



ENZO AGADA BAU

RISA Y HUMOR

FILOSOFÍA DE VIDA





Querido lector: A veces, muy de vez en cuando, se edita un libro especial. Un libro que sale de lo común. Un libro que pasa a la historia. Que pasa a ser patrimonio de la humanidad. Y también, a veces, ocurre que un libro como el descrito cae en nuestras manos y nos aprestamos a disfrutar del glorioso momento de leerlo... Lamentablemente, esta no es una de esas raras oportunidades.

Enzo Agadá Bau

Laughter & Humor As A Way Of Life.

©Todos los derechos reservados por la Casa Editorial Ofer.

Este libro o partes del mismo no deben ser reproducidos en
ninguna forma y por ningún medio,
sin permiso escrito del editor.

Micro-edición de traducción corregida y aumentada del original
publicado en hebreo, realizada por el autor. Falta la corrección a
realizarse por profesionales, para luego su edición definitiva.

© Copyright 2002 by Ofer Publishing House.

All right reserved. This book or parts
thereof may not be reproduced in any form without written
permission of the Publisher.

Enzo Agadá Bau Goren

“Un náufrago vive solo en una isla desierta. Finalmente, habiendo transcurrido quince años, llega al lugar un barco, del que envían una lancha de salvamento. Un oficial se dirige al náufrago y le dice: “El capitán le remite estos diarios, y le solicita que los lea. Si después de leerlos usted decide que le rescatemos será, únicamente, bajo su responsabilidad.”



De acuerdo con la realidad actual, somos testigos de un aumento constante en la agresividad internacional, la tensión social, los enfrentamientos entre la juventud y los adultos. A veces tenemos la sensación que de todos los planetas poblados en la galaxia, eligieron nuestro tercer planeta del

sistema solar como hospital psiquiátrico para todos los enfermos mentales del universo.

En lugar de guerras y agresiones innecesarias debemos hallar caminos diferentes, positivos, que favorezcan el entendimiento entre las personas, las naciones, en el hogar o en el trabajo. Uno de tales caminos, efectivo como el que más, es el de aprender las habilidades para la utilización del humor y el optimismo, como herramienta que permite liberar tensiones y crear una atmósfera positiva, puesto que, como es sabido:

UNA SONRISA NO CUESTA PLATA, MAS VALE ORO.

Pero, no es suficiente saber los beneficios que reportan el humor y el optimismo. Es necesario utilizarles en nuestra vida diaria.

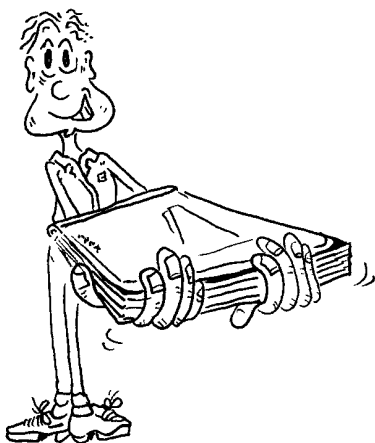
No cabe duda. ¡Alguien debe hacer algo!!!

Yo aprendí, no obstante, a edad adulta (hecho que demuestra que nunca es tarde para aprender) que es posible vivir el **humor como filosofía de vida** y realmente **vivir con una sonrisa en los labios**. Según mi experiencia personal, descubrí que es fácil aprender a vivir distinto e incluso, cambiar las costumbres

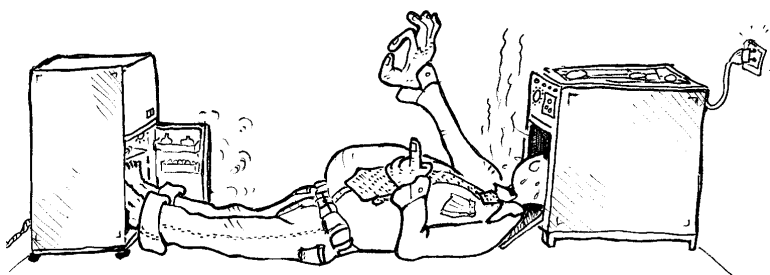
de la vida diaria de modo que se logren obtener beneficios de todo tipo, en particular, en el campo de la salud.

Lo que no solo es difícil sino, muy difícil, es **decidirse aprender a cambiar. Decidir y hacer lo que sea necesario.**

Tengo la esperanza que cuando llegues al fin de esta



obra, (si es que no tiraste el libro a la basura antes) además de ostentar una sonrisa en los labios, te será mucho más fácil decidir cambiar, decidir realizar la tarea necesaria y así disfrutar mucho más la vida, con más salud y un mayor sentimiento de felicidad.



Y no olvides que también influirá de modo positivo en tus hijos, cónyuge, amigos, compañeros de trabajo y toda la sociedad.

Enzo Agadá Bau

Si un estadístico coloca la cabeza en un horno y los pies en un congelador, afirmará: “En promedio mi situación es perfecta.”

Tenemos en el mundo un Gran Problema;
Tú puedes elegir **Ser Parte del Problema** o, como en
nuestro caso, podemos elegir:

**“SER PARTE DE LA SOLUCIÓN DEL
PROBLEMA”**

Para ello, nada más apropiado que:

“SEÑOR, HAZME INSTRUMENTO DE TU PAZ”

“Señor, hazme instrumento de tu paz:

Donde haya odio, haz que yo siembre amor,

donde injuria, perdón,

donde duda, fé,

donde desaliento, esperanza,

donde sombras, luz

donde tristeza, alegría.

Oh Señor, concédeme:

No ser consolado, sino consolar

No ser comprendido, sino comprender,

No ser amado, sino amar.

Agradecimientos

A mi mamá y a mi papá, que me enseñaron a vivir con felicidad. A mi hermano que me acompaña desde niño.

A mi fallecida esposa Ana y a mi actual Amalia, que me aguanta, me acompaña, me complementa, y... **¡sí!, ¡me quiere tanto como la quiero yo!**

A mis hijas Iris y Orit ,a mis nuevos hijos Bruno, y Nicolas, a los tres "elegidos" Ofer, Uri y Rita, y a mis nietitos Tomer, Karin y "Pushkalito" Caetano.

A Shlomo Aluf, que confió en mí y editó por primera vez este libro en idioma hebreo. A Edy Aluf, que dibujó las maravillas que le ilustran. A Miki Bercal, que hizo la gráfica.

A la Lic. María Eugenia Arango, quien ha hecho posible que los amantes del idioma español no sufran mis barbaridades de sintaxis y ortografía. A quienes han decidido incorporarse a mis sueños: Nili Zargin, Directora Asociación Nacional Seguridad Laboral. Menajem Swartz, Director del Instituto Nacional de Seguridad Laboral, quien editó mi libro con el agregado en la portada "Para evitar Accidentes de Trabajo", a Amijai Silverman ya Yoni Peres... a Jorge Weller, genial y triunfador cineasta, a Mordejai Grinberg, quien logró que **¡El Ministro de Bienestar Social, Itzjak Hertzog, su Subgerente General, Menajem Vagshal y la responsable nacional de ayuda a los sobrevivientes del Holocausto, Tami Meroz, decidan comenzar a subvencionar estos sueños!**

La periodista Silvia Golan, quien los difunde.

David Iospe, "Dymion" quien hace muchos años "corre tras mi humilde persona", y prepara una película documental.

Y a aquellas persona que de una u otra manera ha coadyuvado a la realización de esta obra, a toodos ellos, **Muchas Gracias!**

Joseph Bau tuvo su momento de debilidad, cuando fue testigo del asesinato de su padre en el campo de concentración.

Él rogó que lo asesinasen también, pero otro prisionero le susurró al oído: **"tú tienes que sobrevivir para contarle al mundo lo que los Nazis hicieron a nuestras familias y a nosotros , porque sin testimonio nadie lo creerá jamás"**.

(Slogan del XXI Congreso Internacional de Logoterapia

La Plata- Argentina – 17 Y 18 DE Setiembre 2010

"No hay nada en el mundo capaz de ayudarnos a sobrevivir, aún en las peores condiciones, como el hecho de saber que la vida tiene un sentido"

¿POR QUÉ NO NOS REÍMOS MÁS?

Pregunta que parece sencilla

Examinemos los hechos científicos. Casi todas las universidades del mundo han demostrado por medio de las llamadas “ciencias exactas”, demostraciones que van más allá de toda duda racional, **lo que hoy SABEMOS, que las personas que ríen mucho:**

1) SON MÁS SANAS, TANTO FÍSICA COMO MENTALMENTE.

(No hay mucha diversión en la medicina mas hay mucha medicina en la diversión).

2) SE VEN MUCHO MENOS INVOLUCRADAS EN ACCIDENTES.

3) SE ENOJAN, DISCUTEN Y PELEAN MUCHO MENOS Y SON MENOS VIOLENTAS.

4) APROVECHAN MÁS EL TIEMPO CUANDO ESTUDIAN O ENSEÑAN.

5) SON MUCHO MÁS ACEPTADAS POR LA SOCIEDAD.

6) TIENEN MUCHOS MÁS BUENOS AMIGOS.

7) TIENEN MÁS FACILIDAD EN ENFRENTARSE CON EL MIEDO Y LA ANSIEDAD, CON LAS PREOCUPACIONES, EL ODIO Y LOS CELOS.

8) SUFREN MUCHO MENOS DOLORES EN SU VIDA.

9) SON MÁS CREATIVAS, MÁS PRODUCTIVAS, REALIZAN TRABAJO DE MEJOR CALIDAD Y CANTIDAD.

10) SIENTEN MAS "SENSACIÓN DE FELICIDAD"

Todo los puntos expuestos son hechos. Los hechos no se discuten.

