COU me armé de valor, vencí mi timidez en clase y me encaré a mi profesora de literatura. Tenía un humor excelente y parecía tener la clave que buscaba. Su respuesta también me desilusionó:

—Para mí, el secreto está en la literatura, el arte en general, aprender cosas nuevas y comunicarlas...

Yo también leía, me gustaba el arte y me comunicaba. No, todos tenían que ocultar algo, debían de reservarse el auténtico secreto de la felicidad para ellos mismos, pues no había una relación causa-efecto en lo que decían. Yo lo hacía igual, y nada, seguía necesitando saber qué hay que hacer para ser feliz... Todos parecían cada día más felices mientras yo me iba desesperando por no encontrar respuesta, sin dar con la fórmula de la felicidad.

Así, hasta que un día ella llegó a mí de la forma más inesperada. Saqué de la biblioteca un libro con un título nada poético ni filosófico: *Manual de patología digestiva*. En la página 76 di con una hoja amarillenta de cuidada caligrafía y con la clave tantos años buscada. Leí atentamente:

*¿Qué felicidad debo buscar? Ninguna. Buscándola se la espanta. Es como un rayo en la tormenta: existe a ratos, cuando ella quiere y cuando estás ahí para apreciarla.*

Yo era feliz jugando, estudiando, leyendo, hablando... hasta que pretendí que cada uno de esos actos fuera un medio, no un fin en sí mismo. Vamos, que lo mío con la felicidad hasta ese día fue una patología digestiva, no digería bien las ideas y seguía una dieta equivocada. La buscaba, sin saber que ella siempre había estado allí.

## *Moraleja*

---

Obsesionarnos por ser felices nos

impide ser felices. A veces somos felices sin saber que lo somos. El secreto es saber verlo y disfrutar cada momento.



## AMORES CURIOSOS

*Si en el nacimiento de un niño una madre pudiera pedirle al hada madrina dotarlo con el mejor regalo, este sería la curiosidad.*

*Eleanor Roosevelt*

Hace tres jueves que no viene y le echo de menos. Me gusta su manera de pasar las hojas del periódico, pausada y firmemente. Con una mirada atenta, te das cuenta del valor que le da a cada noticia. Es un movimiento mecánico y seguro: se ajusta las gafas, inclina ligeramente el cuerpo, da un sorbo a su café y se sumerge. El rostro, sin embargo, es impenetrable, no sabes si la noticia le alegra o le molesta, solo deja ver el interés que le provoca. He llegado a la conclusión de que debe de ser juez, hay algo especial en la distancia atenta que establece entre su persona y el entorno. Creo que Jaime también le echa de menos; de vez en cuando mira de reojo su mesa o la puerta de entrada.

De todas formas, hoy comparte el protagonismo de mis reflexiones con una conversación sesgada que llama mi atención:

—Haberlo dicho antes...

—Lo digo cuando lo siento. Estas cosas no se programan.

—Todo puede programarse, de eso depende el éxito o el fracaso de una empresa...

—Pero esto no es una empresa, esto era un sueño común...

La gente, a veces, habla como en las buenas novelas, esas que te atrapan con una frase sugerente. Por ejemplo, a qué se refiere esta pareja: ¿a su vida laboral? ¿A su relación amorosa? Solo te queda el sentimiento de frustración e incomunicación mutua. Los dos están sufriendo a su manera. Ella tiene una idea clara, no quiere herir, la expone dulcemente; pero él se niega a entender y emprende la peligrosa ruta de los reproches...

—No me hundas ahora, no puedes hacerme esto...

Ya está: el chantaje emocional. ¿Cómo puede uno negar la libertad de sentimientos de otra persona? No sé, quizá por eso he tenido siempre cierto miedo a implicarme demasiado emocionalmente, aunque no conozco un sentimiento más hermoso que el amor. Quizá por eso también he desplazado mis sentimientos a un amor más universal, al análisis de los sentimientos y a la observación del mejor paisaje que puede contemplarse: el rostro humano.

Desde pequeña sentía curiosidad por la vida de la gente y el porqué de sus reacciones. Estoy enamorada del amor, de la gente y de la literatura. Dicho así, puede parecer petulante, algo cursi o de culebrón, pero la cosa es así. Me pierden las baladas románticas, los boleros y disfrutar de un buen café mientras observo a la gente y escribo. Por eso escojo cafés confortables con un cierto toque decimonónico. Son el marco ideal para mi ejercicio de empatía con desconocidos, imagino su vida a partir de pequeños detalles, me identifico con ellos e incluso reprimo alguna vez mis deseos de intervenir. Es un placer instalarte por unos momentos en las antípodas de tu personalidad, vivir más vidas de las que vivirías en doscientos años. El placer aumenta cuando sabes que otros disfrutarán de tus historias y ampliarán también sus vidas empatizando contigo y con tus personajes.

He llegado a la conclusión de que se necesita mucho amor por el género humano en su conjunto para desarrollar esta sana curiosidad, para dedicarle parte de tu tiempo y tu energía a un desconocido que no volverás a ver... Por ejemplo, «mi juez». Está jubilado hace poco, ¿viudo? ¿soltero?... Otra conversación rompe el hilo de mis pensamientos:

—Hombre, don Miguel, ya se le echaba de menos.

—Nada, que he estado unos días con mi hijo en Londres. No es bueno estar siempre solo, y menos cuando te acabas de jubilar...

Sonrío para mis adentros, «mi juez» está bien y mis dotes de observación funcionan. El talento es, definitivamente, una cuestión de amor.

## *Moraleja*

---

La curiosidad puede llevarnos a la ciencia y al arte de saber cultivar la mirada atenta y amorosa al mundo que nos rodea, un ejercicio de empatía que

expande nuestra personalidad y nos  
depara la alegría de comprender a otro  
ser humano.





EN CLAVE  
DE AMOR



*El amor no es solo un sentimiento.  
Es también un arte.*

*Honoré de Balzac*

¿Qué tienen en común una buena tortilla de patatas, una relación de pareja satisfactoria y duradera y una estancia agradable en el hospital aunque nos hayan enyesado dos brazos y una pierna? A primera vista podría parecer una pregunta absurda, pero la única respuesta posible encierra una importante reflexión relacionada con la felicidad. Una comida excelente, un amor duradero y un recuerdo grato de los momentos difíciles siempre van ligados al amor que se pone en las personas que nos rodean y en todo lo que hacemos. Cocinar con mimo y cuidado, hacer que los nuestros se sientan amados o realizar nuestro trabajo con cariño es una buena actitud vital, pues el amor y la felicidad que aportamos a los demás vuelve a nosotros multiplicado.

La felicidad, como la vida, exige una buena dosis de valentía para desarrollarse plenamente. Mostrar nuestros sentimientos es la mejor manera de hacerlo. Las personas que no esconden sus afectos, que cultivan el arte de la sonrisa y que ponen amor en lo que hacen, consiguen una felicidad mayor y más continuada que los que temen mostrarse débiles al hacerlo. El mundo está lleno de seres en los que volcar nuestro amor, en el sentido más amplio de la palabra: desde una mascota abandonada hasta ese amor romántico que nos hace ver la vida de colores y con una ilusión renovada, pasando por el amor universal que volcamos en cada acto de solidaridad.

El amor a la vida y a nuestros semejantes debería ser una asignatura más en nuestra formación como seres humanos. Un abrazo en el momento adecuado, saber que alguien está dispuesto a ofrecerte su tiempo cuando lo necesitas, un mirada amable al entrar en una tienda o en una consulta médica..., son pequeños gestos que se consiguen con un corazón grande y generoso.

Si tenemos vocación de ser felices, debemos recordar que la vocación es el amor por un trabajo determinado. Un buen médico o un buen profesor no se consiguen solo con conocimientos, sino con amor por lo que tratan y lo que transmiten porque en el fondo el talento, como la felicidad también, son una cuestión de amor.



## NUNCA LLUEVE...

*¡La felicidad! No existe palabra con más acepciones; cada uno la entiende a su manera.*

*Cecilia Böhl de Faber*

Justo hoy, va y se pone a llover. Ya es mala suerte. Irá muy bien para el campo y para los ociosos que disfrutan buscando luego el arco iris, pero para los hombres de acción como yo, los días de lluvia deberían estar prohibidos. O, al menos, restringidos. Lo mejor que puedes hacer, cuando el cielo y las imprevisibles nubes deciden aguarte la fiesta —y nunca mejor dichoso—, es quedarte en casita, resguardarte detrás de un libro o una película y esperar a que escampe. En el exterior, todo es un puro incordio y un cúmulo de imperfecciones: no hay paraguas que te proteja del todo, ni pantalones impermeables que mantengan la elegancia, ni zapatos o botas de agua que no sean chillonamente horteras... Un asco, vamos. Y luego están los calcetines, siempre dispuestos a empaparse; y el pelo, que acaba de descomponerte la figura a base de encrespados, chafados y todo tipo de gracias antiestéticas...

Justo hoy, los efectos negativos de la maldita lluvia es lo peor que podría pasarme. He quedado con Julia después de diez años y, en lugar de admirar al glamuroso hombre de acción en que me he convertido, se va a encontrar con un pollito remojado y contrariado... ¡Una perspectiva tan poco seductora como saltar charcos! Seguro que ella siente lo mismo, una chica elegante y sofisticada como ella debe de estar sufriendo el doble que yo con este «calabobos» impertinente... Quizá por eso se está retrasando y no me llama, porque siempre ha sido discreta y poco dada a hablar por hablar. Efectos colaterales de la lluvia. El día que me declaré también llovía. Me dio unas educadísimas

calabazas, pero yo debí insistir. Estamos hechos el uno para el otro. Ahora lo tengo más claro, si dijo «No» es porque llovía... Eso pone de mal humor a cualquier ser inteligente y sensible. Como yo, como ella... No como esa mujer en remojo que se acerca...

—¡Raúl! Pensé que me llamarías para cambiar la cita. A ti siempre te ha puesto de los nervios la lluvia... Recuerdo el día en que te declaraste, le echaste la culpa al día gris y lluvioso, mientras yo intentaba convencerte de que éramos demasiado diferentes para ser algo más que amigos, que nos faltaba un toque de magia. Tú respondiste que la única magia que nos hacía falta era parar esa maldita lluvia y yo me eché a reír... Me alegra que lo hayas entendido y que podamos seguir siendo amigos, yo nunca podría elegir entre tú y la lluvia. La adoro, me llena de energía, saca lo mejor de mí, me permite lucir mis botas brillantes de colores, notar cómo se riza mi pelo y chapotear en los chacos del parque como una niña salvajemente libre... ¡Venga, un beso, que te has quedado mudo! No pude articular palabra. ¿Era ella? ¿Era mi Julia, la que hablaba sin pausas y manoteando subida en unas botas de un rosa indescriptible llenas de nubes de colores? ¿Era ella esa pelirroja que sacudía su gorra chorreante y mostraba entre risas la melena más encrespada e indómita del mundo?

—¿Raúl? ¿Te pasa algo?

Reaccioné, al final pude hacerlo y le lancé la pregunta más importante de nuestras vidas. Para eso estaba allí, para recuperarla:

—Pero, ¿de verdad te gusta la lluvia? ¿Tanto has cambiado?

Julia soltó una sonora carcajada, me pasó la mano húmeda por el flequillo y sentenció el tema:

—Mi querido urbanita de secano, ya te lo dije una vez. Ni tú ni yo hemos cambiado: somos amigos incompatibles.

Su beso se estampó en mi mejilla como un chorro de agua fría, pero no me resigno. Este cambio de mi princesa serena, discreta y elegante solo puede ser cosa de la lluvia, de los terribles efectos de la lluvia.

## *Moraleja*

---

Compartir las pequeñas cosas que nos alegran la vida, como disfrutar de un día de lluvia, es una fuente de felicidad.

Aceptar que no todos disfrutan con lo mismo con que nosotros disfrutamos es el mejor camino para encontrarla.



