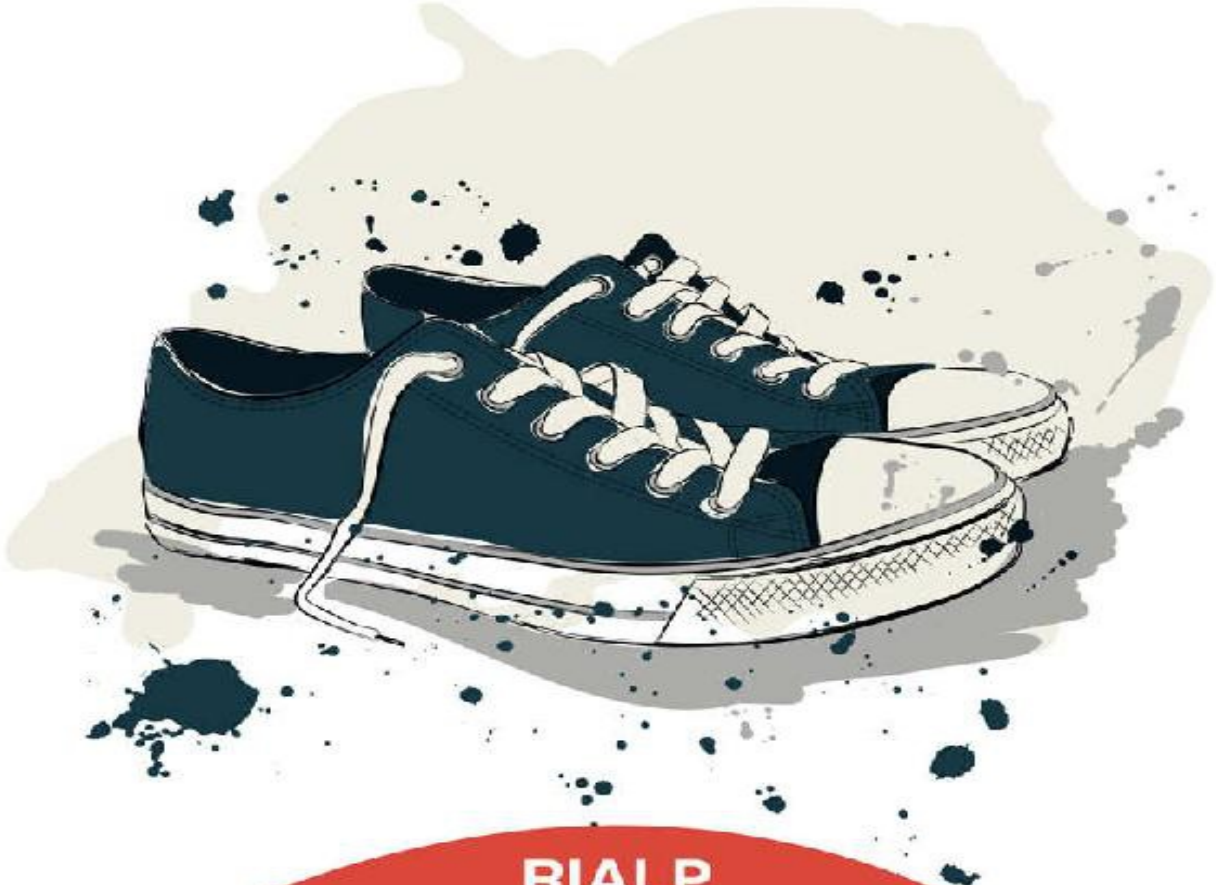
desde Zero

Virginie Maury – Sophie Michaux

ONCE CLAVES PARA JÓVENES CON PERSONALIDAD



RIALP

Virginie Maury — Sophie Michaux

ONCE CLAVES PARA JÓVENES CON PERSONALIDAD

desde Zero
EDICIONES RIALP, S. A.
MADRID

Título original: Devenir quelqu'un

© 2016 by Éditions des Béatitudes
© de las ilustraciones, *by* Marion Amat
© 2018 de la versión castellana realizada por Gloria Esteban,
by EDICIONES RIALP, S. A.,
Colombia 63, 8.º A - 28016 Madrid
(www.rialp.com)

Realización ePub: produccioneditorial.com

ISBN (edición impresa): 978-84-321-5062-3
ISBN (edición digital): 978-84-321-5063-0

No está permitida la reproducción total o parcial de este libro, ni su tratamiento informático, ni la transmisión de ninguna forma o por cualquier medio, ya sea electrónico, mecánico, por fotocopia, por registro u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito de los titulares del *copyright.* Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita reproducir, fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

Para Nicole y Dominique,
Catherine y Xavier,
los mejores padres

Índice

Portada
Portada interior
Créditos
Dedicatoria
Introducción
1. La independencia
2. El trabajo
3. La creatividad
4. El coraje
5. El cuerpo
6. La moda
7. La alegría
8. La amistad
9. El amor
10. La felicidad
11. Dios
Conclusión
Epílogo
Autores

Introducción

Este libro te va a ayudar a tratar los grandes temas de la vida, a dedicar un tiempo a pensar a quién quieres parecerte. Muchas veces admiramos a ese o a esa a quienes consideramos los líderes de la clase, olvidando que todo el mundo posee su riqueza propia; cada persona es única e irreemplazable.

Esa persona eres tú, y en tus manos está convertirte en alguien.

La construcción personal no siempre es lineal: el mejor camino para alcanzar la cima casi nunca es el más recto. Pero lo que sí hace falta saber desde el principio es adónde queremos llegar. De ahí la necesidad de esos momentos de conversación que te facilitan el tiempo y la perspectiva necesarios para construirte a ti mismo.

Uno de los rasgos de una personalidad atractiva es la libertad: no me refiero a la ausencia de ataduras, sino a esa condición que nos empuja a hacer elecciones conscientes, a llevar a cabo actos de construcción personal. Así sentaremos los cimientos de la persona en la que nos queremos convertir. A veces nos exigirá mucho, pero también nos permitirá crecer en la verdadera libertad.

La alegría interior será la manifestación sensible de una felicidad más honda, el termómetro de esa realización personal. En el fondo, la juventud no es una cualidad, sino un estado, una etapa transitoria, pero con un gran valor añadido: es el momento de aportar tus propias notas a los pentagramas de la vida, que harán de ti una persona armónica.

‘Quien ha nacido con alas
debe usarlas para volar’.

Proverbio africano

1. La independencia

—¡Qué ganas de tener 18 años!

—¿Para qué?

—¡Para que mis padres me dejen en paz!

—Eso no me lo acabo de creer del todo…

—¡Pues créetelo, porque es verdad! Es agotador andar todo el día dando explicaciones. Como si fuera idiota.

—No, no eres idiota… Pero ¿eres responsable?

—¡Claro que soy responsable!

—Si eres responsable, es lógico que quieras ser independiente.

—Soy responsable, pero también soy joven…

—Eso es lo que te quiero decir. Si tus padres te educan para que seas un adulto responsable es porque quieren que seas capaz de asumir las

consecuencias de tus actos. Y eso exige un poco de juicio, porque cuando uno es joven no conoce bien sus límites.

—Vale, pero soy yo el que tengo que aprender cuáles son mis límites…

—Sí, pero para eso no hace falta probarlo todo. A veces el análisis de una situación vale más que la experiencia. Tus padres tienen razón al considerarte demasiado joven para que tu análisis sea el acertado.

—¿Cómo que tienen razón? A juzgar por lo que dicen, piensan que soy capaz de seguir a cualquier yonqui hasta debajo de un puente…

—Entonces te toca a ti demostrarles que eres capaz de juicio. La confianza se gana. Y, si alguna vez te parece que no se dan cuenta de que estás creciendo, habla con ellos serenamente. Desde luego, si te enfadas y te pones a dar portazos, no les demostrarás que eres adulto.

—Pero no tiene nada de malo querer ser independiente ¿no?

—No solo no tiene nada de malo, sino que es necesario. De lo que se trata es de encontrar el momento oportuno. Hasta la Biblia dice que los niños dejarán a su padre y a su madre ¿no? No es bueno quedarse pegado a las faldas de mamá. Un joven como tú, que tienes una cabeza bien formada y sabes distinguir el bien del mal, debe ser capaz de asumir responsabilidades antes que los demás.

Zoom

La familia es el lugar donde nos quieren por lo que somos y no por lo que tenemos. Es el mejor sitio para aprender a vivir las relaciones de gratuidad. ¡Cuántas veces nos repiten que nuestra casa no es un hotel! ¿Cómo podemos hacernos mayores, es decir, separarnos de nuestra familia y adquirir la independencia adecuada frente a nuestros padres, pero sin dejar de estar ahí y de tener en cuenta a los demás?

Si has nacido hace menos de 25 años, perteneces a lo que llaman la generación “Z”: eres un apasionado de las tecnologías y buscas la armonía en tus relaciones. No te suele importar tanto ser el mejor como ser diferente. Los de tu generación queréis que vuestros planes se

hagan realidad al instante; sois impacientes, pasáis a toda velocidad de una cosa a otra y soléis hacer varias cosas a la vez. Solo conjugáis la vida en presente.

Tú quieres a tus padres, pero eso no te impide pensar: «Tendría que haber nacido en otra familia». ¿Por qué nunca te faltan energías para dedicarlas a tus amigos, y en casa siempre estás cansado? ¿Cómo se puede encontrar el equilibrio adecuado entre eso que me empuja a crecer y a construirme y el respeto que se merecen mis padres? Conviene saber que la independencia, la verdadera autonomía, el hecho mismo de crecer, pasa por una crisis que puede resultar dolorosa para ti, pero también para los que te rodean. Cuanto más unido estoy a mis padres, más tengo que separarme de ellos para crecer y construirme. Por eso intentas ponerlos a prueba y descubrir cuáles son sus límites. Con esa búsqueda lo que intentas en realidad es adquirir seguridad. Ese camino hacia una verdadera autonomía te permite construirte y pasa por fases de oposición que te ayudan a dejar atrás la infancia. Con esa actitud, a veces desganada y pasiva, pones a prueba a tus padres, porque quieres que te aprecien y te quieran de un modo totalmente gratuito. Y tienes que admitir que tú, por tu parte, no haces demasiados esfuerzos cuando estás en casa.

De vez en cuando, esa necesidad de independencia conlleva la búsqueda de toda clase de experiencias; y, por desgracia, algunas de esas experiencias te conducen primero a una dependencia y luego a autodestruirte, y no a autorrealizarte: como esas poderosas adicciones a los juegos en línea, a los chats compulsivos, al alcohol, la droga o las amistades cómplices que no te hacen crecer. A veces te consuelas apretando un botón y entrando en **una vida virtual que consume tu tiempo y te impide dedicarlo a entablar verdaderas amistades.** Son dependencias que nos despersonalizan, porque nos quitan la libertad.

Al mismo tiempo, es natural que tus padres te permitan correr riesgos: “sin riesgos” no se ejercita la libertad y existe el peligro de no crecer nunca. Conviene encontrar un equilibrio en esa etapa en la que aprendes a crecer y te construyes de espaldas a tus padres —al menos, en parte—, manifestándoles siempre el cariño y el afecto que se merecen por haberte transmitido la vida.

PARA AVANZAR...

LIBERTAD

RESPONSABILIDAD

ESPERANZA

Libertad vivida con la fuerza de la fe
Jutta Burggraf

La libertad interior
Jacques Philippe

Ayúdate a ti mismo
y el cielo te ayudará.

Jean de la Fontaine

2. El trabajo

—Tengo la impresión de que, cuanto mayor se hace la gente, más masoca se vuelve.

—¿Ah, sí? ¿Por qué lo dices?