Entonces, si sonreír y reír mucho, pensar positivo, amar y ser optimistas nos reporta tantos beneficios; si existen un sinfín de demostraciones, que si **DECIDIMOS CAMBIAR, ES SUMAMENTE FÁCIL HACERLO.** Si yo lo hice. Si numerosos alumnos míos lo hicieron. Si muchísima gente en todo el mundo lo hizo. Si un grupo de personas que concurrió a aprender, en el marco de una investigación que realicé en una base de Fuerza Aérea de Israel, porque la superioridad así lo decidió y en horas de trabajo pudo hacerlo. Si casi todos los soldados de una Base del Ejército de Israel en Gan Yavne, en la que hemos logrado no solo un gran aumento en la producción y motivación sino que también se logró ¡un 100% de Calidad! ...Pudieron hacerlo! :

TÚ TAMBIÉN, QUERIDO LECTOR,
PUEDES HACERLO.

Puedes hacerlo de modo autodidacta. Aun más fácil, en grupo. Quizá también necesites ayuda psicológica. Pero, si de veras quieres:

SIN DUDA, PUEDES.

El optimista se equivoca tanto como el pesimista, pero disfruta la vida mucho más.

La buena vida está basada en dos conceptos opuestos: Por una parte, vivir como si fueras a vivir por siempre y, por otra, vivir cada momento como si fueras a morir mañana.

Sidney Harris

En serio ¿POR QUÉ NO REÍR MÁS?

Querido Lector:

Paso a paso, a lo largo de este libro, (si no lo tiras a la basura antes) te iré enseñando como hacerlo.

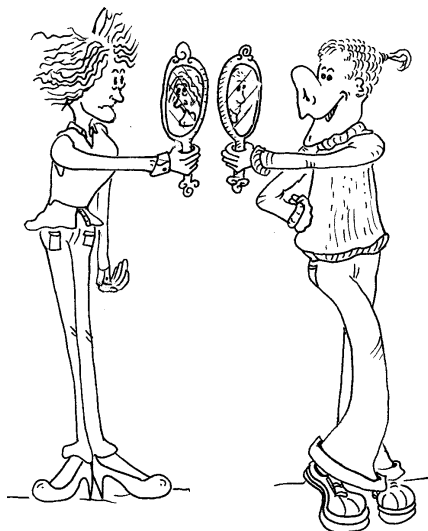
**También la Biblia nos dice continuamente que debemos gozar de la alegría de vivir, puesto que
NUESTRA ALEGRÍA DE VIVIR ES INTERIOR,
Y NO DEPENDE DE LAS CIRCUNSTANCIAS
EXTERIORES:**

**¿POR QUÉ NO APRENDER A VIVIR DEL
MODO QUE NOS CONVIENE?:**

“ HUMOR COMO FILOSOFÍA DE VIDA ”

En estos momentos comienzo a temblar. Es peligroso. Estoy dando consejos. ¡La gente que recibe consejos, acostumbra a retribuirlos! Y lo peor, cuando uno tiene edad para dar buenos consejos es porque ya no puede dar malos ejemplos.

La alegría y la felicidad son los sistemas de calefacción del alma.



*La actriz Edwige Feuillere dijo
"La vida es como un espejo:
Si tú sonríes, te ves hermosa.
Pero cuando pones cara
de vinagre....."*

USO INTELIGENTE DEL HUMOR

*Lo que niega justificación al agresivo en la mayoría de las teorías referentes al comportamiento humano, es la suposición, en la que se basan todas las teorías citadas, que el hombre es un **producto racional**.*

Hace poco leí que lograron mensurar: Un cerebro humano, en su pequeña parte "racional" trabajando "a pleno esfuerzo" puede llegar a activar 50 kilobites por segundo. Mientras que el resto "sin esfuerzo"...

¡11 millones!

ADVERTENCIA IMPORTANTE

Después de todo, al final,

ECLESIASTES. 3:20 "Todo va a un lugar: todo es hecho del polvo, y todo se tornará en el mismo polvo."

En el uso diario del humor y la risa, debemos ser **inteligentes**.

Caso contrario, en lugar de beneficios podemos sufrir o provocar grandes daños. Por ejemplo, imaginemos situaciones de la vida diaria:

Moisés, padre de tres niños, desempeña un alto cargo administrativo. Un día, los solemnes señores directores se reúnen en junta y llaman por teléfono a Moisés solicitando les lleve ciertos datos que necesitan analizar.

Ayer por la noche nuestro héroe leyó el comienzo de este libro. Desea practicar esta filosofía al máximo. Por lo tanto, cuando ingresa al salón de reuniones con los papeles en la mano, lo hace retorciéndose de risa... Y Moisés pasa a engrosar la Estadística Nacional de Desempleados.

O en el aula....

Si los maestros y alumnos se pasan al año de carcajada en carcajada, todas las horas, todos los días, todo el año... y no aprenden nada.... ¡Qué uso inteligente del humor y la risa! ¡Todos los alumnos llegarán a ser unos burros que ríen mucho!

**CONCLUSIÓN: LA LEY PRIMERA:
(y la más importante)**

ES IMPRESCINDIBLE LA CORRECTA PROPORCIÓN

El humor, la sonrisa, la risa, son, en resumen, como la sal, la pimienta, los condimentos en general: Si los agregamos a la comida en las cantidades correctas transforman los alimentos en algo mucho, mucho más gustoso, agradable, positivo y al ingerirlos producen mayores beneficios que si fuesen insulsos. Mas, por otra parte, si exaaaaaaageramos en las cantidades de condimentos... ¡AJJJJ!

Si no guardamos la debida proporción, si exageramos, nos puede ocurrir como a aquellos que juzgaron en Montecarlo, en una competencia de imitadores de Carlitos Chaplin.

Carlitos en persona se presentó de incógnito a participar en el concurso.... ¡Y SALIÓ EN EL TERCER LUGAR!

**Repito: LA PRIMERA LEY
PROPORCIÓN CORRECTA**

*Una señora sube a la balanza en una farmacia.
Un dependiente la observa desde lejos cuando
desciende, y le dice “¡FELICITACIONES!!!”*

Sorprendida le preguntó : - ¿Cómo lo supiste?
- En varios días, es la primera sonrisa de satisfacción que observo.-

Hecho de la vida: Calurosa recepción

En el último año de la universidad, con recursos “como si fuera humor”, nos dedicábamos a fastidiar a los profesores. Cuando el nuevo profesor de economía ingresó al aula, alguien prendió fuego a una hoja de diario. Cuando el docente vió el fuego y el humo dijo, exhibiendo una semisonrisa: “ Siéntense, por favor, y gracias por tan calurosa recepción.”

Así fué como obtuvo nuestro total respeto y admiración.

Saludos según la profesión:

El médico: “¿Cómo está Ud?

El sicólogo: “¿Cómo se siente?

El meteorólogo: “Buenos días”

El inventor: “¿Qué hay de nuevo?”

El detective: “¿Qué me cuenta?”

El marinero: “Ola”

El agricul (tor) : Chau (cha)

El de la impositiva: ¿Cómo le va?

**SONRISA: LUZ EN LA VENTANA PARA INDICAR QUE
EL CORAZÓN ESTA EN CASA**

En su libro *“Todo lo que yo realmente necesito saber lo aprendí en el jardín de infantes”* escribió Robert Fulgham

“Todo lo que yo realmente necesito saber lo aprendí en el jardín de infantes. La inteligencia y la filosofía no provinieron de las cumbres de la universidad sino del cajón de arena del jardín de infantes.

Y he aquí las cosas que aprendí:

- 1- Compartir todo con los compañeros.
- 2- Jugar de modo aceptable.
- 3- No golpear a las personas.
- 4- Ordenar el desorden de cada uno.
- 5- No apropiarse de cosas ajenas.
- 6- Pedir perdón si dañaste a alguien.
- 7- Lavarse las manos antes de comer.
- 8- Apretar el botón en el baño.
- 9- Rigurosamente vivir una vida equilibrada: Estudiar un poco, pensar un poco, dibujar, cantar, bailar, jugar y trabajar todos los días un poco.
- 10- Acostarse a descansar todos los días un poco, después de almorzar.
- 11- Cuando sales al mundo, cuidarse de los automóviles, estrecharse las manos y permanecer juntos.
- 12- Estar atento a las cosas maravillosas.

Y la gran palabra primera que aprendimos: observar.

Cuando el venerado profesor de la universidad de medicina salió de pensión, dijo a sus alumnos: la mitad de lo que os

enseñé durante toda la vida no son verdades. Pero lo que es aun peor, es que no sé cual es esa mitad.

*

Un optimista inventó el avión. Un pesimista el paracaídas

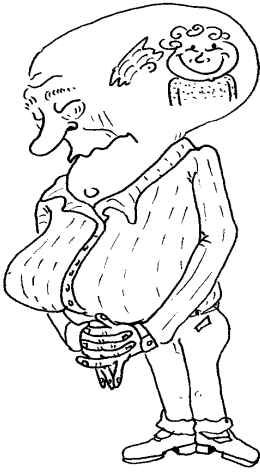
Hecho de la vida: en el Ferrocarril

El filósofo inglés C.E.M. Joad esperaba en la estación de trenes cuando el expreso para Londres, que no tenía parada en dicha estación, se detuvo por problemas técnicos.

Joad subió al tren y el guarda le dijo: “Lo siento, señor, pero usted deberá descender. Este tren no para en esta estación.”

El filósofo entonces le respondió: “¡Ah!. Entonces no existe ningún problema. Si el tren no se ha detenido, yo no estoy en él.”

HECHOS



Todos los bebés comienzan a comunicarse con su madre por medio de la sonrisa aproximadamente a las seis semanas de nacidos. Es una capacidad innata. Al llegar a los cinco años, los niños ríen entre 250 y 400 veces por día. Y al llegar a los 15 años, se ha determinado que en promedio ríen solamente 15 veces. Y a los 22....