## FELIZ (AUTO)RETRATO

*Amar es encontrar en la felicidad de otro tu propia felicidad.*

*Gottfried W. Leibniz*

Todo empezó como una broma con mi amigo pintor en un momento de euforia ante nuestras respectivas perspectivas vitales. Las mías de tipo profesional, las suyas, de tipo artístico; pero la euforia era compartida.

Germán, que así se llama él, había acabado Bellas Artes y estaba lanzado: no solo quería revolucionar la historia de la pintura —bueno, eso lo digo yo; él era más modesto y no lo expresaba así, pero se le notaban las ganas de liarla parda—, sino además hacerse rico con ella.

—¿Tú sabes lo que se paga por un retrato de la familia real? —dijo en son de guasa.

—¿Y por qué no me haces un retrato a mí?

—Vale. ¿Cuánto me pagarías?

—Agradecimiento eterno —le contesté riendo.

La cuestión es que Germán aceptó el reto. Obviamente no lo hizo por dinero, porque había quedado claro que de eso no habría, pero sí se comprometió de hoz y de coz a hacerme un retrato genial, asegurándome que además sería fuera de lo común. Y que lo haría, como queda dicho, por amor al arte.

De modo que acepté posar en su estudio, con la condición de que yo no miraría el cuadro hasta que estuviese terminado. Así lo hicimos. Sentada ante él, yo me sentía cada vez más como una infanta privilegiada mientras a él se le iba poniendo cara de Velázquez. No, en serio, los dos nos lo tomamos muy a pecho y al final del séptimo día, con la máxima solemnidad, Germán dio el cuadro por concluido. Dejó los pinceles y me invitó a levantarme.

—Ya está. Ven, ya puedes verlo.

Me quedé muda. El cuadro era yo, pero no era yo. Era un cuadro en el que nada cuadraba, valga la expresión. Mis ojos eran y no eran mis ojos, mi sonrisa parecía la mía pero no del todo. Mis cejas y mi pelo eran en parte míos y en parte de otra persona. El cuadro no estaba mal, pero como retrato era un asco.

—¿Te gusta?

—Pues no. Para nada. Esa no soy yo. Parece que te lo hayas inventado todo. No sé por qué he perdido tanto tiempo posando.

—Tienes razón: no eres tú del todo, pero tampoco es cierto que me lo haya inventado. Aunque el porte general, el contorno de la cara y sobre todo del cuerpo eran indudablemente míos, los detalles, las partes, tal como he dicho antes, no cuadraban. Germán lo admitió sin ningún problema.

—Es verdad. Hay partes que no son tuyas.

—Entonces, ¿por qué dices que no te lo has inventado?

—Porque cada parte que no es tuya es de alguien que me ha hecho feliz en la vida. Los ojos son de mi madre, las orejas son de mi hermana pequeña, los labios son de mi primer amor...

Germán acabó de desgranar la lista de personajes queridos que habían contribuido a su felicidad, solo que para plasmarlos me había utilizado a mí de soporte. Tenía la incomodísima sensación de que me había usado de perchero.

—Pero ese no es mi retrato.

—Sí y no. He hecho un autorretrato de mis recuerdos felices. He combinado mi felicidad pasada con mi felicidad presente, que eres tú.

Mi desconcierto aquí ya fue total.

—Y otra cosa —añadió con una sonrisa malévola—: También quiero que seas mi felicidad futura.

Creo que hubiera preferido que se me declarara con un ramo de flores, pero le contesté que me lo pensaría. No todos los días se te declara alguien tan artísticamente.

## *Moraleja*

---

Deberíamos ser capaces de trasladar  
nuestra felicidad pasada hasta el

presente y, desde ahí, proyectarla hacia el futuro.



## El alma de la luna

*La vida es fascinante, solo hay que mirarla a través de las gafas correctas.*

*Alejandro Dumas*

Alma y Miguel recogen la mesa con movimientos precisos. No hablan ni se interfieren. Llevan ocho meses compartiendo piso con tres estudiantes más y han conseguido una convivencia correcta. Ahora llevan una semana solos, pero la chispa de la buena sintonía emocional sigue sin aparecer. En palabras de Alma a su mejor amiga: «Eficacia doméstica al 100%, grado de comunicación 0. ¡Mister Témpano es capaz de pasar horas sin hablar, con su ordenata y sus libros!».

La visión de Miguel no es más optimista: «Lo que yo te diga, Pablo, estoy deseando que vuelvan los otros al piso. *Doña Perfecta* es un cociente intelectual 180 mínimo, pero el emocional está bajo cero».

Como cada noche, abren sus respectivos ordenadores. Alba entra en su red social, busca su grupo, clicla sobre «Yo también comparto piso con tres muermos y un cubito», busca su avatar. Sonríe y espera. *Besos analíticos* estará a punto de llegar. Nunca falla, es tan tierno como puntual.

Miguel se quita las gafas, preocupado, rompe el silencio:

—¿Has podido conectarte?

—¿A qué? —pregunta sorprendida—. Yo estoy traduciendo un trabajo...

—Pues será publicidad, porque no para de sonar un «click-click» pesadito...

Alma baja el volumen y observa su pantalla. Nada, *Besos* no ha llegado. Raro. Se pone a enviarle mensajes... suena un nuevo «click-click».

—Mira por dónde —la voz de Alma parece irónica—, ¡a ti también te entra publicidad!

Miguel está abducido, no la oye. Deja escapar un «¡Bien!». Alma teclea. Se desconcentra. La emoción de Miguel la pone de mal humor. *Besos* carga con las culpas: «Otro que se echa para atrás —piensa—. Va a ser verdad eso de que las sabihondas ponemos nerviosos a los hombres». Se dirige a Miguel:

—¿Qué, has dado con una «megavacuna» para marcar un gol a la comunidad médica o juegas a los granjeros y has ganado cien mil coles?

Miguel pasa. Su ordenador pita enloquecido. ¡Diez mensajes de *Neurona emotiva*! «Esto va en serio», piensa. Abre el último: «Hoy he descubierto el secreto de la soledad de la luna. De lejos es demasiado brillante, tiene una forma perfecta, es previsiblemente cambiante. De cerca, es una piedra opaca y monótona. Eso deben de ver en mí los hombres, por eso huyen a la primera de cambio. Puede que tú también y no llegues a leer este mensaje...».

Miguel se pone serio. Teclea. Alma da un bote en la silla. Está ahí, *Besos* ha llegado. Ya no puede borrar el último mensaje. Seguro que se asusta, desnudar el alma siempre asusta. Mira la pantalla. Nerviosa, abre el mensaje: «Pues habrá que conocer a la luna de cerca. Algunos hombres sabemos ver la belleza y el alma de las piedras...».

Alma teclea: «Menos lobos. Seguro que tú también te quedas en la superficie lunar y das saltitos ridículos para evitar los cráteres. Seguro que, como mi compañero de piso, eres un cerebro con patas, sin corazón a juego...».

Miguel responde, algo picado: «Yo también pienso y sueño, ese es el problema. Luego solo das con superficiales irónicas, inteligentes sí, pero con un cubito de hielo en el centro del pecho, como mi comp...». Los mensajes se precipitan y entrecortan:

—Poeta estás...

—Más bien en la luna. ¿Bajamos? ¿Hace un café real?

—OK. Por mi casa hay un sitio perfecto: Café Hipótesis...

—¿Será el destino? ¡Vivo al lado! Diez minutos. Bufanda roja.

—¡Hecho! Boina negra.

Apagan sus ordenadores. Se cruzan sin verse. Se ponen los abrigos. Sonríen soñadores. Siguen sin verse. Llegan frente al espejo de la portería. Parálisis dual. Alma se gira, la vista clavada en la bufanda roja. Miguel habla directamente a la boina negra:

—Nunca pensé que la luna fuese tan emotiva.

—Ni yo que los cubitos fueran sensibles... ¡Venga! —Le coge de la mano—. Hay que tomar un café y revisar la teoría.

## *Moraleja*

---

Una mirada atenta a lo que nos rodea  
y no dejarnos llevar por los prejuicios  
nos permiten descubrir toda la belleza  
de nuestro entorno y que la rutina y el  
desinterés nos ocultan.



## UNA SETA EN LA NEVERA

*La mitad del mundo no puede comprender los placeres de la otra mitad.*

*Jane Austen*

—¡Venga, Gus, ámate! Seguro que te mola la fiesta. No todo va a ser deporte, currar y estudiar. Anda, Lisa, convence a este para que venga, que no hay quien le saque de noche.

—Chico, no te hagas de rogar, que pareces la Cenicienta: en casita a las doce y todo el día ocupado. La última vez que te vi de marcha fue en la fiesta de fin de curso del «Insti», hace la pila de años.

Gus sonrío y matiza:

—Dos años, hace solo dos años. Y las cosas han cambiado. Los estudios son más serios, uno se atreve a decir lo que le gusta sin miedo a que le llamen ñoño... —Tío, qué palabreja: ñoño. Si estás más *out* que pagar entradas para ir al cine... O empiezas a salir como todo el mundo, o te veo como una seta en la nevera: solo y «descolocao».

Todos ríen la gracia de Óscar, hasta Gus que sigue en sus trece y esgrime otro argumento:

—Que no, que os quiero mucho pero no me gusta salir de noche. Además, tengo que levantarme a las ocho, he quedado.

—¡Qué palo, macho! Yo hasta la una estoy tan ricamente en mi cama, que uno va para príncipe, no para «pringado» mañanero. Además, como no hayas quedado con Blancanieves, que esa sí madrugaba para hacer el desayuno a los enanitos... Para darnos un plante así, tienes que tener un «rollete»...

Gus no cede. Tato cierra el tema:

—Nada, que «el niño de los misterios» ha dicho no y es que no. Tú te lo pierdes y ¡suerte con lo que sea!

Gus se despide de sus viejos amigos. En el fondo les tiene cariño, pero la vida los ha ido distanciando. Él siempre se ha considerado algo diferente en sus gustos, pero ahora más. Antes de ir a casa, para en un bar, pide un café y saca una libreta. Empieza a escribir con una caligrafía tan revuelta como su pelo: pintura azul y blanca, rodillo, manzanas, levadura, canela y aceite «mágico»... ¡Ya está!

En casa le espera su madre. Le recibe con un beso y un delantal:

—Te he preparado todo para que hagas el pastel. ¿Has traído la levadura y las manzanas?

—Aquí están. ¿Has encontrado tú las velas? Adela va a alucinar cuando vea la fiesta que le hemos preparado. Eso sí, no te olvides de distraerla tú por la mañana mientras yo pinto su habitación de azul. Es mi regalo de cumpleaños. Siempre quiso vivir frente al mar y...

Su madre le interrumpe con un abrazo:

—Hijo, estoy orgullosa de ti, pero ¿no te gustaría más salir por ahí con tus amigos? Me he encontrado a Tato y me ha dicho que están preocupados por ti, que nunca te apuntas a sus fiestas... Gus, ¿eres feliz?

—¿Tú qué crees? Tengo amigos en clase y en el barrio, vamos al cine, juego al baloncesto... y tengo a Adela. No sabes cómo me alegra su sonrisa cada vez que la veo, ni la de cosas que aprendo con ella...

—Sí, pero Adela tiene más de ochenta años.

—Por eso mismo, lo de ser voluntario y ayudar a los mayores es un lujo. Tú les resuelves pequeños problemas y les pones al día, y ellos te cuentan historias increíbles. Además...

Suelta el delantal y guiña un ojo a su madre:

—Adela tiene una nieta de mi edad preciosa y un poco rarita, como yo. Vamos: otra seta en la nevera.

## *Moraleja*

---

Dedicar parte de nuestro tiempo a actividades deportivas y a colaborar en

el bienestar de los que nos rodean es la  
forma más sana de ser feliz.