—Es evidente: los niños se pasan durmiendo los primeros meses de vida. Luego empiezan a jugar, a bailar y a cantar. ¡Quién pudiera! Después van creciendo hasta que se encuentran atrapados en una espiral infernal de trabajo: los deberes, las notas, los exámenes, las oposiciones, las entrevistas

de trabajo… Así hasta que se vuelven fanáticos del trabajo y en la mesa no hablan de otra cosa. Como mis padres…

—Así que, según tú, el trabajo es una esclavitud.

—Exacto.

—Pues mal empiezas…

—¿Por qué?

—Porque, sin darte cuenta, te has convertido en el máximo exponente de las teorías marxistas.

—¿Y qué es eso de las teorías marxistas?

—Una teoría que dice que el hombre está explotado por el trabajo que le imponen las masas dirigentes. La visión marxista es revolucionaria: las masas obreras tienen que rebelarse contra el patrón para recuperar las claves del poder y repartirlo equitativamente.

—Pues me parece una visión bastante razonable.

—Y, hasta cierto punto, lo es: sobre todo para una época en la que los derechos sociales estaban reducidos a la mínima expresión. En el fondo, nuestro espíritu occidental está impregnado de esa mentalidad.

—¿En qué sentido?

—A la gente el trabajo le parece una carga que hay que soportar hasta la jubilación. Pero se equivocan.

—¿Ah, sí?

—Sí. Es verdad que las condiciones de trabajo tienen que ser dignas y que los empleados se merecen una retribución justa, pero el trabajo no degrada a las personas, sino que las enaltece.

—¿Y cómo?

—Haciendo que se superen a sí mismas. Cuando el hombre hace el esfuerzo de crear, siente asombro y se realiza. A tu edad también tú te habrás dado cuenta.

—¿Cuándo?

—Cuando decides tomarte en serio una presentación y le dedicas horas para que sea clara, y para acertar tanto con la redacción como con el modo de exponerla. Si los demás te aplauden, sales de la presentación con un sentimiento de orgullo de lo más satisfactorio. Aunque te haya llevado mucho tiempo, no ha sido un tiempo perdido.

—Es verdad. Aunque eso que dices vale para las materias que me interesan, pero con las asignaturas que aborrezco es bien diferente...

—Eso le pasa a todo el mundo.

—¿Y entonces qué?

—Entonces intentas descubrir qué puede tener de interesante cada cosa. Muchas veces las cosas no nos interesan porque no las conocemos, porque no las hemos estudiado lo suficiente.

—Puede ser…

Zoom

Estamos hechos para trabajar: nuestros días están compuestos como mínimo de 8 horas de clase y 2 horas y media de estudio personal. ¿Para qué sirve trabajar? ¿Para conseguir primero una tarjeta de crédito y luego pasar a la tarjeta oro (o quizá a la tarjeta *black*)? ¿Para demostrarme a mí mismo que soy capaz de sacar la mejor nota y mirar por encima del hombro a otros compañeros de clase? ¿Para que mis padres me dejen hacer lo que quiera porque esa semana he cumplido y he sacado buenas notas?

En realidad, el trabajo es la vida: el estudio es una prolongación de lo que soy. Por otra parte, es cierto que la gente que nos rodea cada vez tiene menos vida personal por culpa del trabajo… *Hacen* y dejan de *ser.* ¿Cómo podemos "hacer" sin dejar de ser nosotros mismos? ¿Cómo podemos "hacer" que nuestras obras prolonguen nuestro yo interior? ¿Cómo "hacer" de las horas de estudio un tiempo que construya nuestra personalidad?

Tenemos que plantearnos qué sentido o qué finalidad le damos al estudio o a nuestras actividades cotidianas: sacar la basura, regar el jardín o montar una mesa de Ikea son tareas tan nobles como el esfuerzo por rematar bien la presentación de la asignatura de Lengua.

¿Qué finalidad tiene lo que hago? El esfuerzo y el cansancio que acompañan a mi trabajo ¿son señales positivas de que me he empleado a fondo y he trabajado bien?

Lo más importante del trabajo es hacerlo bien: no hay nada más lamentable que chapucear y terminar lo antes posible para dedicarse a otra cosa. Es importante empezar bien y acabar bien lo que tienes entre manos, es decir, **hacer lo que debes y estar en lo que haces;** encontrar el ritmo adecuado para la variedad de tareas que llenan tus días y tus semanas; imponerte un orden y un horario, que son imprescindibles para aprovechar el tiempo y estar

disponible para los demás o para dedicarte a otras ocupaciones. Otra cosa que puede ayudarte es aprovechar cada minuto para dotar de equilibrio a tus días: saber que, cuando estás trabajando, no descansas, y al revés. Si intentamos que todo sea compatible, podemos llegar a pensar que estamos ocupados, cuando en realidad nuestra vida no es más que una sucesión de tiempos vacíos.

El trabajo es una fragua donde me supero a mí mismo, donde traspaso mis límites, donde alimento mi espíritu. Si procuro poner la última piedra, no hacer chapuzas y cuidar tanto la presentación como el contenido de lo que hago, **mi trabajo se convierte en un arte, y ese será el primer paso para dejarme construir por él.**

Segundo: para que el trabajo sea una construcción personal, hay que saber por qué se trabaja. Quizá conozcas la anécdota de los tres talladores de piedra que trabajan con las mismas herramientas, en el mismo lugar y con el mismo ritmo: los tres hacen exactamente lo mismo.

El primero tiene aspecto de ser un infeliz.

El segundo no parece ni feliz ni infeliz.

Y, en cuanto al tercero, es evidente que está disfrutando.

Cuando les preguntan qué están haciendo, el primero responde con amargura: «Cumplo mi condena tallando piedras».

El segundo contesta en tono neutro: «Tallo piedras para dar de comer a mi familia».

Y el tercero responde con una amplia sonrisa: «Estoy tallando piedras para construir la nueva catedral».

Esta es la reflexión que podemos hacernos: cuando trabajo, he de saber por qué lo hago. Cuanto más recta y más elevada sea mi intención, más me ayudará a construirme y a crecer lo que tengo entre manos, sea cual sea el trabajo que me encarguen.

Los siete hábitos de los adolescentes altamente efectivos
Sean Covey

Cuando el mundo gira enamorado
Rafael de los Ríos

Solo existe un fracaso:
rendirse antes de haber conseguido algo.

Clémenceau

3. La creatividad

—Me aburro…
—¿No tienes nada que hacer?
—No. He acabado los deberes y todos mis amigos están ocupados.
—¿Y no puedes hacer algo tú solo?
—Odio estar solo.
—De vez en cuando es agradable estar solo, y no va mal un poco de cambio…
—Pues a mí no me lo parece. La soledad es horrible.
—Porque no sabes aprovecharla.
—¿A ti sí te gusta?

—A veces viene bien. Sobre todo si nadie me la impone. A mí me parecen momentos privilegiados.

—¿Privilegiados para qué?

—Para escapar del barullo, para encontrarme conmigo mismo, con lo que soy, con lo que quiero, etc.

—Ya…

—¿Y a ti qué te gusta hacer?

—Estar con los amigos, ir al cine, charlar, organizar fiestas, ir de compras… las cosas de mi edad.

—O sea, consumir.

—¿Cómo que consumir?

—¡Claro que sí! Consumes la vida como se consume la mecha de una vela. ¿Y dónde está tu creatividad?

—¿Qué creatividad?

—¿Lo ves? Ni siquiera sabes de qué te estoy hablando.

—En serio, ¿qué creatividad?

—Lo que quiero decir es que el hombre no está hecho para consumir, sino para crear. Así es como se realiza. El anciano que cuida de los tomates de su huerto; el niño que construye un castillo con los legos; la chica que, por las noches, en su cuarto, se dedica a escribir sus primeros relatos; o ese otro niño que prueba la receta de una tarta fundiendo M&M’s en el microondas…

—¿Y eso para qué sirve?

—Eso es lo que diferencia a un pasmarote plantado delante de la tele de un ser humano, o lo que diferencia a alguien interesante de alguien aburrido. En esta vida es fundamental la capacidad de crear. Sin creatividad nos morimos a fuego lento.

—¿Y todo el mundo tiene eso dentro?

—Todo el mundo tiene esa capacidad, pero hay que proponérselo y no ceder a la pereza de pasarse todo el día consumiendo.

—Pero no me voy a poner a hacer jardinería con los amigos… ¡Eso es de *pringaos*!

—No seas bobo. No es eso lo que te estoy diciendo. Tienes que encontrar actividades que se adapten a tus capacidades, a tu edad y a tus gustos. Puedes intentar componer canciones y grabar alguna, escribir una novela, rodar un

cortometraje… Pero, ¡por favor!, no te pases las tardes de los sábados delante de la tele o en los centros comerciales. Eso es…

—…penoso ¿no?

—Me has quitado la palabra de la boca.

Zoom

En el capítulo anterior hemos hablado del trabajo entendido como un arte: aquello que permite desarrollar las aptitudes y las cualidades personales cuando se hace bien. El trabajo me permite trascenderme a mí mismo si le doy una finalidad que está por encima de mí. Ahora nos toca explicar que lo que llamamos tiempo libre o tiempo de descanso se puede convertir en un tiempo de creatividad y de construcción personal si dejamos de asociarlo siempre al ocio o a la pérdida de tiempo.

Todos necesitamos recargar las pilas a diario dedicando unas horas al sueño, pero también hay que recargarlas semanalmente. Por eso es tan conveniente tener aficiones como la música, el deporte, la lectura o el arte. Pero también es muy bueno disponer de ratos en los que poder crear y recrearse: construirse interiormente, como se suele decir en este libro. ¡Pasar el tiempo! Lo cual puede parecer una paradoja después de leer el capítulo anterior…

¿El tiempo libre puede ser un momento creativo? Eso solo es capaz de entenderlo el que guarda silencio: el que no guarda silencio no lo entiende. Entonces ese tiempo libre se convierte en ratos de percepción y de asimilación, de ojos abiertos, de inmersión contemplativa. A veces el tiempo libre solo es tiempo de pereza disfrazada. De hecho, la hiperactividad suele esconder el miedo a encontrarse con uno mismo; puede que uno quiera evitar construirse interiormente y por eso se vuelca en mil actividades que carecen de unidad.

Sí, hay que intentar buscar un auténtico tiempo libre, es decir, abandonar la lógica de la rentabilidad, de la inmediatez, del “ahora mismo”, para encontrar momentos de no-actividad y de calma; momentos de dejar hacer, de sosiego interior, de silencio. Durante esos ratos tan valiosos experimentaremos intuiciones, inspiraciones y momentos de alegría interior que luego nos permitirán profundizar en la esencia de las cosas y en un hondo conocimiento de las personas.

El tiempo libre no es, por lo tanto, inactividad, sino un tiempo que se dedica a esas otras actividades que nuestra sociedad hiperactiva e hiper-rentable se olvida de enseñarnos. Además de infundirnos fuerzas para reanudar el trabajo, nos permite adquirir una vida de

contemplación. El tiempo de descanso nos ayuda a construir en lo hondo de nuestro ser lo que el resto de las actividades quizá dejan de lado. Ese tiempo libre protege y enriquece nuestra naturaleza humana. Gracias a él podemos desarrollar una mirada y un alma de poeta.

Perfil del líder: hacia un liderazgo virtuoso
Alexandre Dianine-Havard

Carta a los artistas
Juan Pablo II

Con los políticos las preguntas son siempre las mismas: ¿es competente, honesto y, sobre todo, comulga con nuestros intereses? ¿Se le ve futuro? La pregunta "¿es valiente?" no la he leído nunca. En realidad, esta debería ser la principal cualidad de un hombre público que aspira a un cargo público. El Ministerio de Educación no sabe qué es eso ni qué significa: no es algo que se pueda leer o aprender. El pensamiento sociológico y filosófico francés lo ignora. No obstante, Napoleón decía: «Es la única virtud que no se puede fingir». Nadie puede aparentar que es valiente.

Jean-François Deniau
Histoires de courage

4. El coraje

—¿Qué haces?