El sicólogo investigador de la felicidad Robert Holden dijo : La sonrisa es una de la aptitudes innatas de la humanidad. Los niños sordos sonríen, los niños ciegos sonríen, los niños de todas las culturas del mundo sonríen. Dentro de

las primeras seis semanas desde sus nacimientos ya nace la sonrisa en sus rostros.....la sonrisa es el idioma primero del niño-

Proverbios 15:13

"El corazón alegre hermosea el rostro: Mas por el dolor de corazón el espíritu se abate."

Todo niño nace con potencial natural para reír, disfrutar, jugar, vivir con felicidad y amor. Es parte natural y no adquirida, buscar la risa, crear el disfrute, engancharse en los juegos, distribuir felicidad, irradiar amor y aceptación. No obstante, el miedo, el enojo, el odio la desesperación y los estados de

rechazo, no son naturales. Ellos son aprendidos, principalmente en etapas posteriores de la vida, cuando el niño que llevamos dentro se convierte en adulto.

La mente del hombre es como un paracaídas: debe estar abierta para que trabaje.

OBJETIVOS DE ESTE LIBRO

(entre otros)

- a) Evitar en lo posible que sigamos dando a nuestros niños y jóvenes tan eficiente “tratamiento intensivo”, como el que nos aplicaron a ti o a mi, querido lector, (¡Debes ser una persona seria! ¡A la escuela se viene a estudiar, no a reír! etc., etc.)
- b) Recuperar nuestra capacidad de vivir según lo defino, “de la manera correcta” vale decir, a favor y no en contra de lo que, según la naturaleza, la Biblia y la ciencia, conviene a nuestra salud y felicidad.

¿Como hacerlo?

Si te decides, puedes lograrlo solo. Mucha gente que conozco personalmente, lo ha hecho. ¡Incluso hasta un ejemplar como un servidor lo ha logrado!

(Y ahora para hacerlo más fácil, (orgulloso, uno), tú dispones de la ayuda de este libro).

Otro camino: Trabajar en Grupo (en el aula, en las oficinas, en la fábrica, en familia, en el seminario...)

***Para sonreír, utilizamos 17 músculos.
Para poner cara de vinagre, 43***

Hecho de la vida: El jubilado de prepo.

En la Universidad de Wisconsin, en 1943 y según las normas del momento, jubilaron al Profesor Ben Duggar en contra de sus deseos y a pesar que sus alumnos le admiraban; por considerar que estaba acabado.

Algunos de sus ex-alumnos, que trabajaban en la gran empresa medicinal “Lederle” le recomendaron y lo recibieron en calidad de Investigador. El trabajó y trabajó. En el primer año no descubrió nada. Tampoco en el segundo. Ni en el tercero... Mas un día, habiendo ya cumplido los 73, ¡halló un nuevo antibiótico! El científico le llamó “Aureomicina”. Y así tuvo la satisfacción de ver como su remedio podía curar más de 50 enfermedades graves.

¿Esto le satisfizo? ¿Se retiró a gozar de “un buen merecido descanso”? Parece que no, pues nuestro hombre pensó: a partir de aquí, es posible adelantar y hallar algo aún mejor.

Así fué como descubrió la “Tetraciclina”, el antibiótico más utilizado en el mundo, que permitió sanar enfermos hasta entonces incurables, entre ellos de tifus, sífilis, pulmonía, etc.

Es posible afirmar que “el anciano a quien quisieron jubilar” *salvó más vidas que ninguna otra persona en el mundo...* en el período que “debía juntarse diariamente

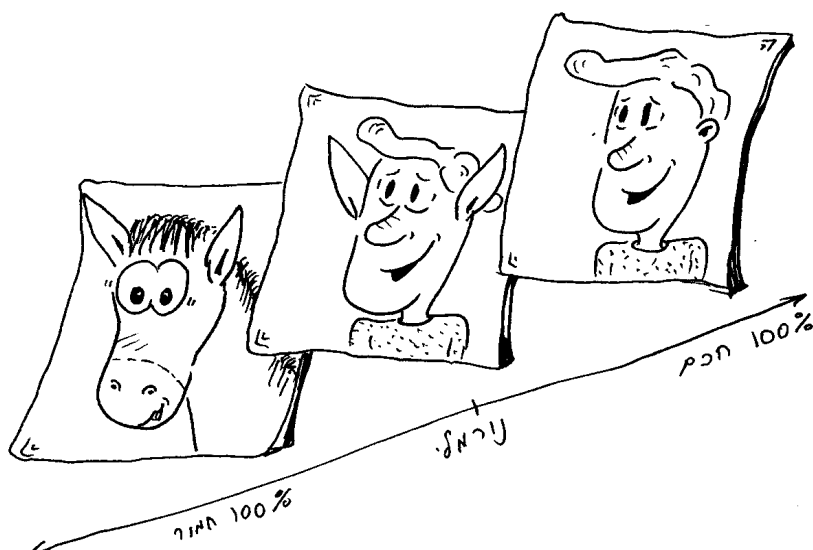
con otros jubilados en la banco de la plaza a conversar o dedicarse a cuidar nietitos”.

Un anciano deseaba casarse nuevamente. El temía contar esto a su familia, de modo que comenzó a dirigir indirectas: “-De noche tengo frío, puesto que duermo solo”, comentó. Su hijo fué y compró para él una manta eléctrica. “-Cuando me pica la espalda, no tengo quien me rasque”, se quejó nuevamente. Inmediatamente su hijo le compró un rascador de espaldas. Unos días después, anunciaron que su nieto se iba a casar en fecha próxima. Entonces nuestro anciano gritó : -“¿Para qué? Cómprenle una manta eléctrica y un rascador de espaldas.”

RECUERDA: Hoy es el primer día de lo que resta de nuestra vida. Vamos a aprovecharlo al máximo.

¡Que desperdicio de tiempo! Muchas personas desperdician su vida buscando conseguirlo TODO para poder disfrutarlo después, sin darse cuenta que:

¡Recibimos la vida con el objeto de aprovecharla y disfrutar DE TODO!



**Según la gráfica, vemos que existen tres grados posibles de utilización de las habilidades del humor y la risa:
100% inteligente, normal y 100% burro.**

Proverbios 15:1

"La blanda respuesta quita la ira: Mas la palabra áspera hace subir el furor."

RECOMENDACIÓN

Si haces individualmente el trabajo de cambio, te recomiendo que durante unos meses escribas en un cuaderno las veces que te diste cuenta que hiciste uso del humor, tanto del uso "inteligente" como del "burro". Con el transcurso del tiempo, los adelantos serán cada vez más evidentes.

***En una fábrica, alguien colgó un cartel que decía:
“Haz el amor, no la guerra.”***

Otro colgó un segundo cartel: “Haz el amor y la guerra.”

El capataz colgó un tercer cartel: “Haz tu trabajo, no carteles.”

***Contaminación ambiental es algo con respecto a lo
cual todos hacemos algo:***

Hablamos sobre ella y la incrementamos.

Hecho de la vida: El demorón

Un amigo de nombre Roberto y yo tabajábamos en una empresa privada. Él llegaba tarde tantas veces que el dueño de la empresa comenzó a indignarse por ello.

Un día, ante una seguidilla de tardanzas le increpó severamente: “Una vez más que llegues tarde, y ¡quedas despedido!”

La mañana siguiente, su esposa se enfermó gravemente. No le quedó más remedio que llevarla al hospital. Pasado el susto se dirigió al trabajo. El atraso con que llegaba era realmente impresionante.

Por supuesto, nuestro empleador estaba de color rojo, tendiendo a granate, a medida que pasaban los minutos y mi amigo no llegaba.

En las oficinas la tensión podía cortarse con un cuchillo en el aire. Casi ni respirábamos.

En el momento que Roberto ingresó, con hora y media de retraso, el jefe se dirigió a él como un cohete.

Roberto sonrió, extendió su mano hacia el patrón en amistoso saludo, al tiempo que le decía: “Mucho gusto. Tengo entendido que aquí hay un puesto vacante desde hace 90 minutos. ¡Precisamente el tipo de trabajo en el cual yo tengo 21 años de experiencia.! ¿Comienzo a trabajar?”

Todos liberamos la tensión por medio de una gran carcajada. El jefe no tuvo más remedio que sonreír. Roberto explicó la emergencia y el jefe, sin decir palabra pero sonriendo, regresó a su oficina.

Los ejemplos de “Moisés” y de “la clase sonriente” son extremos del uso “burro” del humor que daña más de lo que beneficia. En sentido contrario, los casos de “recepción calurosa” y del “amigo impuntual”, son el uso inteligente y positivo del humor y uso creativo en el momento oportuno.

Por regla general la elección del momento, la forma y el tipo de humor a utilizar es bastante fácil de determinar; no obstante, muchas personas no utilizan humor en absoluto, por temor a equivocarse o por miedo a que se rían *de* ellos y no *con* ellos. Lentamente dichas personas se van convirtiendo en muy, muy serias. Por lo tanto, pon atención a las sensaciones internas y a las que el ambiente irradia a tu alrededor y despacio, poco a poco, comienza a darte cuenta cuándo es posible utilizar humor, qué tipo de humor y hasta qué límite y, lo más importante, **cuándo no es conveniente.**

EL COMIENZO DEL CAMINO PARA ENFRENTAR UN PROBLEMA ES LA POSIBILIDAD DE REÍRSE DE ÉL

Para solucionar un problema debemos “tomar distancia” del mismo a modo de poder observarlo con la debida proporción y perspectiva. El humor suministra la técnica y las herramientas necesarias.

Observemos el siguiente experimento: en una jaula abierta colocamos un perro hambriento. Por el lado de afuera de la jaula en el extremo opuesto a la puerta abierta colocamos un plato de apetitosa comida para perros. Observaremos que el pobre animal se desespera contra los barrotes sin poder alcanzar la comida. El investigador toma al perro por la correa y a la fuerza lo saca afuera de la jaula (toma distancia). Vemos que el perro, al ser liberado, llega de inmediato a su comida rodeando la jaula.