## COMO LA SEDA

*En algún lugar bajo la lluvia, siempre habrá un perro abandonado que me impedirá ser feliz.*

*Jean Anouilh*

Hace unos años yo era muy reacia a compartir mi piso con nadie. Amo la libertad, soy bastante escrupulosa, no soporto los malos olores, llevo una vida organizada y no aguanto tener obligaciones después del trabajo. Eso de tener que salir a dar una vuelta al llegar a casa o después de cenar porque alguien espera que lo hagas me parecía un incordio. Y ya se sabe, una vez abres las puertas de tu casa, todo cambia. Los compañeros de piso son como los hijos. Tú eliges tenerlos y luego no puedes quejarte si no te dejan campar a tus anchas o dejan tu casa hecha unos zorros. Ellos también tienen sus necesidades, sus gustos, sus caprichos. Hay que estar para lo bueno y para lo malo, y asumir las consecuencias de tus decisiones.

Como también soy sociable y sentimental, un día me lié la manta a la cabeza y di un giro a mi vida. El primero fue *Aquiles*. Era el compañero perfecto: cariñoso, alegre, protector y bastante limpio. La convivencia fue perfecta mientras duró. Cambié de trabajo y de ciudad, y tuve que buscar un piso más pequeño. *Aquiles* se quedó con mi mejor amiga, que tenía más tiempo libre y más espacio.

Volví a estar sola y libre, pero esta vez echaba de menos poder volcar mi cariño en alguien como *Aquiles*. Eso pensaba un sábado por la mañana mientras corría por el campo. De golpe, se produjo el milagro: me encontré cara a cara con ella. Fue un auténtico flechazo. Tenía los ojos más tristes y la melena más descuidada que he visto en mi vida: un campo de pulgas, hierbajos y otros bichos que no quiero recordar. Mi

corazón dio un bote ante ese ser abandonado que me miraba fijamente. Acaricié su cabeza y ella empezó a dar tímidas muestras de alegría. Una voz desconocida nos sacó de nuestro ensueño:

—¡Qué raro! *Pulgas* no suele acercarse a nadie. Esta perra es asustadiza y, desde que llegó a la perrera, no hace más que lloriquear. No es como esos —y señaló a varios perros que correteaban tras una valla.

El hombre siguió hablando, mientras *Pulgas* se iba tomando confianzas conmigo: correteaba a mi alrededor, ponía su pata en mi cintura, acercaba la cabeza y, de repente, culminó su actuación con un acto que me ganó para siempre. Tomó algo de distancia y de impulso y, ¡zas!, colocó sus patas sobre mis hombros y me miró cara a cara. *Pulgas* es una perra pastor lanuda y altísima, y yo soy más bien menuda. Así que me ganó la partida. No pude resistirme.

Entre el veterinario y yo la hemos puesto a punto. Cada día está más guapa y lustrosa. Ahora parece una mascota de anuncio. No tiene *pedigree*, pero es de lo más fotogénica, resultona y coqueta.

Cuando salimos a pasear, todo el mundo se fija en su pelo. Ni hablar de ese nido de pulgas enmarañado y opaco. Las dos estamos orgullosas de su melena sedosa, tanto que a veces pienso que debería cambiarle el nombre. No sé, algo más acorde a su nueva imagen. Primero pensé en llamarla *Princesa*, pero no me cuadraba con su personalidad demasiado espontánea y juguetona. Luego pensé en algo más energético, como *Katrina*, porque cuando corretea levanta un airecillo algo huracanado y cuando se pone cariñosa hay que controlar sus fuerzas desmedidas. Luego casi me decido por *Seda*, en honor a su pelo y la buena sintonía de nuestra convivencia...

Al final tomé la mejor decisión: *Pulgas* será siempre *Pulgas*, para que no olvidemos el día que cambió nuestras vidas.

## *Moraleja*

---

Cuidar y proteger una mascota es mucho más que una afición o un capricho. El amor por los animales nos hace más humanos.



## UNA NARIZ DESPREVENIDA

*La suprema felicidad de la vida es saber que eres amado por ti mismo o, más exactamente, a pesar de ti mismo.*

*Victor Hugo*

Yo era una niña feliz y juguetona. Me inventaba historias de princesas, caballeros y dragones, mis adivinanzas eran la estrella en las fiestas de cumpleaños y eso me hacía además muy popular. Crecí sin complejos. Llevé con dignidad y orgullo mis prematuras gafas. Me daban un aire de protagonista de películas de esas en que una niña listísima se vengaba de unos niños malísimos con sus habilidades casi mágicas. A veces creo que fueron las gafas las que marcaron mi carácter y me convirtieron en una brillante estudiante de ingeniería. Eran unas gafas estelares, todos querían probárselas porque eran de lo más molón.

Mis problemas empezaron con otras gafas. Las gafas de Rodrigo que parecían ver lo que otros no habían visto nunca. Con su llegada a clase, mi vida dio un vuelco... Rodrigo era un pelirrojo capaz de revolucionar una clase en diez minutos, conseguir que castigaran a todos sin recreo y salir de rositas. Yo era su rival más declarada. No conseguía dominarme como al resto, incluido el más temible de los maestros: don Ramiro. La culpa de mi desgracia es de los dos y de un poeta de cuyo nombre no quiero acordarme.. Todo empezó con don Ramiro leyendo unos versos:

—«Érase un hombre a una nariz pegado, érase una nariz superlativa...». ¡Rodrigo, lea inmediatamente el papel que está escribiendo!

El profesor interrumpió la clase y todos miramos a Rodrigo, que se caló sus gafas verde lechuga y empezó a leer sin ningún miramiento:

—«Érase un león marino bostezando, entre los cuatro ojos de Marisa, la reina de las napias excesivas».

Las risas de los compañeros de clase remataron la faena. Don Ramiro intentó poner orden con una frase que me dolió aún más:

—Aunque Quevedo lo hiciera, no use usted sus dotes literarias para ridiculizar a una compañera, Rodrigo. Pida ahora disculpas.

Se disculpó, pero yo no oí nada. En mi cabeza retumbaban tres palabras: nariz, superlativa, excesiva. Desde aquel día, mi nariz se convirtió en mi centro de gravedad. Pasaba horas observándola. Fui a mis padres con el problema, pero se negaron a cortar por lo sano como yo pretendía:

—Qué tiene tu nariz... Bien bonita y personal que es... Si quieres cambiártela, cuando seas mayor...

Y así hasta hoy. Tengo veinticinco años y mi vida sería perfecta sin este apéndice desproporcionado que bloquea mis emociones. Hasta hoy, digo. Porque estoy esperando al hombre que resolverá mi problema para siempre. Se trata del ayudante del doctor Novoa, una joven promesa de las narices bellas y felices. Cuando entro por fin a la consulta, veo a un médico escribiendo. El color de su pelo me trae una reflexión: si un pelirrojo me hizo infeliz por mis narices, por narices también otro pelirrojo resolverá el problema. Sin mirar me pregunta:

—¿Está segura de querer cambiarse la nariz? Yo la encuentro perfecta.

Entonces levantó la cabeza. Ojos irónicos, montura verde lechuga, sonrisa socarrona... Habían pasado diez años, pero pude reconocerle... ¡Era ÉL!

—¡Rodrigo! ¡A mí no me tocas tú las narices, que bastante me has fastidiado! Antes de conocerte, nunca tuve problemas. Ahora solo quiero una nariz normal.

—Eso es imposible, cuatro ojos, tú nunca puedes ser normal porque eres única. Maravillosamente única. Y yo era un bobo que no sabía cómo decir que me gustabas..., sobre todo esa nariz llena de personalidad y de pecas...

Desde luego, desde hace diez años, desde hoy y para siempre, el destino de Rodrigo debe de ser cambiarme la vida.

## *Moraleja*

---

Nuestra felicidad también puede depender de cómo interpretamos las palabras y los gestos de los demás. No

hacer daño y no dejarse dañar son otra clave para ser felices.



## EN AMOR ARTE

*El amor alivia como la luz del sol tras la lluvia.*

*William Shakespeare*

«Después de la tormenta nos sentamos tiernamente abrazados en lo alto del cerro para contemplar el paisaje que se extendía a nuestros pies. A nuestro alrededor, algunos arbustos cuyas hojas todavía goteaban se erguían sobre la tierra empapada y la hierba reluciente. Pero sobre todo el olor, el aroma de musgo, húmedo y fresquísimo, que flotaba en el aire.

»Un aire limpio y transparente que aún parecía estremecerse por los recientes embates de la lluvia torrencial y el estruendo de los rayos que minutos antes habían desgarrado las nubes sobre nuestras cabezas. Lo que hubo entre nosotros no fue un flechazo, fue una descarga eléctrica de mil pares de amperios».

—Qué bien lo has contado. Aunque yo aquí quizá pondría «de un millón de voltios», queda más fino. Bueno, sigue, sigue.

«A lo lo lejos, hasta allí donde alcanzaba la vista y medio ocultos por las neblinas que permanecían pegadas al bosque, se entreveían los perfiles superpuestos de los montes más lejanos. Montes y nieblas componían un baile casi inmóvil en olas sucesivas de tonos verdeazulados, más desvaídos cuanto más distantes. En resumen, un festín para los sentidos. Estábamos en el cielo».

—Y que lo digas. El tiempo se detuvo. Fue un momento mágico, maravilloso. Lo has clavado.

—Espera, aún falta lo mejor.

«Y enmarcando gloriosamente toda la escena, un arco iris completo, definiendo un semicírculo perfecto. Y encima, un arco doble, para más recochineo».

—¿«Recochineo»? Creo que aquí no pega, mejor hubieras puesto «para más inri». O mejor nada. No lo sé, la escritora eres tú.

—Es que quería añadirle un toque algo desenfadado, como de humor, para que no quedara demasiado ñoño.

—Como quieras. Pero como pie de foto lo encuentro un poco largo.

—Bueno, es la primera foto que me hiciste, la del día que nos conocimos, y será la primera del álbum. Es una foto genial.

—Es que, como modelo, me inspiras como nadie.

—Y tú a mí, amor mío. Espera a ver lo que he escrito para la foto que me hiciste el día que fuimos a estrenar las bicis y pillamos viento de cola durante varios kilómetros. Y para la de aquella noche de la nevada inesperada, cuando las campanas daban un tañido seco, sin eco...

—Sí, ¡qué fuerte!

—Tus fotos se merecen textos sugerentes, descripciones... no sé, poéticas.

—El no va más: además de enamorados, artistas. ¡Qué suerte!

## *Moraleja*

---

El amor no solo proporciona mutua  
felicidad, también ayuda a despertar  
talentos recíprocos y aptitudes  
inesperadas.



## ESPEJITO, ESPEJITO

*Es más sencillo obtener lo que se desea con una sonrisa que con la punta de una espada.*

*William Shakespeare*

Lunes 7. 07:30

No estás mal. A esta hora nadie está para tirar cohetes, y menos a tu edad, pero tú lo llevas bastante bien. Ni ojeras, ni mal color, ni asomo de cansancio... Es más, creo que estás guapo. He tardado años en reconocerlo, pero creo que me gustas y soy muy crítico. Así que, ¿cómo va a resistirse nadie a tus encantos de ejecutivo agresivo?

Lunes 7. 21:30

¡Chico, menudas ojeras! Parece que te han caído treinta años encima desde esta mañana. Mira que estabas guapo, pero nada, han conseguido amargarte el día y, lo que es peor, la cara. Si sigues así, vas a tener que darle a las mascarillas vitalizantes-energizantes-antiedad esas que anuncian en la tele. Sí, sí, ya sé que no eres un metrosexual, pero hijo, a grandes males, grandes remedios. Bueno, nos vemos luego, ahora toca abdominales y una cena ligerita, a ver si te repones, que hay que dar imagen de fuerte, de héroe inalcanzable, no de blandengue decaído.

Martes 8. 01.45

¿Qué te pasa? A qué vienen estos sudores. Estás pálido y no tienes buena cara. A ver si son esas barritas de algas concentradas con raíz de ruibarbo que te recomendó Hugo. Serán divinas para quemar grasas y colesterol, pero te han dado un palo en el estómago... Total, a ti no te hacen falta, no tienes sus lorzas en la cintura... Seguro que a él le ha

pasado lo mismo y te las recomendó por pura envidia, porque aunque tiene cuarenta como tú, parece mucho más viejo. Vuélvete a la cama y se te pasará. Mañana es el gran día y tienes que estar fresco y lozano. Es la última batalla y hay que ganar la guerra.