—Esquemas de lengua para el examen final. Falta un mes, la cosa se pone fea…

—¿Me dejas ver la lista?

—¿Para qué?… Es un rollo, siempre los mismos textos. El único que me gusta es *Antígona*, de Anouilh. ¡Eso sí que es literatura!

—Pues en la lista hay otros libros muy buenos.

—No tanto como *Antígona*. Antígona es alguien con coraje, que no se deja corromper…, ¡mi ídolo, vaya! Para una vez que nos ponen un ejemplo motivador que te entran ganas de imitar…

—Así que, a ti, en un futuro, te gustaría vivir como Antígona…

—Desde luego.

—¿Y qué harías?

—No sé. Puede que alistarme en el ejército para defender a mi país y sus valores.

—Me va a dar la risa…

—¿Por qué?

—Pues porque a veces te entusiasmas con proyectos que alimentan tu vena de héroe y luego, cuando se trata de cosas pequeñas, ¡se acabaron tus aspiraciones!

—¿De verdad? Ponme un ejemplo.

—Dices que quieres servir a tu país, pero si alguien de tu familia te pide que vayas a la residencia de tu abuela a llevarle el periódico, a darle un beso y a charlar diez minutos con ella, la cosa se te hace un mundo.

—Eso no tiene nada que ver con el coraje.

—Depende de lo que entiendas por la palabra coraje. El coraje no consiste únicamente en poner en peligro tu vida, sino en darla, olvidándote de ti mismo y de tus caprichos diarios. Consiste en decidirte a creer que cuando triunfas es cuando te pones en último lugar. Si para entregarte estás

esperando a que te persiga un dictador, te arriesgas a seguir el resto de tu vida tirado en el sofá.

—¿Y para qué sirve eso de “darme”, como dices tú?

—Para ser feliz.

—Es una respuesta un poco tonta, ¿no?

—Pruébalo y verás. Si lo que buscas por encima de todo es satisfacer tus deseos, nunca estarás satisfecho. Detrás de un deseo vendrá otro. Serás el eterno insatisfecho. Si te das, ten por seguro que te cansarás, pero mantendrás una buena relación con los miembros de tu familia, con tus amigos y, si crees en Dios, con Él.

—Eso es volar muy alto ¿eh?

—De ti depende: puedes elegir entre volar como una mosca, de tarro en tarro de mermelada, o como un águila valiente, estable y majestuosa.

Zoom

El coraje (que etimológicamente procede del francés y significa “acción del corazón”) es un rasgo del carácter que tiene que ver con la capacidad de superar el miedo para enfrentarse a un peligro. El término puede emplearse también para referirse a la reciedumbre, especialmente frente al dolor. El coraje o la fortaleza es una gran virtud: la virtud de los que aman, de los convencidos, de quienes serían capaces de renunciar a su vida por un gran ideal. Esta definición puede hacernos creer que no es una virtud para ejercitar a diario y que es ajena a nuestros tiempos. Vamos a ver: no se trata de llevar a cabo actos sobrehumanos; el coraje nos hace fuertes a la hora de conseguir algo bueno y costoso sin dejarnos achicar por el miedo, ni siquiera por la muerte. Los principales actos de esta virtud son emprender cosas y perseverar. Su objetivo consiste en controlar el miedo que paraliza nuestros esfuerzos hacia el bien y moderar esa audacia que, sin el coraje, es fácil que se convierta en temeridad; consiste en luchar valerosamente contra los miedos que se oponen al cumplimiento del deber, por pequeño que sea. Para ser fuerte y valiente conviene desarrollar la magnanimidad, que significa grandeza de alma, nobleza de carácter, una disposición noble y generosa a emprender grandes cosas por Dios y por el prójimo. El defecto contrario es la cobardía, que nos hace vacilar y permanecer inactivos por un temor excesivo al fracaso.

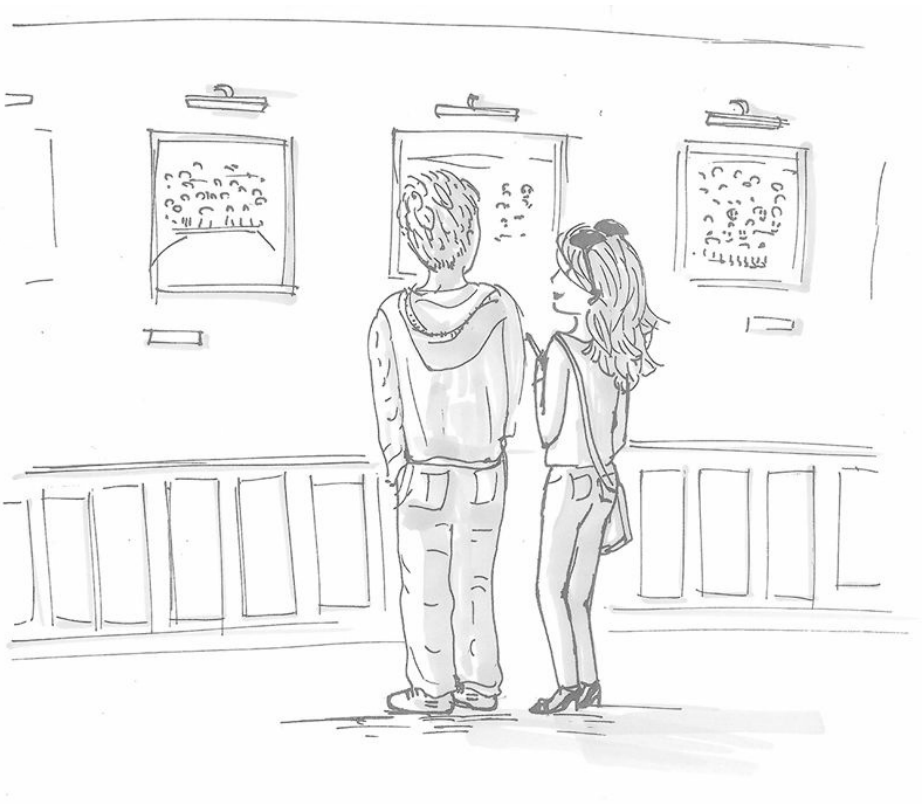
La fortaleza es una virtud para todos, porque significa endurecer la voluntad para mantenerse firme en la búsqueda del bien, a pesar de las dificultades y de los obstáculos que encuentra en el camino. En nuestra sociedad el nivel de vida, las comodidades, la facilidad, la inclinación al mínimo esfuerzo, la mentalidad hedonista buscan ante todo el placer en sí mismo.

Para que nuestra personalidad crezca, para ser firmes y fuertes, lo primero es saber por qué hacemos las cosas; buscar el bien en sentido general y, en particular, los bienes que nos llevan a él, conscientes de que en la vida las dificultades son algo totalmente normal. **Hay que acostumbrarse a crecer aprovechando lo pequeño de cada día: levantarse a la hora, empezar a trabajar atacando la tarea que más nos cuesta, dominar la impaciencia a la hora de conseguir las cosas, controlar el mal carácter, sonreír ante las contrariedades.** Estas decisiones nos harán personas fuertes «sin miedo al dolor; hombres que saben sufrir callando, y no lo comunican para que no los compadezcan; sin miedo al sacrificio ni a la lucha; que no se arredran ante las dificultades; sin miedo al miedo; sin timideces ni complejos imaginados; incompatibles con la frivolidad; que no se escandalizan de nada de lo que ven ni oyen. Entereza es reciedumbre (…) La reciedumbre se traducirá en las cosas más insignificantes del cumplimiento del plan de vida, y hasta en el apretón de manos al saludar a los hombres»[1].

El esbirro
Sergei Kourdakov

Remando como un solo hombre
Daniel James Brown

[1] J. URTEAGA, *El valor divino de lo humano,* Madrid, Rialp, 1995.



Si quieres mantenerte delgada, comparte tu comida con los que pasan hambre. Si quieres tener un pelo bonito, deja que un niño lo acaricie todos los días. Si quieres unos labios atractivos, que tus palabras sean bondadosas. Si quieres unos ojos bonitos, fíjate en lo que en lo que hay de bueno en cada persona. Si quieres tener buen porte, camina sabiendo que nunca estás sola.

Audrey Hepburn

5. El cuerpo

—¿Sabes cuánto tiempo de nuestra vida lo pasamos durmiendo?

—Pues… bastante ¿no?

—Un tercio.

—¿Y qué pasa?

—¿Que qué pasa? ¡Que me da mucha rabia! ¿Para qué sirve pasar tanto tiempo inconsciente?

—Para mantenerse con vida, ni más ni menos.

—¿Y por qué Dios no hace que vivamos menos tiempo, pero sin cansarnos? La cosa sería más dinámica ¿no?

—Qué cosas dices… Quizá porque eso nos permite entender que nuestra vida no es una pila que se puede consumir sin más consecuencias; es decir, que nuestro cuerpo no es una herramienta más, sino algo mucho más importante.

—¿Y qué es entonces?

—¿Para ti qué es más importante: tu cuerpo o tu alma?

—El alma. El cuerpo es solo materia.

—¿Ah, sí? ¿Y la música que eleva tu alma cómo la percibes?

—Con el oído.

—O sea, con tu cuerpo.

—¿Quieres decir que mi cuerpo es más importante que mi alma?

—Más bien quiero que comprendas que todo lo que hay en tu cerebro y en tu corazón (tus recuerdos, tus conocimientos, tus sentimientos, tus gustos) “entra en ti” a través de los sentidos, es decir, a través del cuerpo.

—No lo había pensado nunca…

—No me extraña.

—¿Por qué?

—Porque hoy en día hay una especie de moda que dice que todo lo que experimenta nuestro cuerpo puede, si así lo queremos, quedar fuera de nosotros. En definitiva, la cultura contemporánea parece haber separado el cuerpo del alma.

—¿Y podemos separar las dos cosas?

—Yo creo que no, pero la gente intenta convencerse de que sí se puede. Mira cómo a los jóvenes se les anima a vivir como marido y mujer cuando solo son compañeros de clase y se gustan.

—¿Y?

—Muy sencillo: todo lo que expresas con tu cuerpo debe tener su correspondencia en una realidad distinta de la corporal, en una realidad afectiva. Cuando dos seres se hacen uno y se unen físicamente, crean (aunque no lo quieran) lazos afectivos muy fuertes que nadie podrá romper, ¡ni siquiera una ruptura!

—¿Y qué pasa entonces con los divorciados?

—Es lógico que sufran. Un divorcio es algo muy doloroso, en parte por esta razón.

—¿Y qué pasa con los jóvenes?

—Hay dos soluciones: o se dan cuenta de que han llegado demasiado lejos porque ese acto no tenía correlación con la cualidad de la relación, o hacen como si no pasara nada. Piensan que eso no tiene ninguna consecuencia interior y que simplemente "han roto". Si lo piensas, la palabra lo dice todo, porque "se rompen" en sentido literal, hasta el punto de ignorar las consecuencias que sufren.

—¿Por qué?

—Porque si decides cortar los lazos entre tu cuerpo y tu alma dejas de ser persona y te conviertes o en un animal, o en un fantasma.

—¿Así de tajante?

—En realidad, con el cuerpo hay que hacer lo que resuena en el fondo del corazón, en el fondo de la conciencia.

—Entonces, si quieres a alguien desde el fondo del corazón, ¿qué tiene de malo?

—Puedes sentir algo por alguien, sí, pero tener sentimientos es distinto de tomar la decisión de *hacerte uno* con ese alguien. Eso exige ser capaz de proyectarse hacia el futuro al lado de esa persona, cosa que a tu edad no se puede hacer.

—¿Y qué hay que hacer entonces?

—Seguir amando, pero aprendiendo a conocerse, a hacer cosas juntos: lo que se llama ser amigos. Y ese campo de exploración es tan rico que puede llenar cien vidas.

