

Oscurece, luego amanecerá

Publicado por [Miguel Ángel Santos Guerra](#)

| 28 Enero, 2012

Es inexorable. En la medida que va atardeciendo y que se hace la noche, va quedando menos tiempo para el amanecer. Quiero utilizar esta metáfora para que quienes están en una situación difícil no se den por vencidos.



Es inexorable. En la medida que va atardeciendo y que se hace la noche, va quedando menos tiempo para el amanecer.

Los túneles, por definición, tienen comienzo y fin. Cuando se está en medio de un túnel, el peligro consiste en sentarse a lamentar la oscuridad existente. Si se avanza, aún en la noche, llegará la luz. Dice mi querido y admirado Manuel Alcántara que los

pesimistas, cuando ven al final del túnel la luz esperanzadora que anuncia el final de las tinieblas, piensan que se trata del potente foco de una locomotora que acabará aplastándoles. Triste y fatal equivocación.

Nadie va a tener en la vida un camino interminable de rosas. Habrá dificultades. Días de tormenta, baches, salteadores, dolencias del cuerpo y del alma. Sin dolor no llegaríamos a tener conciencia de nosotros mismos. Nadie se va a librar, probablemente, de la muerte de seres queridos, de rupturas amorosas más o menos traumáticas, de conflictos laborales, de problemas económicos, de asechanzas de inevitables enemigos. Lo importante no es lo que nos sucede sino la actitud con la que afrontamos eso que nos sucede.

No se pueden negar los males, los daños, las enfermedades, los engaños, los desastres, la ruina. Están ahí. Su dimensión objetiva se puede valorar fácilmente. Pero, siendo esa una parte fundamental de un problema (no es igual un diagnóstico de un resfriado que de un cáncer) uno y otro pueden ser asumidos de manera muy diferente.

Alguien puede pensar que esa actitud optimista ante la vida y sus avatares no es más que un autoengaño. Pero yo creo que esa postura es más inteligente que su contraria. Más realista incluso. Se dice que un optimista es un pesimista mal informado. Yo creo, por el contrario, que un pesimista es un optimista mal informado.

¿Qué ventajas tiene esa actitud optimista ante la dificultad? Muchas, todas ellas importantes.

En primer lugar nos hace ver las cosas de una manera positiva. Dos fábricas de calzado japonesas enviaron a sendos representantes a hacer un estudio de mercado a la misma zona de África. Después de un exhaustivo trabajo, el primero mandó un informe a su empresa diciendo: “El futuro de la venta de calzado en esta zona no puede ser más negativo. No se venderá ni un par de zapatos. La razón fundamental es que aquí todo el mundo anda descalzo”. El segundo, por el contrario concluyó su diagnóstico con estas

palabras: “El futuro de la venta de calzado no puede ser más prometedor. Se vendará todo el calzado imaginable y aún más. La razón es muy sencilla: aquí todo el mundo anda descalzo”.

En segundo lugar, aminora el sufrimiento. No es igual tener una perspectiva derrotista, fatalista, pesimista que vivir en la actitud contraria. Se es más feliz si se piensa que se van a vender muchos zapatos.

En tercer lugar, favorece el autoconcepto y la autoestima. Vivir sumido en la desesperanza, en el pesimismo, en la fatalidad, lesiona la confianza en nosotros mismos. El representante optimista considera que es le será fácil explicar a alguien que es más rentable comprar unos zapatos que hacer una alfombra de tamaño universal.

Pero, sobre todo, nos pone en el camino de la solución. Creer que uno se va a curar es una parte de la curación. Creer que uno va a encontrar trabajo es una parte del éxito de la búsqueda. Pensar que se van a vender zapatos es ponerse en el sendero del éxito de ventas.

Hay quien piensa que estamos en el peor mundo de los posibles sin tener en cuenta que hemos avanzado mucho, a fuerza de pequeños y grandes esfuerzos individuales y colectivos. Personas de forma aislada, grupos más o menos grandes y países enteros han ido conquistando cotas más elevadas de conocimiento, de libertad, de respeto a la dignidad. No nos podemos imaginar hoy en día a un trabajador de las pirámides reclamando su mes de vacaciones. Nos parece casi increíble que hace poco tiempo los negros estuvieran discriminados en Sudáfrica y que, poco después, hubiera un presidente negro. No podemos casi creer que hace unas décadas las mujeres no pudieran ir a estudiar a la Universidad. Cualquier tiempo pasado fue peor.

Sé que queda mucho camino por recorrer, pero hemos avanzado sin cesar. Os invito a leer el hermoso libro de José Antonio Marina y María de la Válgoma, titulado “La lucha por la dignidad”. Debería ser un libro de lectura obligada en las escuelas. El libro, a mi juicio, es un canto a la esperanza y al optimismo de la humanidad. Y por consiguiente, de cada uno de sus integrantes. No somos una especie maldita. Hemos recorrido un largo camino, lleno de dificultades es cierto. Y nada ni nadie nos ha detenido. Y es una invitación al compromiso en esa lucha.

Acabo de leer un interesante libro de Eduardo Punset. Se titula “Viaje al optimismo”. En él argumenta de forma consistente y reiterada lo que acabo de decir: cualquier tiempo pasado fue peor.

Dice Punset que el profesor emérito en psicología de la Universidad de Illinois Ed Diener ha publicado un trabajo en el que, tras revisar ciento sesenta estudios sobre la influencia de la felicidad en la salud, concluye que existen evidencias muy claras y sólidas de que aquellos individuos que son positivos tienden a vivir más y disfrutan de mejor salud que aquellas personas que se consideran a sí mismas infelices.

En estos tiempos de crisis, no hay mayor peligro (individual y colectivo) que la desesperanza. No hay mayor torpeza que, ante las dificultades del camino, detenerse y abandonarse a la impotencia. Dice Punset que les repite una y otra vez a sus alumnos: “Si te paras, si dejas de moverte, se van extinguiendo tus neuronas y decaen las ganas de vivir”. Sabio consejo.

Esta invitación al optimismo nace de un hecho comprobado: los niveles de violencia están disminuyendo y los de altruismo aumentando. Ya sé que plantear estas ideas a una persona que está en una crisis que considera insuperable podría parecer un ejercicio de cinismo. Nada más lejos de mi intención. A quien vive felizmente y a quien atraviesa ese túnel de la desesperación les deseo una marcha progresiva hacia mayores cotas de felicidad, de compañía, de creatividad y de entusiasmo. Creer que se puede estar mejor es la condición indispensable para poder estarlo.

Me gusta la actitud de aquel individuo bajo de estatura que, cuando analizaba la realidad, decía: “yo soy optimista por naturaleza ya que solo alcanzo a ver la parte llena de la botella”