Martes 8. 7:30

¡Esto es otra cosa! Vaya capacidad de recuperación la tuya. Tienes que cuidarte más y hacer menos caso a los demás. Espera... ahora que me fijo, ¡una picadura de mosquito al lado de la oreja! Justo ahora, una tontería como esta puede acabar con tus planes. El gran día y con una picadura, esto pinta mal. Ya se sabe que una buena imagen vale más que mil palabras, y no hablemos ya de las acciones. Mira si no a Pablo. Parece que no se mira nunca al espejo: descuidado, bohemio, pero eso sí, venga a trabajar y trabajar, venga a ayudar a los demás cuando acaba su trabajo, venga a buscarse complicaciones con un voluntariado social aquí y otro allá, venga a escuchar las quejas del resto del personal y solucionarles los problemas, como si fueran niños pequeños... ¡Ja!, y encima hay quien dice que el puesto de director de recursos humanos será para él. Ni que la gente fuera tonta, ¡no se puede representar una empresa con ese aire de poeta trasnochado y esa sonrisa naif de serie de sobremesa! Bueno, te dejo y suerte, que tú lo vales.

Martes 8. 22:00

¡El maldito mosquito, esto ha sido cosa del maldito mosquito! O la gente se ha vuelto loca de repente y no sabe valorar las cosas. Ahora el presidente salta con que el puesto es para Pablo porque ha demostrado capacidad de superar los problemas importantes con una sonrisa, que sabe hacer que los demás se sientan importantes y que da más importancia al fondo de las cosas que a la forma y la superficie, y que yo estoy demasiado centrado en mi propia imagen y que a veces me ahogo en un vaso de agua, que doy demasiada importancia a cosas intrascendentes y no sé conectar con la base... ¡Memeces, dice! Cómo va a ser una memez darle una bronca a la secretaria porque sirve un aperitivo ordinario con bocatas de queso y de chorizo... Claro, ella se fue a llorar a Pablo y Pablo la consoló. Pablo, Pablo, Pablo, a saber qué ve Pablo cuando se mira al espejo. Seguro que él y su imagen no se quieren lo mismo que tú y yo. Por cierto, ¿has visto esa pata de gallo impertinente? ¡A ver si no ha sido el mosquito el único culpable!

## *Moraleja*

---

Para alcanzar la felicidad necesitamos estar en armonía con los que nos rodean, no encerrarnos en nosotros mismos y el culto a nuestra imagen.



## AMOR A SEGUNDA VISTA

*Mucho amor germina en la casualidad; tened siempre dispuesto el anzuelo, y en el sitio que menos lo esperáis encontraréis pesca.*

*Ovidio*

—Esta es la definitiva, te lo juro, ¡nunca he sentido...

Ella se ríe y remata la frase:

—... lo que siento ahora!

Él sonríe, pero es una sonrisa un poco triste y contesta con el tono de quien ha sido pillado *in fraganti*:

—Sí, ya sé que te lo he dicho otras veces, demasiadas, pero ahora es ver...

Ella vuelve a sonreír y a rematar la frase:

—Verdad verdadera de la buena —y añade una frase de su propia cosecha—: como lo fue con Ana, con Laura, con Carmen...

Él reduce aún más su sonrisa y aumenta el aire de seductor arrepentido:

—Para, ya lo sé... he sido enamoradizo, un enamoradizo ingenuo que siempre creía que su nuevo amor era el definitivo. Ahora es distinto, tienes que creerme. Ella es...

Él hace una pausa buscando las palabras justas, las que no den pie a una nueva burla de su vieja amiga.

Sin embargo, ella le gana la partida y avanza terreno en la conversación recalcando cada palabra:

—¡Ella es única!

Sonríe maliciosa, hace una pausa y vuelve al ataque:

—... como Paula, como Julia...

Él abandona definitivamente la sonrisa y acentúa la carga de arrepentimiento:

—¡Y bien que me duele ahora! Oyéndote, me parece que estamos hablando de 007, o de don Juan Tenorio, y ni por asomo, que bien que he sufrido yo enamorándome siempre de quien no debía. Pero, qué culpa tengo yo si en todas veía algo especial, algún detalle que me prendaba y...

Ella reemprende su ataque:

—Dirás más bien que te cegaba, porque bien que te advertía yo de que te ibas a dar un batacazo. Si se veía venir: que tú eres un lector voraz, pues, ¡ea!, a enamorarte de alguien que no puede ver los libros ni en una estantería; que no soportas la frivolidad, pues ¡toma!, ahora toca enamorarse de una obsesa de la moda y la estética que no soporta tu aire descuidado...

Él asiente al discurso, vuelve a la sonrisa y al brillo inicial en la mirada:

—¡Por eso sé que he encontrado a la mujer de mi vida! Lee más que yo, adora la ropa cómoda y deportiva, tiene sentido del humor, es observadora y crítica y, sobre todo, me com...

Ella no puede aguantar, envenena las flechas de su ironía y arremete feroz:

—¡Te comprende!

Él está embobado, no nota la carga de profundidad de su amiga, pero es rápido en la respuesta:

—¡Sí, no solo me comprende, sino que adivina mis pensamientos, se anticipa a mis ideas, es mi alma gemela! Me he enamorado de...

Ella afila el colmillo y muerde:

—¡... de una joya! Vamos, la mujer perfecta. Hay que reconocerlo, nunca te ha dado tan fuerte ni veías tantas virtudes. —Su tono se suaviza con un cierto matiz de tristeza—. Perdona si he cargado las tintas con las críticas, pero te quiero mucho y no me gustaría volver a verte en plena crisis de mal de amores, que hay que ver cómo te pones. Eres especial y sensible, que una no escoge a su mejor amigo así porque sí, y si es como dices, ella también debe de ser especial.

Él abre la sonrisa, respira hondo, le coge la mano y estalla:

—¡Eres especial, tú sí que eres especial, aunque haya tardado años en descubrir que tú eres mi única «ella» posible!

A veces necesitamos realizar un largo viaje en busca de la felicidad para descubrir que estaba en el lugar del que partimos.



## UNA MUJER DE ACCIÓN

*El hombre más feliz es el que hace la felicidad del mayor número de sus semejantes.*

*Denis Diderot*

La persona feliz ¿nace o se hace? No soy muy dada a reflexiones filosóficas, pero hoy me han dicho algo que no puedo quitarme de la cabeza. Le estoy dando vueltas desde que salí del trabajo y sigo igual. Debe ser falta de práctica en eso de darle el coco pensando en mí misma... Desde que tengo uso de razón, me recuerdo como una mujer de acción: montando y desmontando casas de muñecas, preparando oposiciones y pintando la casa de mi abuela para evitar el gasto de los pintores... Necesito ponerme en marcha para sentirme viva, pero reconozco que me gustaría parar de vez en cuando y hacer por placer cosas intrascendentes. No sé, mirar escaparates, tumbarme a la bartola, dedicar un par de horas a ponerme mascarillas de tomate o de pepino o saber esperar media hora para dejar que me hagan la manicura...

Como dice mi mejor amigo: «Hasta para ponerte morena tienes que estar currando». Y es verdad, me encanta el mar, pero no puedo estar en letargo como un lagarto, así que decidí hacerme voluntaria de la Cruz Roja. Yo no creo que sea complicarte la vida, sino todo lo contrario: a mí, me la simplifica y me la hace más agradable.

Pero se ve que no todos piensan así, por eso me ha tocado un poco el comentario que me han hecho.

Ha sido un día bastante duro, de esos que dejan huella en el cuerpo y en el alma, en los que terminas destrozada físicamente pero con una satisfacción personal que te compensa. Sentirme útil es el mejor relajante muscular que conozco. Aunque hoy mi espalda amenaza con rebelarse y reventar en un ataque de lumbago. Y no es para menos, Luis se ha caído de la cama y he tenido que levantarlo yo sola. Tengo buena técnica para

estas cosas, pero no soy precisamente *superwoman*... Luego han empezado a llegar las urgencias, las curas, algún que otro ataque de ansiedad que pone a prueba tus dotes para convencer, consolar y serenar, y, finalmente, el alta de Isabel.

Isabel lleva meses ingresada y es mi paciente favorita. Porque las enfermeras, como los maestros, tenemos nuestros favoritos; la gracia y el arte es que no se note. Isabel me ganó desde el primer día que llegó a la clínica. Salía de una operación y solo estaba yo para recibirla en la habitación. Venía llena de tubos, drenajes y un brazo en cabestrillo lleno de esos clavos externos que impresionan tanto a muchas personas. Estaba bastante despierta. Al verme sonrió, se miró el brazo y me dijo:

—Mi nieto va a pensar que soy un muñeco espacial de esos cubiertos de metal por todas partes. Impresiona un poco, ¿no?

Me cayó bien por su optimismo y sentido del humor:

—No, tú lo has dicho, parece un poco de juguete. El problema es si te duele: me avisas y lo arreglamos.

¿Se queda alguien contigo por la noche?

—No, a mi hija le impresionan mucho los hospitales. Mi nieto quería quedarse como me quedé yo con él cuando le operaron de anginas, pero tiene solo doce años. Ya os avisaré, pero aguanto bastante el dolor.

Y lo aguantó. Isabel es de esas mujeres tiernas y fuertes que todos quisiéramos tener como madres. Hoy nos hemos despedido y me ha presentado a su hija. Es escultora y tenemos la misma edad. Se la notaba tensa, como todos los que tienen «hospitalofobia». Me pareció educada y elegante y a ella le debo mi repentina curiosidad filosófica. Lo suyo, más que un saludo, fue una provocación:

—Tú eres Delia, ¿verdad? Perdona que no haya venido más, pero yo soy muy sensible. Ya me gustaría ser fría y fuerte en estas cosas como tú. Lo mío son el arte y los sentimientos. No sé como podéis soportar este trabajo y encima sonreír.

Isabel puso una cara algo triste, pero sus palabras fueron para mí la mejor sonrisa:

—Hija, Delia también es una artista. Lo suyo es el arte de ayudar a los demás a ser felices.

## *Moraleja*

---

Poniendo cariño y humor, podemos

encontrar en el trabajo una fuente de  
felicidad, comunicación y satisfacción  
personal.





AL MAL TIEMPO,  
BUENA CARA



*El éxito es aprender a ir de fracaso en fracaso sin desesperarse.*

*Winston Churchill*

Si los seres humanos tenemos algo en común, por muy únicos y diferentes que seamos, es que todos aspiramos a ser felices. Pero ¿todos lo conseguimos? ¿Estamos igualmente preparados para ser felices? La realidad nos demuestra que algunas personas parecen especialmente dotadas para afrontar la vida con una actitud positiva y sin dejarse llevar por las circunstancias adversas, y que otras se muestran siempre negativas y parecen incapaces de disfrutar de todo lo bueno que nos ofrece la vida... Si reflexionamos sobre ello, nos encontramos con una serie de preguntas que también se hacen los estudiosos del tema: ¿la felicidad es una actitud o una cuestión genética?, ¿puede nuestra mente vencer la influencia de un medio adverso?, ¿depende nuestra felicidad de si conseguimos o no los objetivos que nos hemos fijado?

Dar con una respuesta objetiva es difícil, pero lo cierto es que una actitud optimista nos ayuda a afrontar las dificultades de una manera más relajada y a relativizar cada obstáculo y cada fracaso.

Si queremos ser felices, tenemos que hacernos con una actitud optimista y una buena dosis de sentido del humor. La confianza en nuestra capacidad para resolver los problemas que se presenten, el saber abrir una ventana cuando se nos cierra alguna puerta y saber reírnos de nuestros errores en vez de adoptar una postura trágica, son los mejores aliados. Si hemos pasado toda la tarde preparando una elaboradísima receta para recibir a nuestros amigos en casa y a última hora nos falla el horno y se chamusca nuestra obra de arte, tenemos dos opciones: regarla con una dosis de lágrimas contrariadas, quejas y lamentos o pensar que «no hay mal que por bien no venga» y que

en el restaurante italiano de la esquina hacen unas pizzas estupendas. La felicidad de la velada está en elegir la salida correcta y aderezarla con unas risas durante la cena. Esta receta debe aplicarse a la vida en general.