Zoom

La persona está compuesta de cuerpo y alma. El cuerpo no es la prisión del alma, como defendía Platón; tampoco es un envoltorio desechable, como lo definen al hablar de la reencarnación los filósofos orientales, para quienes no existen vínculos esenciales entre el cuerpo y el alma. El cuerpo tampoco es (como pretende hacernos creer nuestra sociedad) un instrumento, una herramienta más o menos eficaz, ni un simple objeto de placer.

El cuerpo y el alma, los dos juntos, son lo que somos. De hecho, nuestras impresiones más espirituales tienen también una expresión corporal: reír y llorar son signos de unas realidades interiores, igual que la sonrisa no es solamente una contracción muscular o una respuesta a estímulos positivos. La sonrisa es afirmación, alegría, acogida, amistad. Mi cuerpo refleja las facetas de mi alma. Por eso la mirada es una expresión de orden espiritual.

Por lo tanto, yo no habito mi cuerpo, sino que soy un cuerpo. Descuidar el cuerpo equivale a descuidar toda mi persona.

Por otra parte, cada uno de nosotros estamos hechos para conocer y ser conocidos, para amar y ser amados, aceptados, etc. Somos personas sociales, hechas para el diálogo con los demás. El afecto, el cariño y el amor que recibimos de nuestros padres son muy importantes, pero no suficientes. Cualquier persona humana tiene necesidad de darse y de amar de un modo intenso, total y exclusivo. En esta clase de amor necesitamos decirlo todo, expresarlo todo, con confianza en un otro que nos acepta tal y como somos. Lógicamente, en un contexto como este interviene el cuerpo, porque es toda la persona la que interviene. En este caso, el cuerpo desempeña un papel esencial, ya que (como hemos visto) forma parte integral de la persona.

Por eso la entrega total que hacen de sí mismas dos personas se convierte en un amor sexual. El lenguaje corporal es la expresión de ese amor y de esa capacidad de darnos. Se trata de poseer la intimidad del otro y de ser poseído hasta en lo más íntimo.

Corremos el riesgo de instrumentalizar al otro cuando no situamos ese amor-donación en la perspectiva adecuada y cuando no existe la intención de ser uno con el otro para siempre. El amor se expresa a través del cuerpo y, para que el don del cuerpo pueda ser el reflejo del don total de la persona, las manifestaciones corporales de afecto deben guardar armonía con el grado de amor que existe entre las personas. Si se produce un desajuste, pueden convertirse en la expresión de un deseo de placer desconectado del verdadero amor. En ese caso, utilizamos al otro como un objeto que satisface un apetito.

Cuando dos personas se aman se sienten mutuamente atraídas. Esta atracción no tiene nada de malo; al contrario: sin ella sería una locura plantearse el matrimonio. Pero, aunque la atracción física sea un prerrequisito, no es el único “indicador” de que dos personas están

hechas la una para la otra. De hecho, igual que el hombre es cuerpo y alma, el amor, además de ser unión corporal, es también correspondencia espiritual, unión de dos corazones. Son dos libertades que se abrazan.

El amor físico que no conlleve todas estas dimensiones inherentes a la naturaleza humana quedará cojo, carecerá de armonía. Para lograr esa armonía, para integrar el impulso sexual en su auténtica dimensión, es importante construir el vínculo existente entre la atracción mutua y la libertad personal. La sexualidad separada de la inteligencia se hace "independiente" y, al ser una de las pulsiones más fuertes de la naturaleza humana, corre el riesgo de deshumanizarse. La pureza nos permite ordenar la intimidad de nuestro ser para que el cuerpo sea expresión e instrumento del amor generoso de dos almas: no nos hace renunciar a la carne, sino ordenarla a su fin. Se trata de personalizar la sexualidad, de concederle toda su importancia.

El amor consiste ante todo en comprometer una libertad que el matrimonio protege y permite que crezca. Entonces, ¿darse y comprometerse es limitarse? Sí, entregamos la libertad a otra persona; pero, como esa libertad está hecha para el amor, y el amor compromete la libertad, esta se verá colmada por lo que, de modo natural, atrae a la voluntad: el Bien. Un amor así solo aparece en el momento en que la persona compromete de modo consciente su libertad en favor de otra; y entonces no será concupiscencia, sino que se convertirá en el deseo de querer el bien de la persona amada.

Esa es la señal divina del amor: querer el bien infinito del otro. Amar es entregar y entregarse al otro, y no apoderarse del otro ni servirse de él. Esta clase de amor elimina la relación de sujeto a objeto (propia del amor egoísta) sustituyéndola por la unión de dos personas, es decir, el amor oblativo.

Todo esto nos sirve para comprender el cuidado con que debemos tratar nuestro cuerpo y el esfuerzo para vivir con cierta sobriedad: la moderación en las cosas que poseemos, en la comida, en la bebida, etc. Es bueno acostumbrarse a controlar los caprichos, a esforzarse por adquirir dominio propio y ser dueño de uno mismo, que es el único camino para poder darse.

El equilibrio interior
José Brage

Llamados a la vida
Jacques Philippe

La moda es la manera de expresar quién eres sin necesidad de palabras.

Rachel Zoe

6. La moda

—Hay un montón de preguntas para las que todavía no tengo respuesta.

—Es lógico. Eres muy joven: no puedes saberlo todo. Pero puedes preguntar. A tu edad, hay que preguntarse muchas cosas.

—¡No es una cuestión de edad! En la vida siempre hay preguntas que hacerse. Y, además, algunas no nos atrevemos a hacerlas nunca, tengamos la edad que tengamos.

—¿Ah, sí? Dime una.

—No sé… hay preguntas realmente difíciles de hacer. Por ejemplo: ¿conoces a muchos que te pregunten así, sin rodeos: «Oye, ¿soy feo?»? A mí me parece que eso no se pregunta. ¡Pero no deja de ser una buena pregunta!

Yo, al menos, me la hago a menudo. La gente no lo pregunta, pero la respuesta es importantísima ¿no? De hecho, no sé si sería capaz de escuchar la respuesta.

—Sí, es importantísima, porque tiene que ver con nosotros y siempre nos gusta hablar de nosotros mismos. Pero también puede dejarte hecho polvo.

—¿En qué sentido?

—Bueno, hoy vivimos bajo una presión constante. ¿Tú no sientes esa presión?

—¿Qué presión?

—Imagínate que te ponen en medio de una habitación y te dicen: «Te declaramos oficialmente feo. Eres horroroso. Te queremos mucho y tú no tienes la culpa, pero estás claramente dentro de la categoría de los feos». ¿Cómo saldrías de allí?

—Hecho polvo.

—¿Por qué?

—¡Pues porque quiero ser guapo!

—¿Y por qué?

—Me imagino que porque quiero que me quieran. Es normal querer que te quieran, ¿no?

—No solo es normal: es esencial. Por eso la pregunta a la que te referías hace un momento no se plantea. Es muy importante poder creer que uno es bello y digno de amor: si no, parte de la esperanza que hay en nosotros se muere.

—Eso tendrías que decírselo a mis padres.

—¿Por qué?

—Se pasan todo el día diciéndome que hago el ridículo siguiendo la moda; que, al final, acabaré siendo un clon sin personalidad.

—Y eso, ¿qué tiene que ver con la pregunta de si eres o no eres feo?

—¡Está clarísimo! Cuando uno no sigue la moda, no le quieren…

—…y como tú quieres ser querido del todo, quieres ir del todo a la moda.

—¡Exacto!

—Pues ahí hay una paradoja: te vistes como todo el mundo para que te quieran. Pero quieres que te quieran *a ti*, no al vecino. Quieres ser alguien

único, siendo igual que los demás… El mecanismo es un poco extraño ¿no te parece?

—Todo el mundo hace lo mismo, lo que quiere decir que soy normal.

—Porque todo el mundo tiene mucho miedo de no ser querido. Y ese miedo es más fuerte que el deseo de tener un estilo propio. A veces uno lleva una bufanda o un gorro que le encantan, pero que no lleva nadie más. Y basta con que alguien te diga que es "horroroso" para que lo guardes en el armario por el simple hecho de que a los demás no les gusta. Es ridículo ¿no?

—No. Lo que ocurre es que uno no tiene ganas de pasar vergüenza.

—Solo hay que avergonzarse cuando se ha actuado mal. Y llevar un gorro no tiene nada de malo.

—Es verdad, tienes razón. De hecho, en mi clase hay una niña que suele llevar cosas muy originales. Pero como no le da vergüenza y es muy mona… Hasta tiene cierto éxito. En realidad, creo que le importaría un pito que le dijeran que es fea. Es curioso: esa niña tiene algo irresistible.

—Es irresistible porque es libre.

—Da la impresión de que se viste tal y como es. Pasa bastante de lo que piensen los demás. No le afecta nada. Creo que por eso resulta tan atractiva. Es normal de cara, ni guapa ni fea, pero su modo de andar atrae. ¡Es curioso eso de ser atractiva sin ser guapa!

—¿Y se arregla mucho?

—Sí, a su manera. La verdad es que tiene mucha personalidad. Pero yo no me siento capaz de hacer lo mismo que ella. Además, a los amigos nos gusta ir vestidos igual. A veces vamos de compras y nos compramos los mismos zapatos. ¡Tiene su gracia que los amigos se vistan más o menos igual!

—¡Claro! Es una de las gracias de la adolescencia. Pero no me negarás que a veces, dentro de un mismo grupo, hay alguien que lanza una moda y los demás le siguen como borregos. Visto desde fuera, resulta un poco penoso.

—Te estás pasando…

—Es verdad, reconozco que yo ya tengo muchos años. Pero no dependo tanto de la moda.

—¿Cómo que no? También los de tu edad sois algo borregos: el coche de moda, el bolso de marca… Solo que vuestro presupuesto es más elevado.

—Es cierto, pero procuro no caer en esa trampa. Es una lucha que dura toda la vida, ¿sabes? Ya veremos cómo serás tú a mi edad… y qué clase de madre.

—¡Seré una madre flipante!

—¿Ah, sí? ¿Y cómo ves a tu hija con 16 años?

—Tendrá el pelo largo y castaño, y se le moverá al andar. Por la noche, después de hacer los deberes, tocará el piano. Será elegante. Eso es, ¡elegante!

—¿Y qué quieres decir con eso de elegante?

—¡Tendrá estilo! Y lo impondrá. Todo el mundo se fijará en ella al pasar.

—¿Y por qué la mirarán?

—Por su elegancia, su aire propio, su porte, su clase… ¡Todo!

—Es curioso, porque me estás hablando de su modo de ser. ¡Tiene gracia! En el fondo, lo has entendido muy bien. Lo que importa es lo que eres. Todo lo que me has dicho refleja el alma de la persona. Y no tiene nada que ver con la moda, en lo que tiene la moda de "uniformidad". Tiene que ver con la belleza de la persona. Al describirme a tu futura hija no has mencionado la ropa de marca. Las marcas no son imprescindibles, aunque tengo que reconocer que a veces es ropa bonita.

—Menos mal…

—Yo no tengo nada en contra de las marcas, pero no basta con eso. Conozco a un montón de personas que llevan ropa muy cara y que se aseguran de que se vea bien; y, sin embargo, no tienen clase. No atraen a nadie. Lo apuestan todo a lo que se ve y nada a lo que no se ve, pero no saben que no hay nada que pueda esconderse. Hasta el vacío, aunque sea transparente, salta a la vista.

—¿Y qué metes en ese vacío?

—La vida interior de la persona.

—¿Y eso qué es exactamente?

—La próxima vez hablaremos de ello, si quieres. Ahora me tengo que ir…

—¡Vale, hasta luego!

Zoom

La belleza es armonía; es un equilibrio que a veces queda reducido solamente a una imagen en papel cuché, a la foto de una revista, a unas escaleras con alfombra roja, a un segundo de belleza en un videoclip.

Pero la belleza es mucho más que eso.