Por regla general, cuando tenemos un problema nosotros nos preocupamos tanto, que no somos capaces de tomar distancia suficiente del mismo, a modo de observarlo en su real magnitud o desde un distinto punto de vista. El humor realiza en nuestra atención exactamente lo que hacen los investigadores con el perro en la jaula.

***¿Porque siempre continuamos la oración :
“este no es asunto mío” con la palabra “pero...”?***

Hecho de la vida: ¡Situación catastrófica!

(En los hechos que relatamos todos los nombres han sido cambiados con el objeto de proteger la privacidad, a excepción de los casos en que las personas manifestaron expreso deseo de figurar, con el objeto de brindar su testimonio de modo público para ayudar a otros.)

Un día comenzó a participar en uno de los grupos que yo dirigía, un hombre que contaba con 45 años y trabajaba en las oficinas de una fábrica de modo ininterrumpido desde los 21 años. Le llamaremos Pedro.

“Yo no puedo dormir por las noches” contó al grupo. “La situación económica de la fábrica es un desastre. ¿Qué será de nosotros? Tenemos un hijo que se enrola en el ejército, una hija de 16 y un nene de 9. Mi esposa está enferma y no puede trabajar.”

En principio, le expliqué que frente al “peligro de muerte por hambre”, según él sentía, su mente emocional reacciona exactamente como reaccionó hace 30.000 años el cerebro del abuelo del abuelo del abuelo de él, frente a un tigre dientes de sable en la selva, el fenómeno “huir o luchar” por salvar la vida, hecho que motiva que en la sangre se produzcan cambios extremos. Las endorfinas casi desaparecen y aparecen cortisol y epinefrin, suben el nivel de azúcar y la presión sanguínea, aparecen productos coagulantes (para evitar que toda la sangre escape en caso de herida por lucha o en la huída), baja el nivel de los linfocitos y de la efectividad de todo el sistema inmunológico. Al ser una situación de estrés continuo, esto

equivale a decir que se aumenta el riesgo de contraer alguna enfermedad grave.

- ¿Eso te ayudará en tus actuales problemas?
- ¿Y qué puedo hacer?
- Primero, debes evitar dañar tu salud y tu felicidad debido a la situación.

El mundo te hace lo que te hace, y no puedes evitarlo.

Pero sí puedes decidir por completo como reaccionarás frente a lo que el mundo te hace.

Ya hemos descubierto muchas técnicas y sistemas con el objeto de defender el funcionamiento normal de nuestro cerebro emocional. Si las aplicas, entonces, al tener el cerebro racional en buen funcionamiento, tú puedes activarlo, activar el humor y tomar distancia del problema, activar la creatividad y así tendrás más posibilidades, muchas más, -muchísimas más,- de encontrar una solución correcta entre las tantas que siempre existen.

Él dijo - ¿Qué puedo hacer? Peor que esto no puede ser.

Aquí le recordé el viejo e inteligente refrán:

“Si la vida te da un limón , haz una limonada.”

El hombre continuó explicando que la experiencia que él adquirió en su trabajo fue la de hacer 120 veces el mismo trabajo simple y tonto que le asignaron durante los primeros tres meses, y agregó “esta es mi principal desventaja”.

Le pregunté: - ¿Qué ventajas es posible hallar en esa desventaja?

Uno de los alumnos antiguos del grupo acotó:

- Cuando te ofreces a alguien que busca un empleado, le puedes decir:

“No tengo experiencia en el trabajo que usted necesita y por lo tanto ésto es en realidad una gran ventaja: Yo soy inteligente y tengo una inmensa voluntad de trabajar y aprender. No he adquirido ninguna de las malas costumbres que generalmente se aprenden con la experiencia. Un hombre como yo, seguro que no pensará que sabe más que Ud. de cómo debe hacerse el trabajo. Yo estoy seguro en un 100% que haré exactamente lo que Ud. solicite.”

Entonces, Pedro continuó con su normal aproximación negativa:

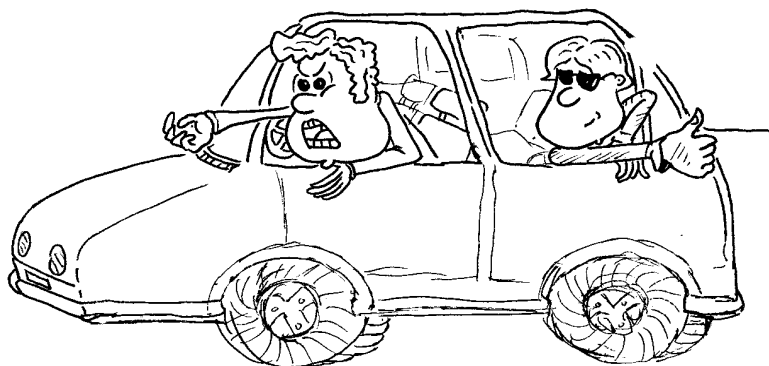
- Pero yo tengo 45 años. Todos los avisos interesantes piden personas hasta los 35 y con experiencia (por lo menos de 30 años). ¡Tú a los 36 ya eres viejo!

Le dije:

- Vamos a olvidar un poco la falta de lógica general. Tú sabes que el 66 % de los trabajos creativos e importantes que ha realizado la humanidad hasta ahora, ¡han sido efectuados por personas que contaban con 60 años o más! Ciertamente que la estupidez es generalizada, pero eso no significa que el 100% de los dirigentes que tienen la responsabilidad de elegir personal nuevo sean tan idiotas. Simple: tú tienes que ser optimista. Estás obligado a ser tenaz. Si te entrevistan suficientes interesados, seguramente encontrarás un empleador que sepa utilizar su cerebro. Y otra ventaja: ¡esa será una persona para la cual te conviene trabajar!

Créeme: si eres recto, si realmente estás dispuesto a aprender y a trabajar con todas tus fuerzas y tu corazón, dispuesto a dar lo máximo posible y si verdaderamente eres constante, tenaz en tu

búsqueda, no solo encontrarás trabajo sino que ese trabajo será mucho mejor que el que tuviste hasta ahora. Y, entonces, te arrepentirás como se arrepiente el 80 % de los despedidos luego de algunos años de haberlo sido... “¿Por qué fui tan idiota? ¿Por qué sufrí gratis? Hubiera debido renunciar mucho antes (y más aún, que la mayoría no sabe cuánto perjudicaron su salud).



Nosotros valorizamos la paciencia en el conductor de atrás, y renegamos de la del de adelante.

Hecho de la vida : Sueldo importante.

En un encuentro solicitando empleo, el funcionario me preguntó que sueldo pretendía.

Le respondí una cifra promedio y aceptable para el tipo de puesto solicitado, pero le añadí, - “Soy un hombre flexible y comprensivo. Estaría dispuesto a aceptar más...”

El entrevistador me miró seriamente unos cuantos segundos... y luego sonrió.

Recibí el puesto con el sueldo más alto que permitía el escalafón de la empresa.

Aviso: “En venta, carpa para dos... o la cambio por un cochecito de bebé”

**No obstante que no puedo elegir de qué modo
moriré y cuándo, si puedo elegir como vivir.
Miki Bercal**

Significado de la vida

Un día cuando éramos recién casados, mi esposa me encargó comprar algo. Ella no solo pidió. Era algo tan importante para ella, que es posible decir que exigió.

Pero, como sin duda ya lo descubrieron, soy un tipo en particular distraído. Mis sueños, mis locuras y estupideces motivaron que cuando recordé el encargo, los negocios ya estaban cerrados.

¿En un caso como éste, qué es posible hacer?AAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAA
AAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAA
AAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAA

Un hombre comienza a dominar la teoría del amor más o menos al mismo tiempo que se despide de la parte activa de la misma.

Comenzamos con:

Las cosas verdaderamente importantes

Y después continuaremos con las tonterías de la vida diaria.

El 99.99 % de todos los problemas, todas las preocupaciones y temores que amargan nuestra vida, en realidad son pequeñeces que después de algunos días o meses, es difícil incluso recordar que existieron. Sin embargo, cuando están ocurriendo, ¡cuántas veces motivan reacciones fuera de toda proporción!... y a menudo incluso perjudican y hasta destruyen nuestra salud y nuestra vida.

Si es así, surge que debemos poner atención a las cosas verdaderamente importantes, hechos con que el destino puede golpear muy fuerte a un ser humano, y sobre tales casos yo no estoy autorizado a opinar.

Quien se atreve a hacerlo, incluso a decir: “Si eso me ocurriese a mi, yo haría tal y tal cosa”....., demuestra, según mi humilde opinión, que no es precisamente una persona lo que se dice muy inteligente...

Ejemplo de lo que llamamos “golpe fuerte del destino”, sería el contraer una grave enfermedad, por ejemplo un cáncer que la mayoría de los “especialistas” consideren “incurable”, que no

den esperanzas... Entonces, y sólo quien tiene la desgracia de sufrir una tal enfermedad, tiene derecho a expresar su opinión sobre su experiencia. (Por supuesto que tengo la esperanza que si por desgracia recibo un golpe de tal magnitud, yo sabré y podré mantenerme optimista, reír “a pesar de todo” y sostener la alegría de vivir hasta el último momento de mi vida, superando al miedo y las preocupaciones. Y así tendré muchas más posibilidades de enfrentar el grave problema planteado).

Es una realidad que muchísimas personas, en particular los “pacientes excepcionales” del Dr. Bernie S. Siegel, viven bendiciendo a Dios porque les envió una enfermedad “terminal”, que les obligó y posibilitó a “aprender a vivir a favor de la naturaleza”, curarse de su enfermedad y “vivir de veras” muuuuchos años más.

A continuación de “lo importante”, me ocuparé de las pequeñeces, puesto que en el tema de estupideces yo me siento como en casa. Pero de los temas serios se deberán ocupar otras personas. Con tal motivo le pedí a una cálida amiga, dulce hasta el extremo que es imposible hallar palabras para describirla, que escribiese sobre el tema. El destino determinó que ella sufriese un cáncer, estuvo en situación de gravedad hasta el extremo que los médicos especialistas no le daba ninguna esperanza, mas ella optó por vivir.