Como conclusión, conviene tener siempre presente que no hay nada en la vida tan importante como para hacernos perder la sonrisa. Todo lo contrario, cuando más necesitamos la mejor de nuestras sonrisas es, precisamente, cuando las cosas no van bien y queremos arreglarlas.



## SIEMPRE NOS QUEDARÁ PEKÍN

*No está la felicidad en vivir, sino en saber vivir.*

*Diego de Saavedra Fajardo*

Conocía muy bien ese entrecejo fruncido y ese repiqueteo del pie contra unas baldosas que no eran culpables de nada. Solo yo podía intuir que Mario se estaba poniendo nervioso, que la sonrisa con la que recibía los comentarios de sus amigos no era la de siempre. Esa sonrisa abierta que me enamoró a la primera frase hace ya más de diez años. El Mario de hoy me recordaba a aquel Mario que se sentía culpable por no haber aprobado las oposiciones a la primera, cuando tuvimos que suspender nuestro viaje de bodas porque no había dinero suficiente para cumplir un sueño y pagar las facturas al mismo tiempo. Sus amigos no parecen darse cuenta y siguen con sus historias. Ahora le toca a Jorge, bueno a Lina, que suele ser la cronista oficial de sus viajes:

—Nosotros hemos comprobado que París no es para tanto. Al menos en agosto. Acaba una hasta el gorro de tanto *foie*, tanto *croissant*, *canard* y *confit* por aquí y por allá... A la semana ya estaba yo añorando la paella del domingo y este —Jorge sonreía satisfecho mientras su mujer-guía le señalaba—, este tenía los pies destrozados y la cabeza como un bombo de tanto museo, tanto coche y tantas tiendas... Todo carísimo, pero, bueno, no te lo puedes perder...

—Pues mira —interrumpió Pablo—, a nosotros nos ha pasado algo parecido pero con palmeras, cocos, ostras salvajes y salsa, mucha salsa. Eso del Caribe como paraíso es un mito. Bonito, sí, pero como de postal. Luego vienen los mosquitos como avionetas, el agua demasiado caliente, el calorcillo pegajoso... Al cuarto día ya tienes ganas de volver a casita o a Menorca, que como en casa en ningún sitio y no lo sabemos apreciar...

Como si hubiera cometido una indiscreción imperdonable, miró a Mario por encima de sus gafas y preguntó muy condescendiente:

—Y vosotros, ¿qué? Otra vez en el pueblo con tus padres o habéis podido salir un poco por ahí.

Mario me miró con esa sonrisa un poco triste de niño bueno que ha roto un juguete. Le avisé antes de salir de casa, le dije que podíamos evitarnos la reunioncita de amigos de cada año. Son buena gente y cada uno tiene su gracia, pero al volver de vacaciones con sus anécdotas no hacen más que pincharnos el globo de la ilusión. Llevamos diez años ahorrando para el viaje de nuestra vida, pero ese viaje a China se resiste... Ahora, el silencio podría cortarse. Todos nos miran con cierto aire compasivo esperando que nos sumemos, y con más razones que nadie, a la queja sobre unas vacaciones decepcionantes. Mario tomó aire, desfrunció el entrecejo y me desconcertó. Parecía completamente feliz:

—En el pueblo no se está mal. El río estaba fresquito y te podías bañar. Encontramos un lugar excelente para colgar las hamacas y leer un rato después de comer, y la comida... qué voy a contar de la comida, todos sabéis lo bien que guisa mi madre. Eso sí, hay que vigilar las cantidades para no volver hecho una bola...

—Pero —observó Lina dirigiéndose a mí—, ¿no os cansáis de hacer lo mismo cada verano? Vamos, que el pueblo es limitado y tú de soltera viajabas mucho...

—Sí, pero no sabía disfrutar como ahora. El pueblo sigue igual, pero cada día descubres algo nuevo. Este año he aprendido a pescar y a plantar coles...

—¡Apasionante! —dijo con cierta sorna Paco, que había vuelto bastante irritable de su «espantosa odisea italiana» que mejor no detallar.

—¡Apasionante, sí! —respondió Mario—. Además, cada día tenemos más planificado el viaje de nuestros sueños, ¿verdad, Elena?

Me lanzó la misma sonrisa ilusionada que me enamoró. No pude resistirme y añadí satisfecha:

—Sí, a nosotros siempre nos quedará Pekín... y nuestro pueblo, claro.

## *Moraleja*

---

Conseguir las cosas sin esfuerzo  
a veces nos impide valorar lo que  
tenemos. Compartir un sueño, desear,  
ilusionarte por algo, apreciar lo que te

rodea y no desesperar si la meta está lejos es el camino más seguro hacia la felicidad.



## CUESTIÓN DE PIEL

*La felicidad consiste, principalmente, en conformarse con la suerte; es querer ser lo que uno es.*

*Erasmus de Rotterdam*

Nada más oír el llavín, ya sabía que algo no había ido bien... La puerta se abrió chirriando un poco, como siempre. Lo que no esperaba era la nueva imagen de Álvaro. Él, siempre tan relajado y relajante, sin una sonrisa de más ni de menos, con esa espalda recta tan envidiable para los que tendemos a aplaudir con los hombros y a tocarnos el pie con el flequillo... Cuántas veces he soportado sus retahílas zen en mitad de uno de mis días grises tirando a negros (muchos, tantos que a veces envidio su aplomo y capacidad de reacción para enfrentarse a los momentos difíciles). A lo que iba, siempre intenta «desestresarme» con sus frases: «Tienes que aprender a andar más recta, imagina que un globo eleva tu cabeza, desfrunce el entrecejo...».

Por eso no podía creer lo que veía: un Álvaro cabizbajo, con tres arrugas en la frente, las comisuras de esa boca siempre sonriente ahora hacia abajo y, en lugar de sus frases estimulantes, un gruñido inconexo que me dejó perpleja:

—Uninfernoundíademildemonios,                      vengoderrotado,                      mecambioyteexplico.

Nosepuedetenertanmalasuerte-enmenosdeventicuatrohorasparamorirseoyepara-morirse...

Y se fue. Yo me quedé dudando... ¿Habría contraído un virus? ¿Olvidó de golpe todo lo aprendido en sus clases de yoga? O, simplemente, ¿era humano y también tenía sus días malos? Hoy debía de ser uno de ellos. Entre la ráfaga verbal que lanzó entendí cosas como «Me han cambiado de sitio en el trabajo», «Cobraré seiscientos menos cada mes», «Me han dejado sin coche de empresa»... Vamos que, si es verdad, no es para menos.

Pobre Álvaro, no es que fuera tranquilo y tuviera el secreto de la felicidad, es que todo le iba bien, y ahora... Bueno, ahora sabría lo que es verlo todo negro más allá de filosofías y comprendería mis quejas. Cuando la cosa está negra, está negra. Lo demás son excusas. Habían pasado quince minutos desde que entró por la puerta y empecé a preocuparme. Al final, opté por acercarme al baño y comprobarlo:

—Álvaro, ¿estás bien?

Me respondió una voz que parecía lejana y entrecortada, como un móvil fuera de cobertura:

—Hummm, todaffia lucha... un... segund... ¡Ya está!

Álvaro salió del baño completamente rojo, sudoroso y despeinado, como si acabara de llegar del gimnasio, pero con una sonrisa radiante:

—¡Ahora ya podemos hablar! Buenas noches, princesa, perdona mi entrada de antes... No te vas a creer el día que me ha dado la camiseta que me regaló tu hermana. Muy moderna, pero una tortura...

No podía creerlo, allí estaba él con su sonrisa de siempre, incluso más amplia y hablando de una camiseta. Pensé que podía ser una estrategia de autocontrol, así que le facilité las cosas:

—Ya sé y entiendo que estés fatal. Trabajo nuevo, menos sueldo y sin coche... ¡No te me vayas a deprimir ahora y no le echés la culpa a un regalo de mi hermana!

—¿Qué dices? El nuevo puesto no está mal y así no me apoltrono. Respecto al sueldo, nos ajustaremos. Y lo del coche, mira por dónde, así haré más ejercicio...

—A ver si me entero. Has llegado echando pestes, mascullando que había sido el peor día de tu vida... Además, ese sofoco, esos sudores... ¡Tú no me engañas, estás fatal! ¡Reconócelo!

—Estaba... he pasado todo el día con un ahogo, una opresión entre pecho y espalda. Como si no estuviera en mi propia piel. Una sensación física horrible... ¿Sabes qué era?

—No, pero ahora mismo llamo al médico...

—Eso, y que ponga en cuarentena la camiseta de los tirantes cruzados. No sabes qué agobio llevarla todo el día del revés y conseguir quitártela sin perder las orejas. Todo el día sufriendo por una tontería...

Después del primer susto, no supe si reír o pedir el divorcio. Álvaro había vuelto a superarme y reconocí su valor:

—¡Cómo me gustaría estar en tu piel! Verlo todo tan fácil, sin perder la sonrisa, pero eso sí... con otra camiseta.

## *Moraleja*

---

Estar a gusto en nuestra propia piel, adaptarnos a los cambios y diagnosticar los problemas para superarlos sin perder la sonrisa es el mejor equipaje para el camino de la vida y la felicidad.



## SORPRESAS

*Una sonrisa es un rayo de luz en el rostro.*

*William Thackeray*

—¿Y te vas a quedar así, tan tranquilo?

—¿Qué quieres que haga? Respeto tu decisión.

—¿Ves? Ni una palabra de reproche, ni un mal gesto... Chico, desahógate, di algo...

Silencio y una sonrisa. Triste, pero sonrisa al fin.

—Y dale con la sonrisita, que pareces un monje budista. Eso es lo que no aguanto de ti. Tu sonrisa me confirma que hago bien en dejarte. Si al menos fuera un gesto de burla o de desprecio, podría comprenderlo y, quién sabe, a lo mejor me replanteaba la situación, que ya se sabe: el cariño crece con las reconciliaciones. Pero nada, si uno no quiere, dos no se pelean y sin pelea no hay reconciliación posible... La gente normal protesta cuando la van a dejar. Insulta, pone mala cara, llora... Yo qué sé. Vamos, que se le nota que el tema le fastidia y le duele, y eso, a veces, te hace recapacitar... ¡Venga, hombre, di algo! ¡Manifiéstate! En el fondo te quiero y estoy intentando salvar lo nuestro...

Nueva sonrisa. Esta vez con un leve toque de condescendencia. Responde:

—Lo sé, y por eso no me enfado...

—Tampoco es eso. Que, si por ti fuera, no habría un final más soso en toda la historia de las relaciones amorosas: te dejo, lo aceptas, me das la mano como si se tratara de uno de tus pacientes abandonando la consulta, y ¡adiós! Si te he visto, no me acuerdo... ¡Qué fácil! Muchos como tú y nos quedamos sin tangos, ni boleros, ni baladas románticas...

—Ni culebrones, ni guerras, ni crímenes pasionales...

—Ay, ya estamos dándole la vuelta a la tortilla. No tienes término medio: pasas de la impasibilidad al género trágico con una facilidad envidiable... ¡Qué poco te cuesta pensar en negativo!

—No es negativo, es aceptación y respeto a tu decisión, ya te lo he dicho...

—Vamos, que no hay mal que por bien no venga y que a mal tiempo buena cara... No, si eres la encarnación de los refranes de mi abuela... Vaya forma de acabar con el romanticismo...

—Y con la úlcera, la mala sangre, los complejos. Hay que saber asumir los fracasos y...