Es, ante todo, coherencia entre lo que soy y el modo de presentarme. A los demás los conocemos por su aspecto exterior, por la manera en que se presentan: y es lógico que sea así, porque conocemos a través de los sentidos. También sabemos que la exterioridad absoluta suele corresponderse con una falta de riqueza interior. De ahí la importancia de lograr una armonía entre lo que somos y la forma de vestirnos.

Por eso, es posible que ya desde muy jóvenes queramos construir un estilo propio. Y tenemos que saber elegir, es decir, ¡ser elegantes! *Eligo,* "elegir", revela una actitud interior: «La elegancia consiste en parecer lo que uno es», dice Balzac. Esa elegancia se traducirá también en nuestra manera de expresarnos, de hablar, de presentarnos y comportarnos. Así crearemos a nuestro alrededor un ambiente agradable y, a la vez, ayudaremos a los demás a agradar.

La persona elegante sabe captar en toda su hondura la belleza, la bondad, la verdad de los seres y de las cosas. Manteniéndose al margen de los dictados de la moda, sabe mostrarse a gusto en cualquier circunstancia y no pasa junto a lo extraordinario sin fijarse en ello (cosa que, dicho sea de paso, no es más que una prueba de vulgaridad). Un famoso estilista ha dicho de la elegancia: «Es una cuestión de físico, de costumbre, de espíritu o de naturaleza, antes que de ropa. Es algo natural: una campesina etíope puede ser de una elegancia increíble…».

La moda no debe nunca dañar nuestra personalidad ni ser vehículo de una apariencia que desmerezca lo que soy. Desconfiemos también del *total look* que hace que las personas, con sus marcas y sus logos, se conviertan en anuncios ambulantes que ocultan su personalidad.

La ropa sirve para taparse, para vestirse, para arreglarse: es un modo de habitar en el mundo. La ropa es una invitación al diálogo. Por eso hay que saber qué queremos comunicar, hay que elegir la ropa adecuada para un diálogo adecuado. Por medio de la moda y de la ropa o bien nos parecemos a los demás, o bien nos distinguimos de los demás. La ropa es el instrumento que une mi interioridad con mi exterioridad, lo que me hace ser o desaparecer… o quizá que mi yo quede disuelto en medio de la masa de la uniformidad.

Por último, es fundamental que, gracias a nuestra forma de vestir, lo que busquen en nosotros por encima de todo sea nuestra mirada, nuestro rostro, nuestro yo, es decir, nuestra

personalidad. La ropa sirve también para proteger nuestra intimidad de la mirada de los demás. De ahí la importancia de cuidar el pudor para evitar que nos consideren un objeto.

Por eso no es fácil definir la elegancia, que tiene más que ver con la riqueza interior que con los accesorios exteriores. Por lo tanto, no se puede asociar lo elegante con lo frívolo. Los verdaderos estilistas de nuestra personalidad son nuestra inteligencia y nuestra voluntad. Así elegiremos lo más bonito, lo mejor. Para ello es importante desarrollar nuestro mundo interior, tener espíritu crítico y adquirir cierta independencia. Nuestra inteligencia construirá interiormente nuestra personalidad, que se traducirá exteriormente en un reflejo auténtico de nuestro modo de ser.

Saber elegir es un arte que a veces puede provocar cierta tensión derivada del hecho de ser libres. Ejercemos nuestra libertad para adquirir el estilo adecuado y para vestirnos de acuerdo con nuestra edad, nuestro físico y nuestras circunstancias. Así nuestro ego no será el centro de todo —lo cual demuestra falta de elegancia—, y buscaremos el asombro que nos hace salir de nosotros mismos.

Esa es la verdadera belleza.

Las confesiones
San Agustín

Cinco meditaciones sobre la belleza
François Cheng

Antígona
Sófocles

Dios ha creado a sus criaturas para la alegría.

Edith Stein

7. La alegría

—¡Qué tensión! Menudo mal ambiente hay en clase... Todo el mundo parece deprimido. ¡Es horrible!

—¿Qué ha pasado? ¿Han ido mal las notas? ¿Os habéis peleado?

—No es eso. No sé cómo explicarlo… Tengo la impresión de que, con tantos líos entre unos y otros, hemos perdido las ganas de volver a estar juntos que sentíamos al principio de curso. Es una pena.

—¿Y qué líos son esos?

—Líos tontos, cosas de jóvenes…

—Ser joven no significa meterse en esos líos degradantes que veis en los *reality* de la tele.

—He dicho líos tontos, no que seamos tontos.

—Ya, lo sé. Pero si lo que te hace perder la alegría son los comentarios de Facebook o quién sale con quién, estás bastante cerca…

—Algo de razón tienes.

—Estoy segura de que en tu grupo de amigos todavía hay uno o dos que siguen alegres y sonrientes y que, encima, tienen tirón ¿a que sí?

—Pues sí. Tengo un colega, por ejemplo, que es distinto al resto. Lo que me gusta de él es que no le importa nada lo que digan los demás. No lleva ropa de marca, pero tiene su propio estilo y pisa firme. Aunque le admiran, es como si no se diera cuenta. De hecho, está volcado en sus actividades extraescolares.

—¿A qué se dedica?

—No lo sé, nunca se lo he preguntado. Solo sé que no suele quedar con nosotros, porque siempre tiene cosas que hacer. Debe de tener colegas fuera del colegio…

—Eso le permitirá mantenerse al margen de esos líos tontos de que hablabas antes, me imagino.

—Sí. Además, es muy valiente, porque en clase de reli no hace como hacemos la mayoría: habla sin ninguna vergüenza. A mí me parece alucinante, pero me veo incapaz de hacer lo mismo. Dirían que soy un pelota.

—¡Vaya! Eso que acabas de decir es importantísimo. Según tú, está claro que lo que nos quita la alegría es esa tendencia que tenemos todos a preocuparnos por lo que piensen los demás. Déjame que te dé un consejo: si crees que lo que vas a decir o a hacer es bueno, hazlo tuyo, vívelo ¡y adelante! No vas a vivir como un acomplejado que se deja amordazar por el miedo ¿no? Y, si sabes que con Dios no puede pasarte nada malo, entonces actúa con Él, con fortaleza y con coraje, y no perderás la alegría.

Zoom

La alegría nos permite vivir plenamente y en profundidad: se instala en el fondo del alma y se expresa mediante la sonrisa. Eso significa que es, ante todo, una actitud interior que nos

hace descubrir el lado bueno de la vida, de los acontecimientos y de las personas que nos rodean, y de nuestros motivos de satisfacción. **Se trata de una virtud que anima la realidad con esa mirada positiva y benévola. La experiencia nos demuestra que la alegría nos ayuda a superarnos y a enfrentarnos a los obstáculos grandes y pequeños.**

No obstante, conservar la alegría ante las dificultades y no dejar que las contrariedades empañen nuestra sonrisa y nuestro buen humor puede resultar muy costoso. Te ofrezco algunas pistas para no perder la alegría en ninguna circunstancia.

Se trata, en primer lugar, de aceptar la realidad tal y como es, con sus dificultades y sus complicaciones; una realidad que, al mismo tiempo, conlleva buenos momentos. Se trata de ser realistas y de buscar voluntariamente lo que hay de positivo en cualquier circunstancia. Esta es la primera pista para conservar la alegría. Es una actitud muy ligada a la confianza en nuestras propias capacidades y en la ayuda que los demás pueden aportarnos.

Si tenemos fe, hay que confiar en la ayuda que Dios es capaz de prestarnos. No existe la alegría si no existe la confianza en alguien. Por eso, se trata de distinguir en cualquier situación lo que tiene de positivo y sus posibilidades de mejora. Contar con las dificultades y los obstáculos e intentar ponerles remedio nos ayudará a mantenernos optimistas y serenos.

La alegría va muy unida al entusiasmo, una palabra que procede del griego y que quiere decir “en Dios”[1]. La etimología del término nos proporciona la segunda pista para conservar la alegría, que no va unida únicamente a las circunstancias externas, sino que procede del fondo de nuestra alma: un alma en paz con Dios, con los demás y consigo misma.

Por último, según algunos estudios científicos la sonrisa es capaz de ayudarnos a sentirnos mejor física y psicológicamente. Quienes tienen una sonrisa fácil obtienen mucho provecho de ella. Sabemos que una sonrisa no cuesta nada y nos aporta mucho: enriquece a quien la recibe sin empobrecer a quien la ofrece. Solo dura un instante, pero se recuerda toda la vida.

La alegría de darse a los demás
Madre Teresa

[1] Vídeo de un santo alegre: *La alegría de la santidad*, Beta Films, 2000.

Los verdaderos amigos aceptan quién eres
y, al mismo tiempo, te ayudan a convertirte en quien debes ser.

8. La amistad

—¿Cuántos amigos tienes en Facebook?
—Yo no sé usar Facebook.
—¡Ah, vale! Pues nada.
—¿Por qué me lo preguntas? ¿Cuántos tienes tú?
—223. ¿A que no está mal?
—En realidad serán conocidos. No puedes tener 232 amigos, a menos que sepas estirar el tiempo como un chicle…

—Bueno, claro: no son estrictamente amigos míos. De hecho, entre ellos hay algunos que me caen fatal. Pero no es cuestión de ignorar a alguien que quiere ser amigo tuyo.

—¿Esa es la diplomacia “facebookiana”?

—Sí, lo normal es respetar determinadas reglas. De todas formas, a mis verdaderos amigos los veo a menudo. Para tratarlos no hace falta tanto Facebook.

—Aun así, pasas mucho tiempo en Facebook y en Instagram, ¿no?

—Sí, pero los uso más bien para ver a mis grupos de amigos, las fiestas, los findes, los comentarios de unos y otros… Se trata de estar al tanto de todo.

—La pena es que todo el tiempo que pasas delante del ordenador no lo pasas “de verdad” con tus amigos. En mis tiempos…

—Sí, sí, ya lo sé: no perdíais el tiempo delante de una pantalla. Pero ahora las cosas son distintas.

—Es verdad, tienes razón. Pero reconoce que así es difícil hacer verdaderos amigos.

—¿A qué te refieres?

—Para mí una amistad se basa en las horas que pasas en compañía de otro hablando de todo: de libros, de la gente conocida, de los momentos duros de la vida. Es estar ahí para celebrar las fiestas, los aprobados, y reírse a carcajadas porque os comprendéis a la primera… En fin, todo eso supone pasar tiempo juntos. Hace falta tiempo para que se produzcan esos momentos mágicos.

—Sí, pero tú te refieres a los amigos de siempre. Como los amigos de la infancia. Esos no tienen nada que ver con los otros.

—¿Y cuáles son los otros?

— Pues eso: con los que lo pasas bien…

—Esos no son amigos.

—No son del mismo tipo: son tu grupo, tu pandilla…

—O sea, para no estar solo.

—Pues sí: un poco.

—Por lo tanto, eso no es amistad.

—Si te pones así…

—No, no lo es: te sirves de los demás para sentir que existes. A la niña que quiere ser el centro de su grupo no le importan nada los demás: solo pretende dominarlos. ¿Eso es amistad? En el chico que hace reír a todo el mundo, que es el gracioso del grupo, no hay ninguna reciprocidad: solo quiere ganarse el respeto de los demás.

—De esos conozco a más de uno.

—Bueno, es algo tan viejo como el mundo. De hecho, cuesta encontrar personas que sepan ser amigas de verdad. Personas que no se buscan a sí mismas en esa relación, sino que buscan una reciprocidad, un enriquecimiento en el hecho de darse. Viviendo así es como nos sentimos felices de tener amigos. Si te buscas a ti mismo, solo te dedicas a dar vueltas.

—Y eso se ve a kilómetros de distancia, ¿no?