Malca decidió criar a sus maravillosos hijos. Y no sólo que ella triunfó sobre la enfermedad sino que dedica su vida a ayudar a personas que recibieron el mismo golpe del destino y es una de las fundadores de la entidad sin fines de lucro “Enfermos de Cáncer Luchadores.”

El nombre de esta maravillosa amiga es Malca Tenenboim a quien le pedí que me “ayudase a ayudar” y ella escribió:

El significado de la vida a la sombra de la muerte.

Una confesión personal equivale a una poesía: también ella revela las raíces de las cosas en forma directa, sin ningún intermediario.

En el asunto del significado de la vida, me atrevo a declarar que sólo aquel que camina por el estrecho puente que se extiende entre la vida y la nada es capaz de percibir este significado en toda su extensión.

Al descubrir que caí víctima del cáncer, mi mundo se llenó de sombras: Mi vida se llenó del terror del encuentro con el ángel de la muerte enarbolando su "flamígera espada ". A pesar de todo, lo miré a los ojos y seguí con lo mío, seguí sonriendo, soñando, esperando, e implorando que se me dé el derecho de seguir gozando de la vida, de este mundo. No hay nada más hermoso que la vida aquí y ahora: levantarse todos los días con una canción nueva en el corazón, presenciar la salida del sol, y observar su puesta en el horizonte. Me sentí dueña de todo el mundo y de todos sus aromas. A pesar de la enfermedad y de las otras desgracias que me atacaron, sentí mejor que nunca la belleza de la vida y las bondades que ella nos proporciona desde el momento de nuestro nacimiento hasta el día de nuestra muerte.

La nueva realidad de la enfermedad me dio una fuerza excepcional y así pude desarrollar mi actividad y mis hechos al máximo; gracias a esta fuerza me siento que he sido llevada a

otros mundos, plenos de estrellas y de luces. Lo que era insípido en mi vida lo arrojé afuera para que no pudiera afectar mi capacidad de aferrarme a lo más importante de la vida. Una lucha permanente entre la fuerza de mi alma y la debilidad de mi cuerpo llenó mi existencia: cosas que en la rutina diaria de la vida del individuo sano pasan desapercibidas son ahora en mis ojos objetivos anhelados y casi soñados. Uno de mis objetivos máximos es llegar a Jerusalén y seguir mis estudios en la Universidad Hebrea; este objetivo me proporcionaba un consuelo y una satisfacción extremos. Un hecho que en la vida del individuo sano es ordinario y rutinario provocaba en mi alma una tormenta de sentimientos que a veces llegaba al punto de desgarrarla en jirones. En mis visiones caminaba yo por los corredores de la universidad, de un departamento a otro, llevando conmigo mis libros, contemplando los encantos del paisaje jerosolinitano colmándome por completo con el verdadero gusto de la vida. Me juré a mí misma que llevaría estas luminosas visiones a todo oscuro corredor del hospital, que no me rendiría a la oscuridad que había caído sobre mí, que convertiría todo sufrimiento en renovación, en construcción, en creación.

Por fuerza de la naturaleza toda persona vive con la idea de que ella vivirá hasta edad avanzada y completará la medida de vida que le dio la naturaleza. Esta idea, que para un individuo sano es ordinaria y rutinaria, les es negada a los enfermos en etapa final. Ella constituye una diferencia esencial entre él y los sanos; por lo tanto, cada vez que algún enfermo logra realizar algún deseo o antojo, él se siente como alguien que ha obtenido una victoria de grandes dimensiones: la victoria del espíritu sobre la materia; de lo sobre-natural sobre lo natural.

Yo no me tengo compasión a mí misma, a pesar de que estoy consciente de lo que se me privó y de muchas otras pérdidas.

A pesar de todas esas cosas, yo me considero una mujer feliz, llena de vida, que sabe agotar el significado de la vida verdadera. Levantarme en la mañana y ver a mis hijos hacerse hombres a la vista de mis ojos; experimentar el amor, estudiar, crear - a pesar de mis limitaciones. Todo esto por medio del potencial que siento en mi interior. Me es perfectamente claro que estoy conectada física y espiritualmente a la vida eterna, al encanto de la naturaleza, que estoy conectada con todos los hombres, con todas las mujeres y con todos los niños que existen en mi cercanía y en el mundo entero con una cadena eterna que de día en día se hace más fuerte. Por lo tanto, me entra un gran deseo de salir al aire libre y gritar: "Eh, gente de Dios, vuestra marcha es la felicidad, es la salud, es la felicidad a todo lo largo del puente". Estoy convencida de que es un gran privilegio mío ser parte de esta marcha, de esta cadena, por más pequeña que sea esa parte.

Estoy sujeta a un sueño y mi esperanza es que en la continuación de mi camino pueda yo uncir una gran cantidad de gente enferma a la luz que irradia de esta convicción, traspasar la antorcha que en estos momentos tengo en mis manos a otra gente cuyos cuerpos los traicionaron y hacerle ver las posibilidades que existen en el caso de que el alma es sana y el cuerpo, enfermo.

La humanidad entera, enfermos y sanos, tiene el deber de saber que esta oportunidad de "existir" es única y sola, y que no hay otra. Esta convicción le ayudará a la humanidad a abrir los

ojos, y poder descubrir la belleza del mundo; además, le servirá de incentivo para poderle "tener lástima" de cada minuto, para poder bregar sin cesar por la expresión propia de cada alma hasta el último gramo de su potencial sin desatender el trabajo en conjunto con el resto del género humano.

¡Alzad una copa y bebed a la salud de cada uno de vuestros días, a la salud de la vida que corre por las venas y por el mundo.!

Si te dieran un millón de dólares ¿Cuál sería la primera cosa que comprarías?

Un tarjeta de agradecimiento con un millón de gracias.

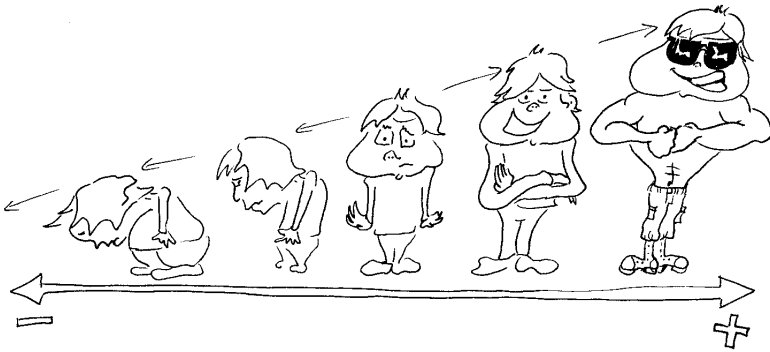
Definición de cerebro: algo maravilloso que comienza a trabajar cuando nacemos y deja de hacerlo cuando llega la necesidad de defender nuestra felicidad y salud.

Resultará sospechoso y risible, pero: LA RISA EVITA Y AYUDA A CURAR ENFERMEDADES

En respuesta a la pregunta ¿En qué, exactamente, ayuda la risa a la salud? El profesor Aharon Jason, especialista en Evolución, explicó: “Hay respuestas fisiológicas. Fundamentalmente, cuando nos encontramos en una situación de tensión se produce la liberación de hormonas que nos preparan para la inmediata respuesta física y simultáneamente se produce una disminución de la efectividad de nuestro sistema inmunológico (estado de “lucha o huye”). Cuando reímos se produce el efecto opuesto. Las hormonas del estrés disminuyen y aumenta el poder del sistema inmunológico. Por eso es de público conocimiento que: “La risa es salud”.

Esto no es nuevo: Cientos de investigaciones científicas lo confirman.

Es mejor encender una vela que apagar la oscuridad.
Proverbio chino



Cuanto más nos reímos, mejor nos sentimos. También con referencia a la salud física.

En 1955 se presentó una investigación ante el Ministerio de salud de los Estados Unidos, que fué realizada por los doctores Lorens Hinkle y Norman Palmer.

Dicha investigación estuvo basada en datos estadísticos recogidos durante cuarenta años sobre el estado de salud de 1297 telefonistas y 1527 técnicos de la empresa de teléfonos de Nueva York. Las conclusiones demostraron que, en promedio, las mujeres que se manifestaron en general felices y satisfechas con su trabajo; como consecuencia de enfermedad tuvieron un ausentismo de solo 33 días durante un promedio de 28,8 años de trabajo, mientras que aquellas en general infelices e insatisfechas faltaron por enfermedad 1209 días. La diferencia de casos de enfermedades graves (cáncer, ataques del corazón, etc.) fué de uno frente a diez, y en cuanto a los accidentes de trabajo, de uno frente a siete. En cuanto a los hombres, el

ausentismo de los felices fué de solo 19 días frente a 581 de los inconformes, en un promedio de 27 años de trabajo y por enfermedades graves 1 frente a 8 y por accidentes, 1 frente a 2. Lo doctores recomendaron continuar las investigaciones con el objeto de determinar las causas biológicas que motivaron tan sorprendentes resultados.

Yo afirmo que la ciencia ha demostrado suficientemente los “cómo” y “por qué” el humor, el optimismo, el pensamiento positivo, en resumen, la alegría de vivir logran tales resultados. También, a través de mi experiencia e investigaciones personales, he llegado a la conclusión que **casi toda persona que decide hacerlo, puede aprender con facilidad a utilizar pensamiento positivo, optimismo e inteligencia emocional, todo esto cocinado con los condimentos que da el humor.**

A veces es necesaria la ayuda de tratamiento sicológico.

El principal problema es que nos resulta difícil, muy difícil, tomar tal decisión.

Lo expuesto anteriormente, para mí son hechos. No se pueden discutir. Más adelante expondré teorías que intentan explicar los “cómo” y “por qué” de tales conductas.

Para ver a un abogado, es conveniente concurrir con otro abogado.