—Y a otra cosa mariposa que, por lo que veo, a ti se te pasan pronto los duelos... Si se veía venir. Yo dudando por no hacerte daño, mis amigas insistiendo en que mejor decírtelo antes de que fueras tú el que me dejara porque iba a sufrir mucho, que yo sí que soy sensible y humana y que los aburridos como tú a veces te dan «sopresas»...

Raquel rompió a reír como una loca mientras Guillermo le cantaba a ritmo de salsa eso de «"Sopresas" te da la vida, la vida te da "sopresas"»... Recalcando su fallo con humor compartido. Raquel sofocó la risa y lamentó su error:

—Menos mal que solo es un ensayo, si lo hago en el estreno desmontamos el dramón o hundo mi carrera para siempre. Este personaje acaba conmigo, qué mujer...

—Por eso me gusta ser actor, por meterme en la vida de otros que nunca hubiera sido. Jamás podría salir con una mujer que no apreciara las sonrisas —apuntó Guillermo—. Podían haber escogido una obra de teatro más amable, ¿no crees?

—Sí, a esta historia le faltan risas y sonrisas compartidas, muchas más sonrisas.

## *Moraleja*

---

No hay nada más reconfortante que una buena sonrisa. Debería ser tan obligatoria como dar los buenos días o pagar los impuestos. Una sonrisa nos hace más fuertes, tiernos y felices.





## A TODO TRAPO

*Quien no es feliz con poco no lo será con mucho.*

*Lao Tse*

Como soy la más vieja del lugar, me han encomendado a mí que os cuente nuestra historia.

La mayor parte de nuestras vidas la hemos pasado apretujadas las unas contra las otras, exactamente como sardinas en lata, y aunque la gran mayoría de nosotras estamos en todo momento limpiísimas y algunas hasta agradablemente olorosas, siempre hay la que desentona, por el vago tufillo a sudorina que desprende. Pero, por suerte, eso no es frecuente ni para nada insoportable, puesto que la de leves efluvios dudosos no suele tardar en volver a salir para regresar uno o dos días más tarde, impoluta y oliendo, si no a rosas, como mínimo a suavizante. También hay que reconocer que, en general, y a pesar de los apretujones, el ambiente entre nosotras es cordial. Incluso más que cordial, fraternal, lo cual no tiene nada de raro, puesto que nos pasamos horas y horas juntas, codo con codo u hombro con hombro, depende de cómo se mire y de si tenemos mangas o no.

Perdón, creo que he olvidado decirnos que soy una camisa, precisamente de las de manga larga, de modo que me alojo en el lado derecho del armario. Mis compañeras de manga corta están en el otro lado, en el extremo izquierdo. Últimamente no salen mucho, seguramente porque con el frío que hace, y que noto cada vez que se abre la puerta, debemos de estar en invierno. Bueno, a lo que iba. Decía que nos pasamos largos periodos juntas, y, si es cierto eso que dicen que del roce nace el goce, debemos de ser el grupo más dichoso de este mundo.

Pero lo mejor de todo es cuando nos sacan a pasear, digo bien, a pasear, porque a nosotras siempre nos suelen llevar a hombros, ya sea a pie, en coche o en moto —es fantástico ir en moto, y en bici también—, e incluso alguna vez nos han montado en un avión. No a todas, claro está, pero para eso está el arte de contar historias, que es lo que hacen las que vuelven al armario después de sus ausencias. Y no os podéis imaginar qué historias se han llegado a oír: desde las más épicas a las más íntimas, y algunas tan inverosímiles que cuesta creerlas... hasta que otra de nosotras sale y regresa contando la misma historia, y nos damos cuenta de que la anterior había dicho la verdad. Las camisas no solemos ser de natural mentirosas.

De vez en cuando llega una nueva, con lo cual no tenemos más remedio que apretarnos un poco más para hacerle hueco, pero de algún modo la recién llegada siempre acaba por encajar sin demasiados traumas ni siquiera grandes molestias. No obstante, todo tiene un límite y, cuando parece que el armario va a estallar, alguna de nosotras desaparece y ya no sabemos más de ella. En general es una sola la que lo hace, aunque recuerdo alguna ocasión en que desaparecieron dos o tres de golpe. En todo caso no nos percatamos de que su ausencia es definitiva hasta pasados varios días. Pero tampoco nos hacemos demasiadas preguntas, al fin y al cabo todas sabemos que antes o después nos tocará correr su misma suerte. Ley de vida.

Y ¿cuál es esa suerte? Pues no muy glamurosa, francamente. Hasta me da un poco de apuro mencionarlo, pero ahí va: las que no regresan al armario las solemos ver más tarde convertidas en trapos del polvo. Cuando coincidimos con ellas en el cesto de la ropa sucia o en el tendedero, aprovechamos para ponerlas al día de nuestros chismes y andanzas más recientes. Y aunque, en ocasiones, al oír nuestras historias se les escapa un suspiro de nostalgia, nunca he visto que se lamentaran con amargura de su destino; al contrario, consideran que su condición es afortunada por cuanto les permite alargar su vida útil. Y que lo importante es poder continuar coincidiendo con nosotras, las que seguimos ejerciendo de camisa, para contarnos nuestras respectivas historias, por más que las nuestras sean de naturaleza muy distinta a las suyas.

No puedo irme sin contaros la última noticia: he oído decir que de mí, que ya tengo los puños y el cuello rozados y que incluso he perdido un botón que nadie se preocupa por reponer, no van a hacer trapos. Aunque ya sabéis que no me importaría, de verdad. Lo que ha llegado a mis oídos es que como soy tan agradable de tacto y me han cogido mucho apego, me pondrán en la cama de Perla, la perrita de la casa que acaba de tener

cachorros. Y no quepo en mí de gozo pensando en la suerte que tengo de vivir la última etapa de mi vida tal como la he vivido toda ella, intensamente y a todo trapo (perdón por la expresión).

No veo el momento en que me devuelvan al armario para poder contárselo a mis amigas. Estoy segura de que hasta las más jóvenes envidiarán mi suerte.

### *Moraleja*

---

Es indispensable saber adaptarse al paso de tiempo para gozar de lo bueno que en cada época y cada lugar nos ofrece la vida.



## Y BLANCA CRECIÓ

*¡Cuán feliz era yo cuando era una infeliz!*

*Marquesa de Sévigné*

Se pasa una la vida preocupándose por cosas que luego nos parecen ridículas o escandalosamente frívolas. Aprendes la lección, una vez has superado cada prueba, pero vuelves a tropezar con la misma piedra, como si no estuviéramos programados para convertir la experiencia en conocimiento, en sabiduría, en una especie de segunda intuición que nos ayude a caminar mejor por la vida: sin miedos, sin complejos, sin decepciones, sin angustias...

Recuerdo aquellas tardes infantiles intentando convencer a mi madre de que estaba malísima, de que al día siguiente no podría ir a clase por nada del mundo. Empezaba fingiendo y acababa por encontrarme auténticamente mal, o utilizaba todo tipo de artimañas con el fin de engañar. La última estuvo a punto de dar al traste con mis malas artes para siempre. Me recuperaba de una gripe, la fiebre bajaba peligrosamente y mi madre anunció que ya podía ir al colegio. Víctima de un ataque de pánico, puse bajo el chorro de agua caliente el termómetro. Como la avaricia rompe el saco, no me conformé con 38° y giré el grifo. El temido mercurio se dispersó en miles de bolitas. El misterio del termómetro movilizó a toda la casa, hasta que mi padre bajó a la farmacia y volvió esgrimiendo mi nuevo y reluciente verdugo. Mi madre se puso manos a la obra. Unos minutos apretando la axila y un veredicto: 35,5°. ¡A clase!

Mientras maquinaba mis estrategias absentistas, no sufría. Lo malo venía luego. Aquellas noches inmensas dándole vueltas a la tragedia que me esperaba. Las causas de mi miedo y mi disgusto eran de lo más variopintas: me podrían preguntar en matemáticas y no quería volver a quedar como la empollona; tocaba saltar el potro en gimnasia y a mí el vértigo me paralizaba; en música hacían una prueba de voz y la mía desentonaba en los

coros angelicales del colegio, era una especie de tímido graznido, de rana afónica y arrítmica... ¡Un desastre, un auténtico desastre futuro que conseguía acelerarte el pulso y amargarte el día! Luego, llegaba el día y los gigantes se convertían en enanitos y los terribles molinos en molinillos: no te sacan en «mates», no eres de las elegidas para saltar el potro o la profesora de música decide hablar de la vida de Mozart en lugar de ponernos a cantar...

De la adolescencia, mejor ni hablemos: un mar abierto de sufrimiento inútil. Un grano inoportuno era casi una sentencia de muerte, y una tarde de compras una tortura, porque nunca encontraba ni una sola prenda con los poderes mágicos suficientes como para convertir el patito feo que me creía en un hermoso e impactante cisne...

—Señora Salmerón, ya puede pasar y perdone por el retraso.

—No hay problema, así he tenido tiempo para pensar...

La voz de la enfermera rompe el hilo de mis pensamientos. La sigo por un pasillo blanco. La doctora Salvador me espera con una sonrisa amplia y la mano extendida:

—¿Qué tal, Blanca? Las primeras sesiones son un poco duras y me han dicho que tuviste algún pequeño problema con la medicación...

—Unas molestias de nada, todavía me canso un poco, pero estoy mucho mejor. Va a resultar que esta enfermedad ha sido una suerte... Con la terapia he podido comprobar que no estoy mal con el pelo corto y que toda la vida he sido feliz.

—Ya veo que lo afrontamos bien. El estado de ánimo es fundamental en estos casos. Muchos pacientes no lo consiguen y tú no has querido terapia de apoyo psicológico. ¿De dónde sacas las fuerzas y la alegría?

—De mi familia, los amigos y una niña pequeña y una adolescente que nunca supieron lo felices que eran porque no sabían apreciar lo que tenían... También se llamaban Blanca. Otras Blancas, claro.

Ya en la calle, miro al cielo, hace un día espléndido. Respiro hondo y noto cómo el aire entra dulcemente en mis pulmones. Me paso la mano por mi cortísimo cabello y empiezo a bajar la cuesta reconfortada. Los árboles del paseo están preciosos, es una sinfonía de verdes increíbles. Al principio me pareció un problema más que la clínica estuviera tan lejos de casa. Ahora pienso que es una suerte, casi un privilegio. Así la nueva Blanca puede pasear, ver escaparates, tomar un refresco en una terraza y saborear un poco más este día de primavera, su auténtica primavera.

## *Moraleja*

---

La salud colabora a nuestra felicidad,  
pero podemos mejorarla afrontando la  
vida con valentía y optimismo.



## EL MEJOR PARTIDO DEL MUNDO

*El éxito consiste en obtener lo que se desea. La felicidad, en disfrutar lo que se obtiene.*

*Ralph Waldo Emerson*

—¡Ya voy!... ¡Un momento, que ya voy!

—Alguien va a tener que decirle a este chico que basta con tocar una vez al timbre, porque seguro que es tu nieto. Y no corras, que vas a acabar rompiéndote una pierna, y a nuestra edad no estamos para estos trotes.

—Mi nieto y el tuyo, que cada día estás más cascarrabias...

Lola abrió la puerta y lanzó un grito:

—¡Ay, madre!, ¿qué te ha pasado, rey mío?

—Prepara un chocolate, abuela: ¡lo hemos conseguido!

Lola le mira intrigada y le pone la mano en el cuello:

—A ver si vas a tener fiebre, estás muy colorado y no veo yo que la cosa sea para estas alegrías... ¡Ya verás cuando se entere tu madre, se va a llevar un disgusto de muerte!

—Porque es como el abuelo, siempre están protestando.

Gorka no da tiempo a que su abuelo se queje, está eufórico:

—¡Venga, abuelo, otro beso, que tú tampoco te vas a creer lo que ha pasado!

—Bueno, chicos, pero primero el chocolate.

—¡Mola! Eres lo más, abuela. Ya se lo digo a mis amigos, que con una abuela así no hacen falta hadas madrinas, genios de la lámpara ni nada... El secreto de mi triunfo han sido estas botas que me regalaste, seguro.