—En la adolescencia no siempre se ve. A veces uno se deja cegar por la popularidad del otro, por su estilo, por el prestigio que le rodea. Sin embargo, podemos encontrar una amistad muy enriquecedora en alguien discreto en quien de primeras no nos fijamos. Y también los hay que llaman mucho la atención y, al mismo tiempo, saben ser buenos amigos.

—Yo tengo buenas amigas, pero a veces me decepcionan. En realidad, las idealizo un poco y después me llevo un chasco.

—Es lógico: la relación perfecta entre dos amigos no puede ser permanente. Y es precisamente entonces cuando entra en juego el don de uno mismo. Es fácil querer a una persona cuando conectas con ella sin problema. Pero a veces hay que hacer un esfuerzo para estar ahí cuando el otro nos necesita.

—Eso no es nada fácil.

—Es cuestión de madurez. Habrás visto que los niños pequeños cambian de amigos cada semana. En cuanto su amigo les lleva la contraria, la amistad deja de existir. Es lógico: todavía no saben gestionar la adversidad. Y sus horizontes son muy limitados. Conviene enseñarles que a los amigos no se los arroja a la basura como si fueran clínex. También en la adolescencia vemos a buenos amigos que dejan de hablarse de la noche a la mañana. A veces las razones son objetivamente válidas, pero con frecuencia se trata de puro egoísmo.

—¿Qué quieres decir?

—Como tal persona no piensa igual que yo, la tacho de la lista. Importan muy poco sus sentimientos, cómo reaccionará: ya no me interesa, no me aporta nada, así que ¡hasta luego!

—Como un clínex usado… ¿Y si te ha decepcionado o traicionado?

—Entonces pides explicaciones, discutes... o te distancias, pero no prescindes de la gente como si fuera un objeto: es una mala costumbre.

—Pues así no es nada fácil ser amigo de alguien…

—Uno se hace amigo porque le resulta fácil. Y sigue siendo amigo porque hace un esfuerzo. Además, la mayoría de las veces eso nos aporta grandes alegrías. Voy a contarte la historia de una amistad que me marcó cuando tenía tu edad.

—A ver…

—En mi clase había dos chicos que se llevaban muy bien, Nicolás y Luis. Eran buena gente, estudiaban bastante y no se metían en líos. Trataban bien a las chicas: bastante mejor que los demás de la clase. Pero, como eran guapos, tenían a muchas chicas detrás de ellos.

—¿Y qué pasó?

—Un día fuimos a una fiesta organizada por una chica de otra clase. Estaba allí todo el mundo. Nicolás se pasó con el alcohol y acabó completamente borracho. Se hacía raro verlo así. Su amigo lo vigilaba de reojo, pero sin echarle un sermón. En un momento dado, Nicolás desapareció en el piso de arriba con una chica que no conocíamos.

—Vaya…

—Luis y yo subimos para intentar disuadir a Nicolás del plan, pero estaba tan borracho que nos mandó a la porra.

—¿Y qué hicisteis?

—Sin perder la calma, Luis se arremangó y me dijo que distrajera a la chica. Luego le pegó un puñetazo a su mejor amigo, que se quedó tirado en el suelo. La chica se puso muy nerviosa, pero no se movió de allí. Y al rato Luis se fue a casa muy enfadado.

—¿No acompañó a Nicolás a su casa?

—No, lo dejó en mis manos y en las de otros amigos. Pero lo mejor de todo es que el lunes por la mañana, cuando Nicolás llegó a clase, todo el mundo se quedó callado: ¿se vengaría y le devolvería el puñetazo? ¡Tenía un ojo

morado! Nicolás dejó la mochila en la mesa, rodeó a su viejo amigo con el brazo y, dándole un apretón, le dijo: «¡Me diste bien, cabronazo!». Y se fueron, riéndose, ante el asombro de todo el mundo. Eran buenos amigos… Hoy, cuando cuentan otra vez aquella historia, se les nota el cariño en los ojos.

—Qué historia tan bonita…

Zoom

Para los antiguos, la amistad era la mejor pedagogía y una escuela de virtudes, además de la culminación de una vida. Hay poca gente que conceda a la amistad el valor que se merece, porque son pocos los que la experimentan en toda su hondura.

Nos gusta tener amigos, personas con las que compartir experiencias, tiempo, conversaciones: la vida, en cierto modo. La amistad permite un diálogo auténtico, y el diálogo se entabla entre amigos: de lo contrario, no es más que cháchara. Cuando somos amigos leales, "perdemos" mucho tiempo dialogando, pero es así como nos enriquecemos mutuamente y nos ayudamos el uno al otro a crecer y a formar nuestra personalidad. De hecho, la amistad impide tocar techo.

Entre amigos, el diálogo cobra toda su fuerza y facilita esa formación mutua, porque al otro se le permite ser auténticamente él mismo. Para ello hay que entregarle toda nuestra confianza. Por eso conviene dedicar al otro tiempo y esfuerzo. La vida vivida con amigos se convierte en una vida más intensa. Aunque poseyéramos todos los bienes materiales imaginables, si careciéramos de amigos sería difícil vivir: sin amigos la vida es insípida.

Los acontecimientos de la vida adquieren densidad cuando se pueden compartir con otros. Se trata de contar *lo que me pasa,* no *lo que pasa.* Para hacerse amigos hay que saber mirar, aprender a contemplar lo bueno que hay en el otro **y confiar en el amigo hasta hacerse vulnerable. En eso consiste la confianza y el encuentro con el amigo.** Para cultivar la amistad que hace crecer, es importante la virtud. Así lo dice Aristóteles: «Hay que desear siempre el bien de los amigos por su propio bien».

Donde no existe la virtud, no puede existir una amistad auténtica: para tener amigos son indispensables la lealtad, la generosidad y el servicio mutuo. Se tiene amistad con la persona a la que le muestro mis cualidades, pero también mis defectos, mi intimidad; con la persona que me comprende y con quien me permito ser yo mismo: ese es el verdadero amigo. Aquel

que nunca me juzga mal, pero que, en un momento dado, si es necesario, me corrige. Así se comprende el vínculo entre la hondura de nuestra interioridad y la hondura de nuestras amistades. Esta riqueza compartida nos hace crecer, y sabrá dotar de sentido a todo lo que se comparte con el amigo.

La amistad es un regalo, porque es vivir otra vida además de la propia: es vivir dos veces. La amistad es un regalo, un don que se recibe, porque no se exige: simplemente nos llega. A cada uno de nosotros nos toca cultivarla y domesticarla, como con tanto acierto le dice el zorro al Principito: «Si quieres un amigo, ¡domestícame!» (capítulo XXI).

Ética a Nicómaco (selección)
Aristóteles

Reencuentro
Fred Uhlman

El arte de la amistad
Francisco Ugarte

Pier Giorgio Frassati. Los días de su vida
Luciana Frassati

La verdadera "moral" del cristianismo es el amor.
Y este, obviamente, se opone al egoísmo.

Benedicto XVI

9. El amor

—Hoy el profesor nos ha dicho en clase que ahora se divorcian una de cada tres parejas. Es tremendo, ¿verdad?

—Es triste, más que nada. Porque detrás de cada divorcio hay mucho sufrimiento: para los esposos y también para los hijos.

—Pero ¿por qué las parejas no duran tanto como antes? ¿Qué es lo que ha cambiado?

—En primer lugar, la presión social para que una pareja siga casada ya no es tan fuerte. Pero no se trata solo de eso. Creo que las personas que se casan hoy no siempre saben lo que hacen. Tú, por ejemplo, ¿por qué te casarías? (si fueras un poco mayor, claro).

—No lo sé muy bien. Creo que no se puede explicar. Mis padres dicen que ellos se "reconocieron". A mí me parece que es algo que se siente… Como una evidencia.

—Hasta ahí estoy de acuerdo. En el amor existe una evidencia. Tanto en el amor de amistad como en el amor conyugal. Pero ¡no puedes fiarlo todo a la evidencia! Querer a alguien implica otra cosa.

—¿Así que la evidencia es solo el principio?

—Permite que dos personas se acerquen la una a la otra, que establezcan un vínculo. Pero eso es solo el comienzo de la relación. El problema es que muchos de nuestros contemporáneos piensan que, en cuanto esa evidencia se cuestiona, la relación pierde su razón de ser. Y se separan.

—¿Tú crees que hay que seguir juntos a la fuerza? Si uno se fuerza es que ya no hay amor.

—Más que forzarse hay que intentar avanzar. Hay que intentar superar juntos los obstáculos. Y ahí entra en juego la voluntad.

—Qué raro… A mí me da la impresión de que, cuando en el tema del amor uno empieza a meter la voluntad, es un retrógrado: como en el matrimonio forzoso de hace cien años…

—Eso lo dices porque reduces la noción de amor a algo efímero: a la pasión.

—¿Y tú crees que me equivoco?

—No, no del todo. En una pareja la atracción es algo necesario. Lo que quiero decir es que la historia entre un hombre y una mujer no se reduce solo a eso. En otras palabras, la faceta física de la relación no es la base de la pareja. La base es el intercambio que se produce entre ellos: las conversaciones, las miradas, también las peleas, los gustos compartidos, los recuerdos en común, los hijos, la familia. De todas esas cosas nace la intimidad.

—Tú dirás lo que quieras, pero hoy en día todo eso ya no vale.

—¿Por qué lo dices?

—No nos engañemos… Hoy la gente no espera a alcanzar esa complicidad para tener intimidad.

—¡Pues ya está! Lo has entendido muy bien. El problema es que le han dado la vuelta al fenómeno. Y piensan: si tengo una intimidad física con

alguien, es porque estoy enamorado. Razonar así es no conocer la naturaleza humana.

—¿Por qué?

—Porque la pasión (tanto física como emocional) oscila. La pasión nunca es constante. Y, además, ya sabes que los seres humanos somos los eternos insatisfechos. ¿No te has dado cuenta de que, en cuanto hemos logrado algo que llevamos mucho tiempo anhelando, deseamos otra cosa?

—Sí, a mí me suele pasar.

—Pues en el amor ocurre algo parecido. Si uno se pasa la vida buscando la plenitud en el otro (o, en el caso de algunos, en el consumo del otro), acaba frustrado.

—¿Qué hay que hacer entonces?

—Cambiar de punto de vista.

—¿Qué quieres decir?

—Pues que hay que intentar descubrir el amor *que te realiza*. Olvidar el amor que te hace "adicto", el amor que quema. Sí, ya sé que, a tu edad, se sueña con el amor que quema, pero es que el fuego quema de verdad.

—¿Por qué quema ese amor?

—Porque, en el fondo, no es amor. Solo es relleno. El Hombre necesita ser amado. Puede confundir la satisfacción de sus sentidos con el amor. Pero no es más que un pozo sin fondo. Estamos hechos para el amor infinito. Y creo que tenemos que darnos cuenta de que no hay nadie en la tierra capaz de saciar esa sed.

—Me parece una forma un poco pesimista de ver las cosas…

—¡No, porque la solución no está en rellenar ese pozo! Se trata de descubrir la alegría del intercambio, de la relación. Y eso incluye la relación física. No pretendo envilecer ese aspecto, ¡al contrario!

—Mejor.

—Lo que digo es que la expresión de los cuerpos debe derivar de la unión de las almas. Y esta unión se construye.

—¿Cómo?

—Con los sentimientos, la inteligencia y la voluntad.

—¿Otra vez la voluntad?

—Sí. Es que la voluntad no es una enfermedad, sino un regalo maravilloso. Si haces algo para agradar a alguien, pones en marcha tu voluntad. Así es como uno reconoce también a sus amigos.

—Es verdad.

—Para un hombre y una mujer, el acto supremo de la voluntad es prometerse fidelidad. Es decir: QUIERO quedarme contigo hasta la muerte.

—Es muy fuerte decirle eso a alguien…

—Tan fuerte como unirse a una persona.

—Eso dependerá del valor que se le dé a ese acto, ¿no?

—Tienes toda la razón. De hecho, eso solo depende de ti.