¿Cómo demostraron en el pasado que el humor nos trae tantos beneficios?

Por medio de ciencias exactas:

a) Electrónica: Observar la corriente electrónica que se produce en el cerebro como consecuencia de la percepción de distintos estímulos.

b) Biología: Por medio de análisis de sangre, orina y saliva. Se verifican los productos químicos, que cambian de modo casi instantáneo en concordancia con lo que acontece en el cerebro y demuestran la relación directa entre la risa, los sentimientos y el estado del sistema defensivo (estrés) o el sistema inmunológico de la persona.

¿O SEA?

Si nos encontramos en paz, tranquilos, con sensación de bienestar y felicidad, nuestro cerebro “emocional” da órdenes por medio de sustancias químicas que segrega internamente a todo el organismo, entre otras las llamadas “endorfinas”, como un mecanismo de defensa para conservar nuestra salud, nuestra vida y la de la especie. Así el sistema inmunológico trabaja normalmente. Los distintos linfocitos nos defienden de las posibles agresiones de microbios, virus, células cancerígenas, etc. El sistema digestivo dispone de toda la sangre y energía que necesita. Igualmente el sistema sexual, de modo que se perpetúe la especie. Así se mantiene todo normal en el funcionamiento del organismo.

Pero, si de repente nos encontramos en la selva frente a una peligrosa fiera (¡y sin rejas entre ella y nosotros!): Ni bien nuestro cerebro ha recibido el dato de “peligro mortal” ya está actuando en defensa de nuestra vida: “figth or fligth” - luchar o huir- . En este caso, en lugar de endorfinas, envía mensajes por medios electrónicos y las glándulas liberan hormonas distintas, (Cortisol y Epinefrina entre otras) y ocurre toda una serie de fenómenos:

Aparece mucha adrenalina, aumenta la presión sanguínea, la cantidad de azúcar en la sangre, la cantidad y profundidad de las aspiraciones, aumenta la concentración de coagulantes en la sangre, disminuye mucho el riego sanguíneo en el sistema digestivo y en el reproductor, etc. El organismo se prepara para salvar la vida por “lucha” o “patitas pa’que te quiero”.

En experimentos de laboratorio se ha verificado rigurosamente todo lo expuesto. Es sabido, es totalmente lógico y lo mismo ocurre en los animales. Mas, si en el laboratorio se suministra de improviso una información aterradora (¡Peligro mortal inmediato! ¡Amenaza de terrorismo! ¡Desocupación, hambre mortal! Etc. Etc.) por medio de palabras o imágenes simultáneamente a un ser humano, un perro y un gato, vemos que el cerebro de los animales continúa tan tranquilo como antes, mas el del “homo sapiens”.. ¡ja! El costado izquierdo o “racional” entiende el “peligro mortal”, el costado derecho “emocional” “siente que hay peligro mortal”... ¡pobrecito! ¡es tan tonto nuestro cerebro emocional! El no sabe que es solo un “peligro virtual”, ¡él reacciona igual que frente a un tigre dientes de sable como hace 10 ó 20 ó 100.000 años! (Más valdría llamarnos “**homo no sapiens**”)

¿Consecuencias?

En la naturaleza, de cada cien animales que llegan a la edad adulta en condiciones de reproducirse, un promedio de 80 consigue sobrevivir hasta una edad cercana al máximo biológico programado por sus genes.

Nosotros, los humanos, desde que descubrimos el “poder de la mente racional” y nos dedicamos a crearnos los unos a los otros “miedos virtuales racionales” (ya hace muchos miles de años el “brujo” de la tribu dominaba a todos con “su poder de matar con magia negra”)... ¡pobrecitos! A los más de 100 años que nos corresponde aproximadamente, según nuestros genes, solo llega en buen estado una persona de cada.... ¡10.000!!!

Y no solo vivimos menos de lo que nos corresponde sino **¿cómo vivimos! ¿Cuánto disfrutamos y cuánto sufrimos hasta que nos vamos a ver como crecen los árboles desde abajo?**

¡OK !! Entonces.. Todo esto ya todos lo sabemos. Pero...

¿De qué nos vale saber si no lo utilizamos?

Es cierto, me dicen muchos (ante la evidencia que no pueden negar) **Pero...** (siempre hay un “pero”) **no es posible aprender el “sentido del humor” quienes no nacimos con el...**

Según una investigación realizada personalmente sobre un total de 307.568 personas adultas de todo el mundo, he llegado a la rigurosa conclusión que por lo menos un 98,74 % de ellos alguna vez fueron niños.

Y todos los niños hasta los 5 años ríen de 250 a 400 veces por día, saben jugar y disfrutar y alegrarse...

En cursos preparados para el efecto, casi todas las personas pueden “recordar” y “aprender de nuevo” a vivir con alegría, con optimismo, con **humor como filosofía de vida**.

Lo difícil ES DECIDIRSE A APRENDER...¡Y USAR!

Con referencia al uso del humor, existe una inmensa gama de prejuicios, como por ejemplo: “Son estúpidos”, “niñerías”, “no es una persona seria”, “es un tipo infantil”.

Para vivir con “sensación casi permanente de felicidad”, con más salud, menos dolores y con chances reales de disfrutar de la vida hasta los 120... “la panacea universal” es la utilización permanente de “humor como filosofía de vida”.

LO UNICO QUE HACE FALTA ES DE-CI-DIR

No solo aprender; también utilizarlo en la vida diaria. Si nó, ocurrirá como sucedió con un amigo, que cuando le pregunté por su hijo me dijo: - “Está estudiando” - ¿Y qué será cuando termine sus estudios? Me contestó: - “Será un viejo”.

Hecho de la Vida: Asma

Berta, de 51 años, sufrió de asma desde su niñez. ¡Qué no hicieron sus padres y ella misma durante toda su vida por curarla! Hiciese lo que hiciese, periódicamente se debía internar de urgencia en algún hospital.

Un día se inscribió en uno de mis cursos, donde aprendió a usar el humor, los pensamientos positivos, el optimismo y la inteligencia emocional. Por supuesto, ella continuó con sus tratamientos según la medicina convencional, pero aportó sus fuerzas positivas interiores, vale decir, utilizó su “cerebro racional” para ayudar a sus emociones y su sistema inmunológico.

Los resultados fueron sorprendentes. Cuando llegó la televisión a filmar el grupo al que ella pertenecía, Berta explicó a los periodistas los “cómo” y “por qué” ella consiguió olvidarse casi por completo de su enfermedad, el asma.

EL LIBRO QUE ORIGINÓ UNA REVOLUCIÓN EN EL TEMA SALUD

En su libro “Head First, the Biology of Hope”- Principio de Autocuración- La Biología de la Esperanza, Norman Cousins nos explica los “cómo” y “por qué” nuestro cerebro influye de modo importante en nuestra salud. (Recomiendo calurosamente este libro). Cousins describe numerosos casos de “enfermos terminales” que lograron su curación o sobrevivir muchos años a los pronósticos médicos. Nos relata sobre rigurosas

investigaciones médicas, realizadas en UCLA (Universidad de California, Los Angeles) durante años. Las conclusiones son unívocas: La esperanza, el optimismo, la alegría y la risa tienen una influencia decisiva en la salud del cuerpo y la mente.

Bernard S. Siegel dice: “El cuerpo y la mente son una unidad que se mantiene por mediación de los nervios y de moléculas mensajeras. El amor, el júbilo, la esperanza y la paz interior tienen consecuencias fisiológicas como las tienen la depresión y la desesperación. Y ese es el tema de la ciencia de la comunicación entre mente y cuerpo.”

Nos relata: “En 1983, Guin Florio, jardinero, 78 años, enfermó de cáncer de estómago. Le indiqué una inmediata operación. El dijo: “Te olvidas que estamos en primavera. En mi profesión yo estoy obligado a embellecer al mundo. Si continuo con vida, ese será un regalo que recibí. Si no, dejaré tras mío un mundo más bello.”

Dos semanas más tarde, cuando regresé del viaje de vacaciones de verano, se presentó y me dijo: “El mundo está más lindo y yo estoy listo.” Según lo confirmado luego de la operación, quedó en su cuerpo una gran porción del tumor que era innoperable y él debía recibir tratamiento de quimioterapia y radiación. Entonces dijo: “¿Vos no te olvidaste de algo?. No tengo tiempo para todo eso”. En marzo del 87, sin haber recibido el tratamiento recomendado, Guin retornó y me preguntó: ¿Qué está permitido comer después de una operación de estómago?”

- ¿Después de cuatro años de la operación? ¡Lo que te dé la gana!

Guin ya festejó su cumpleaños 83.... y sigue embelleciendo al mundo.

Y... ¿Dónde está el cáncer?

Guin está demasiado ocupado y no tiene tiempo para estar enfermo. ¿Cómo explicar esto con palabras científicas? ¿Que existe la psicología del optimismo, de la paz, del amor y de la alegría?”

“Quizá este sea un hecho raro, mas en la bibliografía médica figuran no pocos casos e investigaciones similares. Y en todo caso es conveniente esforzarse en la apreciación positiva para enfrentarse mejor con dificultades y enfermedades, y así darse a sí mismo mayores posibilidades de ser otro más de estos casos citados.”

Es muy recomendable leer los libros de Cousins y de Siegal, y enterarse hasta dónde influye esta concepción.

En el mismo libro se relata sobre Nik Hol, de la universidad Jorge Washington, que debía dictar una conferencia frente a un público sumamente escéptico, y nos cuenta:

“Sabía que debía hacer algo fuera de lo común. En consecuencia, tomé el libro “El Amante de Lady Chatterley” y leí un párrafo sumamente erótico. Cuando terminé, todos estaban convencidos que yo había enloquecido totalmente. Les miré y les dije: “Si es posible despertar emociones y sensaciones por medio del uso de palabras que crean ideas, ¿por qué no va a ser también posible hacer exactamente lo mismo con el sistema inmunológico?”