—No me digas eso, que me voy a acabar sintiendo culpable.

Gorka planta otro beso a su abuela y sigue hablando:

—Hemos jugado como nunca. Al principio iban ganando los del otro equipo, los Botas Sucias. Son muy buenos, ¿sabes?. El año pasado ganaron la liguilla. Pero también son muy sucios, meten unas cañas que no veas. A Roque le han clavado un taco de bota en el muslo y de insultos también andan sobrados. Hay uno al que llaman «zampacampos» que cuando pasa por tu lado no para de provocarte...

—No, si ya veo... ¿Y por qué no jugáis contra otros chicos menos brutos?

—¡¿Qué dices?! Si son los mejores... y les hemos metido siete golazos, abuela, siete... El primero lo metió Fonso, ese pelirrojo que vino el otro día a merendar a casa, estuvo genial. Los dos siguientes fueron de Asier y Berto, que llevaban ya tres meses sin marcar. Y los cuatro últimos fueron obra de Santi, que estaba inspirado...

—¿Y tú? —preguntó su abuelo—. Si estás tan contento será porque también has marcado...

—¡Qué va! Yo ni uno, pero he disfrutado mazo. Hice un pase a Fonso y muchas asistencias a mi equipo...

—¡Bueno, por lo menos habéis ganado, que llevabais meses sin ganar! —comentó orgullosa su abuela...

Gorka se ríe y les mira como si fueran pequeños y no entendieran nada:

—¡Tampoco! Ya os dije que los Botas Sucias son muy buenos. Al final remontaron y nos ganaron nueve a siete. Yo no vi el último gol porque estaba en la enfermería...

—O sea —resumió el abuelo—, que os meten nueve goles, te enyesan una pierna y tú más feliz que una perdiz... ¡Yo estaría enfadadísimo!

—Porque, como dice la abuela, eres un cascarrabias. Yo estoy feliz porque he disfrutado a tope y porque mañana seré el más popular: todos mis amigos firmarán mi yeso como si fuera una estrella de primera división. Mola más disfrutar que ganar, ¿verdad, abuela?

—Di que sí, campeón. Esto se merece celebrarlo con un chocolate doble con sorpresa.

—Sonríe y muestra orgullosa un dorado y humeante bizcocho.

## *Moraleja*

---

Practicar un deporte de equipo  
aumenta nuestra sociabilidad. Saber  
que es más importante disfrutar  
jugando que conseguir un trofeo

multiplica la felicidad.



## ROJO ESPERANZA

*Por muy larga que sea la tormenta, el sol siempre vuelve a brillar entre las nubes.*

*Khalil Gibran*

«Este año voy a jugar a ping-pong en serio; voy a aprender a tocar el piano y la flauta travesera; voy a cocinar recetas sanas; leeré *El Quijote*, la *Biblia* y el *Corán* y aprenderé ruso y chino. Además voy a hacerme socia de una ONG, voy a adoptar un perro de la perrera y, por qué no, me apuntaré a un curso de hacer calceta».

¡Ja! ¿Alguien se lo ha creído? ¿A que no? Bueno, pues aunque parezca mentira, yo sí me lo creía a las diez de la mañana del día de Nochevieja pasada. Pero aún no habían dado las doce del mediodía que ya me había dado bajón.

«Sé realista», me dije. «Pasaré como cada año: venga a hacer planes maravillosos y luego todo se queda en agua de borrajas». Pues no, este año iba a llevar a cabo mis buenos propósitos. Y para asegurarme de que así fuera estaba decidida a cumplir con el ritual de apuntarlo todo en un papel y prenderle fuego a las doce de la noche, justo mientras sonaran las campanas. Pensé que quizá así, si lo hacía con convicción y encima ante testigos, o sea, mis amigos, el sortilegio funcionaría. Que lo importante es ponerle ilusión a la vida. Que los buenos propósitos también ayudan a vivir. Que esta vez será distinto... Y es que por la mañana una se plantea la vida con optimismo.

Luego me olvidé del tema hasta el anochecer. Justo antes de salir para la casa donde había quedado para recibir el año nuevo, me acordé de que tenía que redactar la lista de buenos propósitos. Tomé apresuradamente el «boli» de la cocina y una hojita en blanco de las de apuntar la lista de la compra y me apliqué a la tarea. «¿Pero qué haces? ¡Si serás bruta...!», me dije a mí misma. «Si eres capaz de ponerte ropa interior roja porque dicen que el rojo trae suerte, no puedes hacer la lista de buenos propósitos de cualquier

manera». Así que busqué un bolígrafo de color rojo —sí, ya sé que un «boli» no son unas bragas, pero pensé que el color en algo ayudaría— y una cuartilla de papel verde pistacho y me apliqué a la tarea de poner por escrito mis deseos de año nuevo. Me quedaron primorosos. Hasta creo que saqué la lengua mientras los escribía.

De hecho me entusiasmé tanto, y la tinta roja quedaba tan bonita sobre el verde, que añadí unos cuantos propósitos más para acabar de llenar la cuartilla. «Bueno, pensé, si no puedo cumplirlos todos, al menos alguno caerá». Cerré la puerta tras de mí y me encaminé a la fiesta con paso decidido. Estaba claro que había recuperado mi optimismo. Una vez allí, y cuando llegó la hora, es decir, a las doce menos algo, todo el mundo sacó su papelito para depositar lo en el cuenco de barro donde arderían nuestros buenos propósitos. Un momento: ¿qué significaba aquello? ¿Traían un solo papelito por persona? —Claro —me dijeron sorprendidos—. Lo normal es pedir un deseo por persona, ¿no? ¿Cuántos traes tú?

—Pues... una docena larga —confesé algo azorada, sacando del bolso mi pulida cuartilla. La situación era cómica a la par que embarazosa. Si ponía a arder mi cúmulo de propósitos junto al resto, probablemente se diluiría el poder del sortilegio, lo cual sería injusto para los demás.

—No os apuréis. Ya sé lo que podemos hacer —dije saliendo del paso—. Voy a escoger uno, lo voy a recortar de mi lista y ese será el que arderá para que yo lo cumpla.

—Ni hablar —intervino con talante generoso la amiga que me había invitado—. Se me ocurre una idea mejor.

—¿Cuál?

—Con lo bonito que los habías preparado sería una lástima desaprovecharlos. Vamos a reciclar tus deseos.

—¿Reciclarlos? ¿Cómo se recicla un propósito de año nuevo?

—Muy fácil. Los separamos recortándolos y los repartimos entre todos. Como mucho, tocaremos a un par por persona. Y nos comprometemos a cumplir el que nos haya tocado en suerte. Y si son dos, pues que sean dos.

Tras un breve desconcierto inicial por lo insólito de la propuesta, la reacción fue unánime. Al fin y al cabo, todos mis propósitos apuntaban a mejoras personales de uno u otro tipo. Y así lo hicimos.

Hoy, doce meses más tarde, nos hemos reunido los mismos para volver a celebrar el año nuevo.

—«En un lugar de la Mancha, de cuyo nombre...».

Julián nos ha recitado impecablemente el primer párrafo del *Quijote*. Luego, Marta y María se han lucido con unos salmos escogidos de la *Biblia* y algunos suras del *Corán*, respectivamente, y yo he estrenado una magnífica bufanda roja que me ha regalado Ricardo, a quien tocó en suerte mi propósito de aprender a hacer calceta. Cuando ha llegado el momento de prender fuego a nuestros nuevos deseos, un gracioso ha propuesto que los incineráramos en la flamante copa que he ganado en el torneo de ping-pong de mi barrio.

¡Ah!, y esta vez sí he formulado un solo deseo para el nuevo año, que naturalmente no pienso desvelar aquí. Solo diré que tiene que ver con Ricardo, el de la bufanda.

### *Moraleja*

---

Para conseguir una mejora personal, los buenos propósitos son imprescindibles y, probablemente, también intercambiables.



## LAS TRAMPAS DEL DESTINO

*Ningún hombre es feliz a menos que crea serlo.*

*Publio Siro*

Pidió su desayuno de siempre al camarero de siempre y cogió su periódico habitual. Un ritual que lleva años practicando para empezar su jornada laboral de una forma metódica y ordenada. Sus compañeros suelen ir al bar de la esquina, pero él prefiere unos minutos de soledad. Es su forma de prepararse para un trabajo que siempre le ha parecido agobiante: demasiada gente, demasiado trajín y poco reconocimiento. Desde que dio por perdidas las esperanzas de ascenso, comenzó a tomar una cierta distancia.

Con una simple ojeada, comprobó que las noticias, como siempre, no eran buenas: crisis económica, alguna que otra catástrofe natural y su equipo que volvía a perder un partido decisivo. Nada, que todo se iba al traste como se iban yendo sus ilusiones de promoción laboral.

Su mujer dice que es un pesimista de los de la peor especie: de los que no tienen motivos para serlo. Tienen una casa bonita, dos hijos sanos y bien educados, trabajo fijo y buena salud. Él no se conforma con esos argumentos. Le parece que su mujer vive en una burbuja de ensueño infantil, que es víctima de un optimismo pernicioso: el que nos vuelve conformistas y poco ambiciosos. Sí, hay salud, seguridad y amor, pero... ¿qué menos puedes pedirle a la vida si eres trabajador y sensato? Su mujer suele zanjar sus brotes filosóficos con un «No seas quejica, que eso no puntúa y tú vives en estado de competición permanente contigo mismo». Le sienta mal, pero es cierto: desde pequeño ha querido superarse y no vivir estancado.

En estas reflexiones andaba cuando una pequeña nota del diario llamó su atención... «¡Ya estamos!», pensó. Y empezó a leer: «No tome ninguna decisión importante hasta el mes de marzo (...) Un compañero le jugará una mala pasada (...) Vigile su estómago y sus

nervios (...)».

—¿Qué nos deparan hoy los astros? —pregunta afable el camarero mientras le pone el café.

—Nada bueno, Cisco. ¿Tú qué eres?

—Sagitario, pero no creo en esas cosas. No me parece serio...

—El destino es una cosa muy seria. Como tengas mala estrella, con ella te quedas aunque hagas lo que hagas. Yo llevo años acumulando méritos para ser director general de una agencia en un lugar de costa y nada: no hay manera. Mala suerte, esa es la única explicación a seis años de fracasos. Mira, sin embargo, tu horóscopo: «Aprovecha todas las ocasiones de triunfo que te depara el día (...) Los astros te protegen (...) Agradable sorpresa amorosa y salud de hierro...». El que tiene suerte, la tiene.

—Lo que usted diga, y sin ánimo de llevarle la contraria, pero hoy termino aquí mi contrato, mi novia acaba de dejarme y tengo unas migrañas de caballo... Eso sí, que hace falta mucho más para amargarme el día...

Suena el móvil. Luis lo coge:

—Sí, ahora voy para allá. ¿Qué dices? ¿Alicante? ¡No hombre no, ni director general ni narices! Ese lo que quiere es tenerme lejos para que no le haga sombra... Ahora mismo me va a oír, a mí no me mueve nadie.

Se vuelve hacia Cisco:

—¿Has oído? Me mandan, así sin previo aviso, de director general a la agencia de Alicante. Tengo que estar allí la semana que viene...

—¿Pero usted no quería un ascenso y una ciudad con playa...?

Luis parece estar mal de verdad. Cisco le mira compadecido y con cierta ironía:

—¡Nada, hombre, que hoy invito yo al café y a un consejo de mi abuela: el problema de los sueños es que a veces se cumplen, por eso vale más disfrutar de la tierra que admirar las estrellas.

## *Moraleja*

---

Una mirada optimista a lo que nos rodea, confiar en nuestras facultades y saber apreciar lo que tenemos mejora nuestra calidad de vida y nuestra

relación con los demás.