Zoom

Hoy en día queremos sentirnos bien con nosotros mismos y con los demás. Por eso intentamos evitar cualquier forma de dolor. Lo paradójico es que quizá conocemos a personas que, a pesar de encontrarse con el dolor en algún momento de su vida, experimentan alegría. Esas personas saben que ser feliz es poseer cierta plenitud; y esa plenitud (así lo presentimos todos vagamente) se halla en el amor.

Pero en el amor no todo es fácil. Por un lado, puede conducirnos a la plenitud; por otro, sabemos que no todas las formas de amor conllevan automáticamente la felicidad. Vamos a intentar entender por qué.

Somos seres de deseo, lo que nos demuestra que la persona no es el Ser por excelencia, ya que al Ser perfecto no le falta nada, y el deseo es una carencia (hablaremos de ello en el siguiente capítulo). Ese deseo se desencadena en nosotros cuando constatamos que un bien percibido por nuestra inteligencia se nos escapa. Entonces se despierta el deseo y busca apropiarse del bien que le falta: pone el alma (la inteligencia y la voluntad) en movimiento. Eso es lo que ocurre cuando una persona busca consciente o inconscientemente el amor, es decir, busca ser aceptado de un modo incondicional, ser amado de un modo absoluto y amar a su vez.

Cuando amamos, aceptamos al otro de forma absoluta y total: su manera de ser, sus gustos, sus cualidades, sus límites y sus debilidades. **El amor es aprender a hacerse disponible**

para el otro, es aceptar su presencia. Es también aprender a acogerlo, abrirse y aceptar el don de la persona amada.

Para lograr esa apertura, hay que aprender a dialogar: a escuchar y a hablar. No hay nada que nos libere y nos enriquezca tanto como el diálogo: un diálogo que se lleva a cabo en la confianza y en la aceptación del otro. El amor, en definitiva, empuja al conocimiento, porque permite meterse en el interior, "interesarse" (del latín: *inter,* entre; *esse,* ser) y, de ese modo, poder admirar.

Sabemos que ninguna ley es más exigente que el amor. Dado que las obras son la prueba del amor, a veces al ser amado le pedimos cosas imposibles, y eso genera cierta imaginación en el amor. El amor es catastrófico. Basta que amemos para que nuestro corazón se vuelva muy sensible, frágil y quebradizo. Nos damos cuenta de que amar es hacerse vulnerable. Si alguien quiere tener la seguridad de seguir incólume y no sufrir más, que no entregue su corazón a nadie.

Amar es *servir* y no *servirse de*. Amar no significa poseer al otro para sí, ni mucho menos. El verdadero amor desposee. Solo a través del amor puede el hombre poseer lo más hondo de otro espíritu, sin dejar de poseerse.

Amar así pasa por una lucha personal. Y los motivos son dos:

Por un lado, el don constante de uno mismo exige un esfuerzo constantemente renovado.

Por otro lado, a veces ocurre que, pese a darnos, no obtenemos respuesta. En ese caso, las dificultades son una llamada a la superación.

Amar es darse a los demás, y eso no tiene nada que ver con una tendencia instintiva, sino con una decisión de la voluntad: «Esta desposesión de sí mismo —acción de largo respiro— es exhaustiva y exaltante. Es fuente de equilibrio. Es el secreto de la felicidad» (Juan Pablo II).

Blanca como la nieve, roja como la sangre
Alessandro D'Avenia

El despertar de la señorita Prim
Natalia Sanmartín Fenollera

No tengáis sueños pequeños,
pues carecen del poder de hacer avanzar al hombre.

10. La felicidad

—¿De qué vale la felicidad, si siempre está limitada en el tiempo?

—¡Vaya! ¡Hoy te ha dado por la filosofía! ¿Qué te ha pasado?

—Nada. Es que estaba pensando… Aguardamos con todo el corazón los momentos de felicidad y, al final, siempre acaban yéndose. ¿No te parece frustrante?

—Con los años te vas acostumbrando…

—Pues vaya gracia hacerse mayor.

—Bueno, no es para tanto. Aunque algo de razón tienes: en la madurez hay algo de serio, pero no de triste. Esa seriedad procede del hecho de conocerse. Uno es menos “cabra loca”. Pero eso no nos impide ser felices.

—¿Así que a ti te parece bien acostumbrarse a ese aspecto efímero de la felicidad?

—No es que me parezca bien: es que *eso es lo que hay*. En la vida hay momentos de plenitud y momentos de frustración, de angustia, de aburrimiento. Forma parte de las reglas del juego.

—La vida es una montaña rusa.

—Sí, pero unos se zarandean más que otros. Hay gente que recibe los momentos de felicidad como un regalo extra, y hay otros que solo viven para coleccionar cuantos más, mejor. Estos últimos no son felices.

—¿Por qué?

—Porque su vida no es gratuita. Viven en la lógica de la rentabilidad. Pero no se dan cuenta de que la felicidad no es un negocio. No hay contabilidad que llevar. Se crean una expectativa sin saber que nunca podrán alcanzarla.

—¿Por qué?

—Porque solo Dios puede colmar los corazones eternamente.

—Pero puede colmarlos mientras estamos aquí en la tierra ¿no?

—Sí, pero hay que dejarse colmar. Y, sobre todo, no ir en busca de la felicidad donde no está… ¡y eso exige años de vida!

—Así que, para alcanzar la felicidad, ¿solo hay que buscarla en Dios?

—No digo que Dios tenga que ser tu única fuente de felicidad y de amor. Pero, si todo lo que hacemos en la tierra tiene por horizonte el amor de Dios, entonces todo, tanto lo positivo como lo negativo, adquiere una dimensión espléndida. Esa es la verdadera felicidad.

—Tiene gracia. No es esa la idea que me hacía yo de la felicidad.

—¿Y qué idea te hacías tú?

—Para mí la felicidad era como las vidas de un juego de ordenador: ya sabes, esa barrita que se hace más grande o más pequeña a medida que vas encontrando obstáculos a lo largo del juego.

—Y que, cuando se agota, sale *GAME OVER*...

—Eso es.

—Digamos que a esa visión le falta un poco de perspectiva. Creo que hoy hay mucha gente que se ha olvidado de la grandeza del ser humano, como si tuvieran miedo. Pierden el sentido de la vida. Ya no aman la vida: solo la toleran.

—¿Han perdido la esperanza?

—Sí. Pero tú no olvides nunca que no eres una vela que se va consumiendo hasta morir. Dios te ayuda y te sostiene. Si vives de acuerdo con eso, conocerás la felicidad.

Zoom

La felicidad es algo hacia lo que tiende cualquier persona. Es una llamada, un deseo que se encuentra en lo más hondo de todo ser humano; es lo que nos empuja a obrar y a vivir. Me siento feliz cuando experimento esa mezcla de alegría y paz interiores. La felicidad es una tonalidad, un ambiente interior en el que me siento bien.

¿Cómo alcanzar esa felicidad?

Para alcanzar ese estado, es importante ser capaz de construirse poco a poco a través de un proyecto de vida que descansa sobre tres pilares: el amor, el trabajo y la cultura. Para llegar hasta ahí es importante tener una personalidad con cierto grado de madurez que permita amar y ser amado, que nuestras amistades nos ayuden a abrirnos, que nuestros estudios o nuestra futura profesión nos gusten y que la cultura haga crecer nuestro paisaje interior.

Personalidad, amistades, amor, trabajo y cultura: estos son los ingredientes para construir una vida feliz. Así escribiremos día a día las páginas de nuestra vida, con nuestro actuar, con tachones, con errores de estilo, páginas en blanco, alegrías y penas, éxitos y fracasos…

Una felicidad serena no es algo que llegue solo y sin esfuerzo. Uno no es feliz por casualidad. Tener una vida feliz es una elección que hacemos cada día. La felicidad no debe depender de la realidad —el éxito, la salud, la falta de problemas—, sino del modo en que vivimos esa realidad.

Cuando Tomás Moro, el canciller de Enrique VIII que murió decapitado, escribe a sus hijas sus últimas cartas desde la cárcel, se muestra profundamente feliz y conserva el buen humor hasta el último momento[3]. Ni siquiera encarcelado tuvo la sensación de haber desperdiciado su vida, porque sus ideales estaban por encima de todo lo demás, y se mantuvo coherente con la verdad.

La felicidad es un estado interior de alegría que procede de la adecuación entre lo que deseo y lo que obtengo. Por eso, a la vida no le pedimos más de lo que es capaz de darnos, y —como Antígona— procuramos separar lo real de lo ideal, lo deseable de lo posible. Y así, poco a poco, sabremos qué queremos construir, elegiremos el lugar donde queremos atracar y nuestra barca no andará a la deriva.

Escalaremos nuestro Himalaya, perdonando nuestros propios errores, nuestros límites y nuestros descaminos.

Llenaré tus días de vida
Anne-Dauphine Julliand

El color de la vida: por qué la vida es bella incluso en la prueba
Martin Steffens

[1] En el cadalso Tomás Moro le dijo a su verdugo: «No me cortéis la barba, amigo mío, porque no ha hecho nada malo».

Amar significa viajar, correr con el corazón hacia el objeto amado.
Amar a Dios es viajar con el corazón hacia Dios.

Juan Pablo I

11. Dios

—Ayer mi familia y yo celebramos una fiesta muy chula, porque mi hermano pequeño se ha confirmado.

—¿Qué le has regalado?

—Te vas a reír, pero le regalé un libro sobre san Pablo.

—Es un regalo muy serio…

—Ya lo sé. Creo que, a mí, a su edad, me habría espantado. Ahora, sin embargo, me planteo algunas preguntas.

—Dispara.

—No entiendo por qué le hacen confirmarse cuando no es más que un

inmaduro que no atiende en misa y su fe es bastante floja.

—¡Qué gracia! Te entiendo: puede parecer un poco prematuro, pero creo que quizá no enfocas bien la cuestión.

—¿Qué quieres decir?

—Sí, tu hermano todavía está en edad de jugar, y es un poco niño. Pero tú no sabes ver en él las primeras señales del adulto que será dentro de cinco años. Si se confirma es para contar con la ayuda del Espíritu Santo y poder pasar por la "tempestad" de la adolescencia sin demasiados problemas.

—¡Hala, no exageres! La adolescencia tampoco es una tempestad…

—En el plano espiritual sí suele serlo.

—¿Por qué?

—Porque por lo general, hacia los 14 años, a los jóvenes deja de interesarles bastante el tema de Dios. Hay como una travesía por el desierto. De hecho, a esa edad estamos tan preocupados por quiénes somos que nos centramos en nosotros mismos y en el grupo de amigos que se supone que deben ayudarnos a definirnos.

—¿Y eso está mal?

—No sé si está mal, pero es trivial.

—Menuda rima…

—En cualquier caso, no es lógico.

—¿Por qué?

—Porque, cuando uno sufre, es cuando necesita ser querido, apoyado, comprendido, escuchado. Y eso solo puede hacerlo bien Dios. Y también los amigos, claro, pero nunca podemos estar seguros del valor de sus consejos, ni de su discreción.

—Desde luego, de la discreción de Dios sí puedes fiarte. Ni le vemos ni le oímos.

—Dices eso porque tienes dudas de fe.

—Como todo el mundo, ¿no?

—Es verdad. De todas maneras, no es mérito nuestro tener fe. La fe no viene de nosotros, sino que nos la da Dios. Por eso conviene pedirle a menudo que nos la aumente.

—¿Y eso funciona?

—Al menos permite que tu alma esté receptiva, y no cerrada como una ostra.

—¿Así que es normal que mi hermano no atienda en misa?

—Un poco sí. Hay que dejarle tranquilo y esperar a que empiece a preocuparse por otras cosas más elevadas. Y tú siempre puedes rezar por él.

Zoom

—¡Dios calla! Puede que me mire, pero al final está demasiado lejos para escucharme…

—Estoy estudiando el Bachillerato de Ciencias y me doy cuenta de que la historia de un Dios creador no coincide con las teorías y la experiencia científicas.

