

¿Cómo estás?

Alejandro Cortés González-Báez

A diario nos encontramos con gente que nos pregunta: ¿Cómo estás? A lo que solemos responder: Bien, gracias, ¿y tú?, y nos responden de igual manera. Pero para poder ser precisos en nuestra respuesta necesitaríamos hacer antes algunas preguntas. Por ejemplo: ¿Desde el punto de vista socio-económico; profesional; económico; o en cuanto a mi salud física; o salud emocional; en cuanto a mis necesidades afectivas; o en mi desarrollo cultural; o mi compromiso con la sociedad; o te refieres a mi realidad familiar, o en cuanto a mi relación con Dios? Estoy seguro que si hiciéramos esto desconcertaríamos al que nos interpeló, y quizás nos dijera: "No, yo nada más te estaba saludando".

Cualquiera que tenga uso de razón podrá descubrir que no se encuentra en un estado perfecto, pues todos necesitamos o deseamos algo. Sin embargo, solemos decir que estamos bien para no entrar en una conversación lastimosa. Sin embargo, y por diversos motivos, cada día aumenta el número de enfermos de depresión, y los antidepresivos no son la solución. Si bien nos va, serían simples remedios para controlar ese terrible mal.

En algún lugar leí el comentario de una jovencita que se sinceraba con un amigo diciéndole: "Es terrible. Me dicen: 'Recoge tu cuarto', cuando el desorden de mi habitación es mucho menor que el de mi alma". Cada vez que nos encontramos con estas criaturas catastróficas resulta difícil saber qué podemos hacer para ayudarlas.

Por otra parte, vemos que la ilusión de algunos jóvenes es poder subir un video a You Tube y conseguir muchos "likes". Triste cosa sería que el epitafio de sus tumbas sólo pudiera tener "manitas" con el dedo pulgar hacia arriba. Esta postura nos habla de cierta mediocridad ante la vida.

El mediocre no puede ser feliz y estamos rodeados de mediocres, en buena medida por la falta de exigencia de algunos padres de familia que no han sabido cómo hacer de sus hijos personas de provecho para ellos mismos, sus familias y la

sociedad. Esto explica, entre otras cosas, por qué tenemos índices de divorcios tan altos.

Estoy convencido de que hay un elevado porcentaje de personas que tienen todo para ser felices y no lo son, pues siempre están buscando algo que no tienen.

El sargento Johnny Joey Jones de la Marina de EUA perdió las dos piernas por la explosión de una bomba y desde entonces usa unas prótesis que le permiten hacer vida "normal". Él se ha hecho famoso pues mantiene una actitud optimista a pesar de su discapacidad y suele decir: "La gente me pregunta: ¿Cómo puedes permanecer tan positivo después de perder las dos piernas?, y yo les pregunto: ¿Cómo pueden permanecer tan negativos, conservando las suyas?".

Saber valorar lo que se tiene es un buen recurso para enfrentar la vida con satisfacción. No sé si ser optimista sea más irreal, y ser pesimista sea más objetivo, pero definitivamente el optimismo es más atractivo, y da mejores resultados.

www.padrealejandro.com