En 1973 el diario France Soir señaló con una sonrisa las buenas noticias. Así el público pudo evitar la lectura de los hechos de violencia, asesinatos, etc. El público se entusiasmó con la idea.

Hecho de la vida: Creatividad para solucionar un problema.

La señora Flora McDonald, cuando era ministra, en Canadá, estaba pronunciando un discurso. En el auditorio se hallaba un borracho, que de pronto comenzó a importunar. La señora Flora, sin variar en lo más mínimo el tono y el contenido de su discurso, bajó del escenario, se acercó al beodo sin dejar de hablar, le pasó la mano sobre los hombros y, así, cordialmente, cual un entrañable amigo le fué conduciendo hasta la salida de la sala y, sin dejar de hablar, volvió al escenario. Su discurso fué interrumpido por una larga ovación.

Hecho de la vida: Secreto del corazón sano.

El 3 de Septiembre de 1970 se publicaron los resultados de una investigación que se realizó en coparticipación de la Facultad de Medicina de la Universidad de Harvard y del Colegio Trinity de Dublin, Irlanda. Durante 9 años se controlaron 575 parejas de hermanos gemelos, todos ellos tuvieron el mismo hogar, la misma niñez, educación y el mismo medio ambiente hasta por lo menos la edad de 20 años. La diferencia entre los hermanos fué que después de los 20, uno de ellos emigró a los Estados Unidos a la zona de Boston.

Era sabido que en los Estados Unidos, entre la población en general, había una estadística mayor de enfermedades del corazón y muertes repentinas por este motivo.

Se observó que los hermanos que quedaron en Irlanda consumían mayor cantidad de calorías y de alimentos ricos en colesterol, tomaban más alcohol y trabajaban mucho más duro y muchas más horas que sus hermanos en Boston.

¡Sorpresa! ¡El corazón de los hermanos que quedaron en Irlanda era más joven entre 15 a 28 años que el de los residentes en Boston! Buscaron la explicación y encontraron hechos que no figuran en las “historias clínicas”.

En Irlanda se escuchó lo siguiente:

“Comer y beber un poco lo que a ti te gusta, seguro que no te daña”. “¿Tiempo? Dios creó mucho tiempo. Tengo todo el tiempo del mundo.”

En los Estados Unidos se escuchó lo siguiente:

“Uno necesita correr todo el tiempo. Todo el día corremos.”

La investigación fué concluyente. El Dr. Stare, de la Universidad de Harvard, explicó: “Es real, a pesar que no lo podemos explicar”. La explicación, según el punto de vista de los optimistas, es que ven el lado positivo de la vida.

En resumen, el secreto de un corazón sano: No fumar, comer menos calorías y menos colesterol, hacer más actividad física y evitar la tensión, y lo más importante: ¡mirar el mañana de modo optimista!

En el restaurante, la esposa le grita al marido y al final le dice: “Yo conozco personas groseras, pero como vos... ¡sos un asqueroso gusano!”

Todo el público les observó, y esperaban atentos la respuesta...

Y el esposo, lentamente, miró a su mujer y con suave y cordial voz le comentó : “¡Cuánta razón tenías, querida! Y él, ¿que te contestó?”

Mañana es el día que los vagos harán un montón de trabajo.

Hecho de la vida: La Tía Luisa.

El problema comenzó tres meses después del casamiento de la Tía Luisa con Ricardo. Todos los domingos Ricardo la esperaba dentro del coche, en la puerta de casa, mientras la tía se bañaba, vestía, maquillaba, etc., para ir a la iglesia. El tío no era lo que se dice un hombre paciente, por lo que a cada rato atormentaba los oídos de todo el barrio con insistentes y prolongados bocinazos.

A pesar de los pedidos y quejas de la tía, él continuaba con su molesta costumbre.

Un domingo, cuando comenzó con el ruido, la tía salió, proveniente de la bañera, totalmente mojada y como vino al mundo, se sentó en el coche y le dijo : ¿Vamos, querido?

El tío nunca más tocó la bocina. ¡Nunca más!

La maestra solicitó a los niños escribir una composición sobre el tema: “Si yo fuese el Director de una Gran Empresa.”

Todos los niños comenzaron a escribir menos uno, que descansaba plácidamente.

La maestra le preguntó: Y tú, ¿porqué no escribes?

La respuesta: “Estoy esperando que llegue mi secretaria privada para dictarle.”

Un niño pequeño preguntó a su padre: ¿Por qué a la mujer le dicen “el sexo opuesto”?

- “Porque siempre se opone a todo lo que vos querés hacer.”

Levítico 19:18 “No te vengarás, ni guardarás rencor a los hijos de tu pueblo: mas amarás a tu prójimo como a ti mismo: Yo Jehová.”

¿POR QUÉ LAS PERSONAS PELEAN Y DISCUTEN?

El Dr. Donald Laird, de la Universidad Colgate pidió a los alumnos escribir durante un minuto una lista con los nombres de todos los compañeros que les hacían enojar y el por qué. Hubo alumnos que escribieron un solo nombre, mientras que otros llegaron a escribir hasta 14. Cuando verificó el profesor los resultados, observó un hecho muy interesante: Los alumnos

cuyas listas eran largas, figuraban más veces en la nómina de los otros alumnos y eran descritos como peleadores y antipáticos. Por el contrario, aquellos que casi no escribieron nombres, casi no figuraban en las otras listas.

La vida comienza a los cuarenta, junto con la costumbre de contar tres veces por mes la misma historia a la misma persona.

De la vida : Corbata

Mark Twain recibió una invitación para tomar el té, en la residencia de una muy encoquetada señora. Cuando regresó a su casa, se enteró que una vez que se retiró, la importante señora comentó su desvergüenza al haberse presentado sin corbata a un evento tan distinguido.

De inmediato envió un mensajero con una caja. Cuando la abrieron se encontraron con una corbata y una nota que decía: “Puesto que es tan importante, aquí le envío mi corbata, a los efectos que la puedan contemplar durante una hora, que es el tiempo que estuve con ustedes. Ruego devolverla con el mensajero, pues es la única que tengo.”

Juan (A su esposa) ¡Encontré la solución a todos nuestros problemas!
- ¡Qué suerte! ¿Y cómo?

- Contraté a Pedro como secretario personal. Es un hombre inteligente y creativo en grado sumo. Le he asignado un sueldo de 15.000 dólares mensuales, de modo que tenga un verdadero incentivo. A cambio, él deberá resolver todos nuestros problemas.

- ¿Y de dónde sacarás los 15.000 dólares para pagarle todos los meses?

- ¡Ah!. ¡Ese es el primer problema que él deberá resolver!

La religión es una póliza de seguro pagada en esta vida contra el fuego en la otra.

Como enfrentarse con las peleas

En la escuela, en el trabajo o en la calle, Juan y José comienzan a discutir. Es muy difícil para mí, tan joven y casi sin experiencia en la vida, encontrar un motivo por el cual dos personas comiencen a discutir, por lo que te ruego, querido lector, que me ayudes.

Por favor, escribe algunas causas reales, de la vida diaria, que puedan motivar que dos niños en la escuela, o dos personas en el trabajo o en la calle, comiencen una discusión:

- 1 _____.
- 2 _____.
- 3 _____.
- 4 _____.
- 5 _____.

En muchos casos, en el transcurso de una discusión, las personas se dirigen palabras ofensivas, el nivel de la violencia verbal crece y así, cada uno de los participantes cree más y más que tiene la razón.

Nadie tiene ya la posibilidad de retirarse.

Nadie quiere sentirse “cobarde”, o “pusilánime”, o “gil”.

Y, ¿cuántas veces de las palabras se pasa a las manos?

Violencia verbal, violencia física... nadie sabe cual puede ser el fin.

En Israel, según datos estadísticos que se publicaron en los últimos tiempos, ¡cada año 13.500 niños sufrieron heridas en las horas escolares! También en los diarios hemos leído casos de asesinatos, motivados por discusiones sobre un sitio de estacionamiento, una silla en la playa o el derecho al paso durante la conducción de un vehículo. ¡Gestas de importancia fundamental! ¡Merecen hasta dar la vida por ellas!

Proverbios 11:2

“Cuando viene la soberbia, viene también la deshonra: Mas con los humildes es la sabiduría.”

No importa hasta que nivel llega la violencia.

No importa cual fué el motivo que comenzó la discusión.

No importa quién tiene razón.

El hecho, indiscutible, existe: como consecuencia de las discusiones, dos personas (o más), se amargan en ese momento, y muchas veces durante mucho tiempo (y a veces se lastiman, cuando no es peor...).

Y la ciencia demostró, **por medio de investigaciones biológicas, de la química del cuerpo humano**, hasta qué nivel perjudican tales discusiones a la salud en general. **Sentimientos de enojo, odio, nerviosismo, debilitan el sistema inmunológico** (sin tomar en cuenta hasta dónde puede perjudicar la salud un fuerte palazo en la cabeza o un balazo en el corazón).

Querido lector, recuerda una de las serias discusiones que tuviste en tu vida, que te enojaron y amargaron la vida (y si tu caso es que en tu vida **nunca (!)** ocurrió un hecho de estos, utiliza tu imaginación “como si” hubiera pasado).

Ahora, imagina que terminaste de pelear y vas a tu trabajo de locutor radial de noticiero. Transmisión en directo. Imagina que ahora estás sentado frente al micrófono y tus ayudantes comienzan a traerte tarjetas en las que están escritas las últimas noticias que vas recibiendo y debes ir leyendo una a una.

Por favor: Lee en voz alta y dramática, como un verdadero locutor de noticiero radial. Sistema: “Inflar el globo”.

Tarjeta No 1: El Sr (tu nombre) y el Sr. (el nombre de la persona con quien querellaste) tuvieron un enfrentamiento por (el motivo que tú sabes)

No 2 : La discusión verbal subió de tono, llegando a palabras muy fuertes.

No. 3 : Los contendientes comenzaron a sumistrarse golpes.