## SENDAS LLAVES

*Donde una puerta se cierra, otra se abre.*

*Miguel de Cervantes*

De la casa donde nací y en la que viví de pequeño no guardo demasiados recuerdos y los pocos que conservo no son ni buenos ni malos. Era un piso más rancio que antiguo, de techos altos, con un balcón casi siempre cerrado. Sea como fuera, al cabo de algunos años nos mudamos a una casita con jardín, que no llegué a aprovechar del todo porque pronto me pilló la edad de encerrarme en mi habitación a escuchar música, o lo que fuera, y de salir con mis amigos.

Lo que sí recuerdo de la antigua casa es que en medio del pasillo teníamos el piano que le habían regalado a mi abuela cuando era una «jovencita por merecer», como se decía en su época. La verdad es que nadie le prestaba demasiada atención, quizá porque al ser un piano vertical no ocupaba demasiado sitio ni entorpecía el paso. Pero había otro motivo: en tiempo inmemorial, antes de que yo naciera, se había perdido la llave de la tapa del teclado.

—Un día hemos de traer a alguien para que abra esa dichosa tapa —decía mi padre de tarde en tarde a la hora de comer.

El comentario de mi padre ni siquiera tenía respuesta, salvo un vago asentimiento por parte de mi madre.

Y mis abuelos hacía tiempo que ya no estaban con nosotros, por lo que tampoco opinaban.

El único que no se resignaba a dejar las cosas como estaban era yo. Para un niño de siete años, una cerradura sin una llave que la pudiera abrir era fuente de todo tipo de conjeturas, a cual más fantasiosa.

—Tal vez encima o entre las teclas haya algo, una nota escrita, o quizá una sortija... ¡O dinero! Alguien pudo esconderlo allí y cerrar la tapa con la llave que luego se llevaría...

Incomprensiblemente para mí, ni la idea de encontrar dinero escondido despertaba el más mínimo interés. Todos mis intentos de arrastar a algún adulto a ayudarme a abrir la maldita tapa resultaban infructuosos. Hasta que llegó el día de mudarnos de casa. Y el piano, viejo, mudo y con la tapa atrancada, iría a parar al trapero.

Ahí sí que me rebelé. Tenía que abrir aquella tapa como fuera, de modo que decidí ingeniármelas por mi cuenta e, inspirándome en alguna escena de película, me fabriqué una ganzúa con un trozo de alambre.

No sabría decir cuánto tiempo pasé con mi ganchito de alambre, hurgando más o menos disimuladamente en aquella pequeña cerradura, pero estoy seguro de que fue muchísimo más del que había dedicado antes a ningún otro juego ni, por supuesto, a tarea alguna. Fracapé en el intento, pero, para mi propia sorpresa, no experimenté el más mínimo desánimo, y por la noche me dormí con la ilusión de reemprender mi empeño al día siguiente.

Así lo hice, y al poco tiempo casi me desmayé de emoción cuando de repente oí un «¡clic!».

Debajo de la tapa, como difícilmente podría haber sido de otra manera, no había nada que no fueran las teclas medio retorcidas a las que ni tan solo pude arrancar una triste nota. No obstante, mi estado era de absoluta felicidad ante tamaño e inesperado logro.

Alborozado, comuniqué mi triunfo a los adultos de la casa que, para variar, y sobre todo tratándose del piano, no me hicieron ni puñetero caso, entre otras cosas porque andaban ajetreados con la mudanza.

Fue precisamente durante esa mudanza cuando apareció una vieja foto de mi abuela que yo nunca había visto: una jovencita sonriente y concentradísima, sentada al piano ante una partitura de Franz Listz a la que mi abuelo, de pie, joven y solícito, se encargaba de ir girando las páginas.

Ahora, pasados los años, aún conservo en la pared de mi despacho la foto de mis extasiados abuelos, colgada junto a aquel pedacito de alambre ganchudo, y pienso que ambos instrumentos, el piano y mi pequeña ganzúa, habían sido, cada uno a su manera, sendas llaves de felicidad.

La felicidad reside en la búsqueda de la misma, y cuanto más empeño se pone en ello, más feliz se es al encontrarla.



## HISTORIA DE UN PRODIGIO

*No he tenido nunca un disgusto que no se me haya pasado después de una hora de lectura.*

*Montesquieu*

Desde su divorcio, Irma intenta que sus hijas sean felices, que no noten la ausencia de la figura paterna y que sean fuertes. Su vida está volcada en ellas y en el trabajo. Es capaz de realizar tres actividades diferentes a la vez y tenerlo todo a punto. Aun así, se considera algo culpable por el fracaso de su matrimonio y por cada problema que puedan tener sus hijas. Esta semana le preocupan los suspensos de Paula, la pequeña. Claudia, la mayor, siempre parece contenta y sus notas no pueden ser mejores. Sin embargo, hoy Claudia llega a casa con cara de pocos amigos.

—¿Te pasa algo, hija?

Claudia mira a su madre. Parece triste, pero le lanza una sonrisa tímida y cómplice:

—¡Siempre lo pillas! Como para querer engañarte alguna vez... ¡Suerte que hay alguien que me comprende!

—Pues cuéntame qué te pasa, te sentirás mejor...

—Eso, y así te cargo con otro problema... ¡Bastante tienes tú con la casa y el trabajo! Ya se me pasará... —Claudia está a punto de llorar.

—¿Seguro?

Claudia le da otro beso, asiente y se mete en su habitación. Al poco rato, su hermana irrumpe en casa y le suelta a su madre una retahíla:

—¿Ha llegado Claudia? Seguro que está llorando, y no es para menos, todo el mundo lo comenta en el colegio. Eso le pasa por tener un noviete tonto y una amiga que es una víbora de afiladas garras...

Su madre la interrumpe:

—Hija, las víboras no tienen garras y como no te expliques mejor, no entiendo nada...

—Lo que pasa es que Claudia parece muy lista, pero ya ves... Primero, no te pide dinero para la excursión, diciendo que prefiere quedarse para estudiar y luego... Su novio y su amiga sí que van y la víbora escamosa aprovecha la ocasión. Hoy iban por el patio de la mano, todos lo hemos visto...

—¡Pobre Claudia! Así se ha encerrado en la habitación sin comer ni nada...

—¡Vaya morro, mamá! Si yo hago eso sin explicaciones me cae una bronca... Pero ella es la reina de la casa, la superdotada...

—No digas tonterías, Paula. Sabes que no es verdad y tengo mis razones: ella es mayor y no necesita que vaya detrás de ella para que estudie o recoja la habitación...

Claudia sale de su dormitorio con una inmensa sonrisa:

—¿Qué, canija, aprovechando la ocasión para quejarte? Tú sí que eres superdotada, porque eso de suspender solo tres no abriendo el libro...

Su madre la mira asombrada por la transformación, pero no tiene tiempo de reaccionar, Claudia sigue hablando:

—Mira, os voy a regalar un verso precioso de Aleixandre: «Un pájaro de papel en el pecho anuncia que el tiempo de los besos no ha llegado». Es perfecto para mujeres sin novio como nosotras...

Paula y su madre se miran sorprendidas. Claudia sigue imparable y emocionada:

—Es como una mezcla de angustia y esperanza. No sé, como si empezaras a resolver un problema, como si todo lo bueno estuviera por llegar y tú lo supieras...

Paula continúa el discurso de su hermana:

—Como si yo fuera a aprobar las mates con Excelente...

Claudia enlaza la frase, está pletórica:

—Sí, una esperanza segura. Como cuando mamá me leía el cuento aquel que escribió para mí y que empezaba con: «A bañarse, Claudia, dice mamá», y yo estaba loca por ir a la bañera y comprobar lo rica que estaba el agua, lo que iba a disfrutar chapoteando... Tenía dos o tres años, pero ya comprendí los poderes mágicos de la lectura.

Paula no puede evitarlo, se lo han puesto en bandeja:

—Ya lo digo yo, un prodigio esta niña.

La experiencia de otros puede ayudarnos a resolver problemas y ser más felices. La mejor manera de hacerla nuestra es con una buena lectura.



## LOS AUTORES HAN ESCRITO

### 1.- EDUCANDO EN LA FELICIDAD

Introducción: Marta Vila.

Marta Vila: *Tiempo para Lucas; Como pez en el agua; La última lección; Caviar con patatas; La fábula de Narciso y Ulises.*

Ton Leonart: *En principio, querido Pepe; ¿Nacido para flotar?; Buenas noches; Roberto el ocurrente; Pensar o no pensar.*

### 2.- EN BUENA COMPAÑÍA

Introducción: Marta Vila.

Marta Vila: *En pie de paz; Ayer empieza hoy; La rebelión de los débiles; Lo que hay que ver; El país de los Unos; De par en par.*

Ton Leonart: *Retrogusto; Érase una vez... y otra; Exalumnos; Nominaciones.*

### 3.- PEQUEÑAS COSAS DE LA VIDA

Introducción: Marta Vila.

Marta Vila: *Sin complejos; A mares; Con buen pie; Diana se libera; El pescador de estrellas; Un rayo en la tormenta; Amores curiosos.*

Ton Leonart: *Extrapolar; Estratocúmulos, cigüeñas blancas... ¡y más allá!; El ingrediente crucial.*

### 4.- EN CLAVE DE AMOR

Introducción: Marta Vila.

Marta Vila: *Nunca llueve...; El alma de la luna; Una seta en la nevera; Como la seda; Una nariz desprevenida; Espejito, espejito; Amor a segunda vista; Una mujer de acción.*

Ton Leonart: *Feliz (auto)retrato; En amor arte.*

### 5.- AL MAL TIEMPO, BUENA CARA

Introducción: Marta Vila.

Marta Vila: *Siempre nos quedará Pekín; Cuestión de piel; Sorpresas; Y Blanca creció; El mejor partido del mundo; Las trampas del destino; Historia de un prodigio.*

Ton Leonart: *A todo trapo; Rojo esperanza; Sendas llaves.*



*La felicidad (en 4 minutos)*

CRTVE SAU, 2012

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal)

© del diseño de la portada, María Jesús Gutiérrez, 2012

© de la realización de los textos, Marta Vila y Ton Lleonart, 2012

© Espasa Libros, S. L. U., 2012

Av. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)

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

Espasa, en su deseo de mejorar sus publicaciones, agradecerá cualquier sugerencia que los lectores hagan al departamento editorial por correo electrónico:  
[sugerencias@espasa.es](mailto:sugerencias@espasa.es)

Primera edición en libro electrónico (epub): abril de 2012

ISBN: 978-84-670-0742-8 (epub)

Conversión a libro electrónico: Newcomlab, S. L. L.

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

# Índice

Educando en la felicidad	4
Tiempo para Lucas	8
En principio	11
Como pez en el agua	13
¿Nacido para flotar?	16
La última lección	18
Buenas noches	21
Roberto el ocurrente	24
Caviar con patatas	27
La fábula de Narciso y Ulises	30
Pensar o no pensar	33
En buena compañía	36
En pie de paz	40
Ayer empieza hoy	43
Retrogusto	46
La rebelión de los débiles	49
Érase una vez... y otra	52
Lo que hay que ver	55
El país de los unos	58
Exalumnos	61
De par en par	64
Nominaciones	67
Pequeñas cosas de la vida	70
Sin complejos	74
A mares	77
Extrapolar	80
Con buen pie	82
Estratocúmulos, cigüeñas blancas... ¡y más allá!	85
Diana se libera	88
El ingrediente crucial	91
El pescador de estrellas	93
Un rayo en la tormenta	96
Amores curiosos	99

En clave de amor	102
Nunca llueve...	106
Feliz (auto)retrato	109
El alma de la luna	112
Una seta en la nevera	115
Como la seda	118
Una nariz desprevenida	121
En amor arte	124
Espejito, espejito	126
Amor a segunda vista	129
Una mujer en acción	132
Al mal tiempo, buena cara	135
Siempre nos quedará Pekín	139
Cuestión de piel	142
Sorpresas	145
A todo trapo	148
Y Blanca creció	151
El mejor partido del mundo	154
Rojo esperanza	157
Las trampas del destino	160
Sendas llaves	163
Historia de un prodigio	166
Los autores han escrito	169
Créditos	171