—Luego voy a ver al hospital a mi tía favorita, que está enferma, demacrada y desesperada. Me es imposible creer en Dios.

—En cualquier caso, el Dios católico está ligado a un momento de la historia, a una civilización unida a la cultura occidental. Hoy tendemos a la apertura y a la mezcla de religiones. ¡Los dogmas pertenecen a otra época!

—Además, los católicos que conozco no son demasiado ejemplares y la Iglesia me parece anticuada (¡dos mil años!) y muy poco adaptada al mundo moderno.

A todos estos argumentos podríamos responder que la religión cristiana es ante todo una religión que opta por una enorme racionalidad. Concede prioridad a la razón y, al mismo tiempo, la llamamos la religión del Amor. ¿Razón y sentimientos?

La religión cristiana es la de un Dios dotado de inteligencia. Esa inteligencia, creadora del universo, se interpreta y se comprende por las leyes de la física y las matemáticas. A esa Razón original la llamamos Amor, porque también es Voluntad, Libertad infinita; y ese Amor es un Dios capaz de expresarse en la belleza y en el bien.

En el cristianismo el corazón y la razón se encuentran, la belleza y la verdad se tocan.

Para amar hay que conocer, y eso vale también para Dios: es difícil amarle si no le conocemos en profundidad. Solo estaríamos ligados a Él en el plano sentimental: Dios sería más bien alguien agradable, con cara de Papá Noel, que de vez en cuando puede inspirarme buenos sentimientos, cierto altruismo que me lleva a darme a los demás haciendo voluntariado durante tres semanas y media a lo largo de toda mi vida.

Dios ha querido mostrarnos su rostro enviándonos a Jesucristo, su Hijo. Jesucristo no es un personaje importante del pasado, ni un gran profeta, ni un excéntrico que sigue sirviéndonos para vender grandes producciones cinematográficas. Jesucristo es Dios. Eso nos permite encontrarnos con Él y entablar una verdadera amistad.

Ese es el único secreto del cristianismo: la posibilidad de tener un encuentro personal con Dios en la persona de Jesucristo. Un encuentro que puede comenzar en la propia familia, a través de nuestros padres, de nuestros abuelos, de nuestro colegio o de nuestros amigos; pero, en un momento dado, ese encuentro se convierte o se convertirá en una historia más personal: mi encuentro con la Verdad, que en mi vida se convierte en Verdad. Como todo encuentro importante, nos empujará a la semejanza. Mirar a Jesucristo significa querer imitarle y parecerse a Él. Cuanto más le miremos, más capaces seremos de comprenderle y de ser semejantes a Él. Dios quiere para nosotros esa semejanza, pero respeta siempre e infinitamente nuestra libertad.

Así lo interpreta maravillosamente y con maestría san Agustín: «Dios, que te creó sin ti, no te salvará sin ti»; «nos has hecho para ti, Señor, y nuestro corazón está inquieto hasta que descanse en ti»; «nos buscaste sin que te buscáramos; nos buscaste para que te buscáramos».

Ese camino de amistad con Jesucristo consta de cuatro etapas: buscarle, encontrarle, tratarle y amarle. Como se puede comprobar, son las etapas de la amistad. La vida espiritual de cualquier santo es la historia de la respuesta a ese amor que Jesucristo pone en su alma. Pero Dios ha querido ir aún más lejos y nos ha hecho un regalo: el de ser hijos por adopción. Las consecuencias de ser hijo de Dios son inmensas y maravillosas; nos proporciona una confianza, una alegría y una paz muy profundas: soy hija de Dios, soy hijo de Dios.

Esta verdad repercute en nuestra vida y nos empuja a buscarle ante todo a Él, a amarle y a intentar comportarnos de acuerdo con esta realidad tan honda. Además, evitará cualquier dispersión o falta de armonía en nuestras vidas o a la hora de elegir. Ya no habrá un tiempo para Dios que se limite a la misa de los domingos y un tiempo para todo lo demás. **El “tema de Dios” se adueñará de lo más hondo de mi personalidad, de lo más íntimo de mí mismo. Si Dios se convierte en el centro de mi alma, será el punto de partida y la luz que ilumine todo lo demás.**

Este hondo fundamento de mi vida me dará la fuerza para ser cristiano a tiempo completo y para ser, a mi vez, alguien capaz de servir de apoyo a los demás. Este encuentro me empujará a buscar los medios más adecuados para que no se empañe mi intimidad con el Amigo: una formación más intensa que me permita comprender con mi inteligencia y con un poco más de profundidad aquello en lo que creo; una ayuda espiritual regular que me permita avanzar en el camino espiritual sin detenerme ante el primer obstáculo; y algo tan importante como frecuentar los sacramentos, en especial la misa y la confesión.

Y lo que es esencial en este camino de descubrimiento de Dios es la oración personal. Ese diálogo que puede convertirse en algo cotidiano es el único medio para lograr esa intimidad y ese conocimiento mutuo. La experiencia vital del diálogo con quien nos ama por encima de todo es el medio para que Dios no acabe siendo solo una estrella lejana, sino el Amigo con mayúsculas.

Con ojos nuevos: un viaje a la fe
Alessandra Borghese

Réquiem por Nagasaki
Paul Glynn

Dios existe, yo me lo encontré
André Frossard

Conclusión

¡Soy como soy y nadie me va a cambiar!

Esta frase que escuchamos tan a menudo parece salida de la boca de un amargado. Es algo que antes o después puede decir cualquiera, e incluso a gritos, alto y claro. Al fin y al cabo, nuestro carácter no depende de nosotros, sino que nos han “traído al mundo” con él... Si tengo mal genio es porque mi madre no para de provocarme... Mi impaciencia está en mis genes... En realidad, soy una víctima de mi carácter...

Pensar así significa considerarnos una hoja agitada por el viento, incapaz de moverse sola. Pero no somos hojas: somos seres humanos. Estamos dotados de capacidad de movimiento. Se mueve nuestro cuerpo y se mueven nuestra inteligencia, nuestra voluntad, nuestras emociones. Somos seres extraordinarios porque somos complejos.

La complejidad del ser humano nos fascina, y a veces nos inquieta. Esa inquietud procede del hecho de sabernos capaces de todo, de lo mejor y de lo peor. Las atrocidades de la segunda guerra mundial nos dejan sin palabras porque nos revelan lo más vergonzoso que hay en nosotros.

Sin embargo, eso es algo que no debe abrumarnos ni obligarnos a dejar de confiar en la capacidad de levantarnos y escapar del yugo de la envidia, de la destrucción, del odio y de la mediocridad.

El hombre es igualmente capaz de lo peor y de lo mejor. Lo que nos permite tomar el camino correcto es conocernos, amarnos, rectificar lo que no funciona, convertirnos en lo que queremos convertirnos. Lo cual implica

educar la capacidad de asombro. Queremos convertirnos en lo que vemos de admirable en los demás. Para construirnos necesitamos modelos. La gente que nos rodea nos moldea día a día. Antes de convertirse en adultos, a los jóvenes les queda la ardua tarea de convertirse en alguien.

Algunos lo consiguen fácilmente, y otros no tienen ninguna gana de hacerlo. Depende sin duda del entusiasmo que despierta el entorno: la familia, los amigos, el instituto…; e influyen también las lecturas, la música, las aficiones, el trabajo, los momentos de soledad dedicados a reflexionar, las ilusiones.

Es verdad que todo esto contribuye.

Pero siempre hay algo que depende exclusivamente de ti: tu libertad.

Epílogo
Javier Michaux

Desde muy pequeña y hasta que la enfermedad se la llevó, Sophie vivió con toda su alma de una manera cristiana. Ha sido un ejemplo para todos, también para nosotros, sus padres. Gracias, Sophie.

Terminas la lectura de este libro —ojalá— con el deseo de ser mejor persona. O de que tu hijo sea mejor persona, y se construya a sí mismo usando esas once palabras clave desarrolladas por Sophie y Virginie. Ellas han entendido perfectamente el desafío que supone construirse, educarse: el trato con sus alumnos les ha permitido conocer a fondo las expectativas de los jóvenes en la actualidad, pero también les ha dado la sabiduría para responder de inmediato a cualquier inquietud de tantos chicos y chicas en torno al trabajo y al esfuerzo, a sus penas y a sus alegrías, a su independencia o a sus relaciones con los demás… Esta proximidad les ha permitido conocer su lenguaje y dialogar con comprensión, trazándoles un camino de libertad y ayudándoles a decidir en un mundo difícil.

Soy el padre de Sophie, y de siete más. Como cualquier padre, he querido transmitir a todos mis hijos lo mejor que he recibido de las generaciones anteriores. Y me alegra ver cómo mi hija lo ha transmitido a manos llenas, en un entorno de servicio a los demás y en medio de sus tareas directivas, en el centro educativo de Lyon donde trabajaba. Ella procuró ir por delante, incorporando las ideas de las que tanto hablaba con sus alumnos y alumnas.

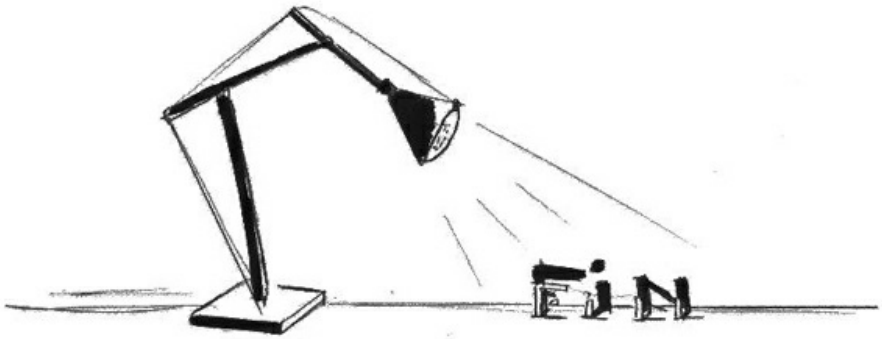
Su consejo profesional y personal ha llegado a muchos chicos y chicas franceses, contribuyendo a construir su personalidad.

Si en algo sirve mi consejo de padre y amigo, podría aportar tres ideas, para quien quiera seguirlas:

—Pensar —con más calma aún— la elección del colegio de nuestros hijos. He vivido varios años en España, y tuvimos la suerte de encontrar un colegio con una enorme complicidad entre padres, profesores y directivos: con los mismos criterios y los mismos objetivos. Probablemente haya sido una de las mejores decisiones de nuestra vida.

—Facilitar en lo posible que nuestros hijos tengan buenos amigos. Es territorio de libertad, pero está en nuestra mano evitarles algunas trampas que puede tender la ingenuidad.

—Retrasar a una edad «razonable» el uso de internet y de los dispositivos electrónicos, y darles argumentos sólidos para que sepan rechazar libremente los usos equivocados o excesivos de las nuevas tecnologías, y aceptar tantos usos positivos con equilibrio y simpatía.



Virginie Maury es profesora de inglés y directora de un instituto en París. Esta cercanía con los jóvenes le permite detectar los aspectos fundamentales para lograr una adolescencia realmente feliz.

Sophie Michaux, profesora de Geografía e Historia y con un gusto especial por la educación y la historia del arte, ha dirigido los primeros y los últimos cursos de un gran instituto francés. Esta experiencia le ha permitido reflexionar con especial lucidez sobre las tareas actuales de los educadores.

Índice

Portada interior	2
Créditos	3
Dedicatoria	4
Índice	5
Introducción	6
1. La independencia	7
2. El trabajo	11
3. La creatividad	16
4. El coraje	20
5. El cuerpo	25
6. La moda	31
7. La alegría	38
8. La amistad	42
9. El amor	49
10. La felicidad	55
11. Dios	60
Conclusión	65
Epílogo	67
Autores	69