No. 4 : ¡Varios familiares de ambas partes se unieron a la lucha!

No. 5 : ¡Amigos y compañeros de trabajo de los contendientes originales y de los familiares corrieron a participar!!!!

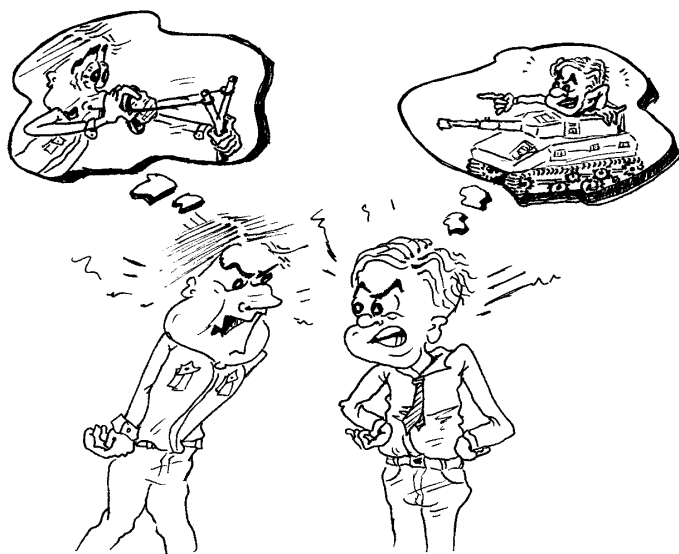
No. 6 : ¡Los políticos ingresaron en el juego!!!!!! ¡La Derecha apoya a una parte y la Izquierda a la otra!!!!!! ¡Guerra!

No. 7 : ¡Debido a la guerra civil en Israel, sus enemigos aprovecharon la oportunidad y declararon la guerra!!!!!!!!!!!!!!

No. 8 : ¡Los Estados Unidos defienden a Israel. !!!!!!!!!! Rusia a sus enemigos!!!!!!!!!!!!!! ¡Desaparecieron volatilizadas

Nueva York y

Moscú!!



Este es el sistema **Inflado del Globo**

Cuando tú inflas un globo, y lo inflas, y lo inflas.... en algún momento revienta... y, entonces, la situación comienza a ser ridícula, risible.

Nota: Esta técnica fué recomendada por el Dr. Viktor E. Frankl, en su libro "El hombre en busca de sentido" (Técnica logoterapéutica denominada "intención paradójica".)

Este es un ejemplo de la utilización del humor natural con el objeto de poder ver el hecho en la debida proporción.

Algo que debes tomar en consideración: si nosotros pensamos en las cosas que nos sucedieron hace cinco, diez o veinte años.... sin duda que un cierto porcentaje de tales sucesos en ese entonces nos produjeron sufrimiento, preocupaciones, enojos, dolores, amargura y otros numerosos sentimientos negativos. Mas ahora, somos capaces de observar los mismos acontecimientos y reírnos del 99.99% de ellos. Incluso es posible que pensemos: “¡Qué tonto fui!, para que sufrí tanto por causa de esa simpleza...” Vale decir, observar el hecho que nos ocurrió en el pasado lejano, nos permite evaluarlo en la correcta proporción. Entonces, el truco del “humor inteligente” consiste en aprender a reírse ahora, “como si” lo que nos está ocurriendo sucedió años atrás.

Esto me recuerda: En 1978 cuando salió a luz mi primer libro en Buenos Aires, Argentina, con el título “¿Y de qué quiere que nos riámos los argentinos?”, dijo la escritora Ilana Dubeq: *“El truco del humorista es el de observar el presente como si ya*

hubiera pasado hace uno, cinco o diez años y preguntarse: ¿en tal caso esto sería tan terrible?”

Después de todo, sí es posible reír después de quince años, no veo porque no podemos reír después de cinco semanas y, entonces, ¡también es posible reír después de cinco minutos! De este modo nosotros achicamos el período de sufrimiento, y así, como explicara anteriormente, **¡evitamos dañar nuestra salud!**

Las personas no son felices porque ven al pasado mejor de lo que fué, el presente peor de lo que es, y el futuro mucho peor de lo que será.

Dos amigos peleados deciden reconciliarse. Uno le dice al otro: “Te deseo el doble de lo que tú me deseas a mi.” La respuesta fué instantánea: ¡¿Otra vez empezás?!

El odio es como el suicidio, pero peor.

Puesto que sufrimos mucho, mucho tiempo, hasta que la muerte llega.

Hecho de la vida: Antes de dividirnos

El predicador cristiano, Oral Roberts, fundador de la Universidad Oral Roberts de los Estados Unidos, le entregó a David Ben Gurión una Biblia, y le solicitó que leyese su párrafo preferido.

Ben Gurión buscó y leyó “y creó Dios al hombre a su imagen y semejanza. A su imagen y semejanza les creó. Hombre y mujer les creó.”

Un periodista que se encontraba presente escribió: “Quedé defraudado. Tenía la esperanza que dijese algo más interesante para la televisión.”

Mas a continuación explicó Ben Gurión: “Antes que fuésemos norteamericanos o rusos, israelíes o egipcios, antes que fuésemos musulmanes, indúes o judíos, antes que nos dividiésemos como ahora, fuimos seres humanos, que creó Dios. Éste es el mensaje de todas las grandes religiones.”

Y Roberts dijo: ¡“Amén”!

***En los países primitivos, no tomes agua.
En los “civilizados”: no respires.***

Hecho de la vida: Todo lo bueno - el gobierno

Cuando Moshe Dayan era Ministro de Agricultura, un beduino le dijo en un encuentro: “Todo lo malo viene del cielo y todo lo bueno del gobierno.”

“Demuéstralo eso”, pidió Moshe Dayan-

- “Mira: Dios nos manda enfermedades y el gobierno médicos, ¿Cierto? - Cierto.

- Las guerras se programan desde el cielo y los esquemas de paz en el gobierno, ¿Cierto? - Cierto.

- Y este año los cielos nos mandaron sequía y viento caliente del desierto, pero recibiremos indemnización del gobierno, ¿Cierto?” -

Dayan aceptó, por supuesto...

Y a la noche informó el beduino en su carpa que el ministro de agricultura autorizó el pago de indemnizaciones por la sequía.

Cuando un viejo y prestigioso científico dice que algo es posible, casi siempre tiene razón. Cuando él dice que algo es imposible, casi seguro que no tiene razón.
Artur Clark

Existen personas que afirman que la felicidad es posible. Mientras otras afirman lo contrario.
Y en este caso, todos tienen razón.

Hecho de la vida: La maestra que aprendió a utilizar el humor.

Edna, maestra de hebreo de nuevos inmigrantes, cuando participó en uno de mis grupos de estudio relató a una periodista de televisión cómo incidió en su vida particular y profesional el haber aprendido a utilizar las habilidades del humor. Cuando comenzó a aplicar el humor con sus alumnos adultos, empezaron a llegar nuevos estudiantes, aún más, permanecían con los cinco sentidos atentos para no perderse ningún chiste de la maestra y se esforzaban por aprender las palabras necesarias para poder contarlos; mientras que en las otras aulas, los alumnos abandonaban sus estudios con mayor frecuencia.

Edna también dijo que gracias al “humor como filosofía de vida” ella recibió más fortaleza interior y seguridad en sí misma,

lo cual le ayudó mucho al momento de tomar decisiones difíciles. La hijita de Edna contó que desde que la mamá estudiaba acerca del humor, la atmósfera de la casa cambió. Ahora casi no hay enojos entre la familia y se ríen mucho. Todos están muy contentos con el cambio... ¡y, por supuesto, yo también!

Todo lo que ocurre causa risa, ... siempre que le ocurra a otro. Neil Rogers

Se sabía que: La única enfermedad sin recaída... es la caída... del pelo. Mas gracias a mis esfuerzos investigativos sobre el tema, tengo el orgullo de informar que hoy sabemos, con respecto al cabello: qué produce su caída, qué es lo que la detiene, y cómo se puede conservar.

La caída la produce: la fuerza de gravedad.

La detiene : el piso.

Lo puedes conservar: en una cajita de cartón o de madera.

Todo es relativo: para la lombriz es preferible cavar pozos que ir a pescar.

Hecho de la vida: Whisky Buchanan.

James Buchanan, quien era parte del grupo de propietarios de una de las primeras productoras de whisky en Londres, no conseguía vender su producto a un importante hotel. Buchanan contrató doce actores a quienes les envió vestidos confeccionados con las más finas y elegantes telas para que asistieran a la importante cena de negocios que organizó, precisamente, en dicho hotel.

Los doce “ejecutivos” fueron ubicados en una mesa central en el gran comedor y el maitre se acercó solícito para atenderles:

- “Y ¿con qué comenzamos?” Les preguntó.

Quien estaba sentado a la cabecera y oficiaba como anfitrión le respondió con voz correctamente modulada, con palabras que podían ser entendidas desde lejos:

- “Los señores han venido de distintos lugares del mundo a participar en este trascendental evento comercial, de modo que propongo comenzar con un brindis por el éxito de nuestra reunión. Por favor, sírvanos a cada uno un vaso de whisky Buchanan.”

Siguió un profundo silencio. En voz muy baja el maitre le respondió:

- “Lo lamento. Puede usted elegir entre una inmensa selección de los mejores y añejos whiskys, pero lamentablemente no tenemos whisky Buchanan.”

- “¡¡¿Qué?!!”. Contestó “sorprendido” el “anfitrión”. “¿No tienen whisky Buchanan? Lo lamento, pero nosotros no podemos rebajarnos a cenar en un sitio que no tenga whisky Buchanan.”

Y dando el ejemplo se levantó y se dirigió a la salida, seguido por sus once “invitados”, frente a la sorprendida mirada de los numerosos comensales.

Por rara casualidad, al día siguiente la fábrica recibió un nuevo e importante pedido de whisky “Buchanan”.-

En la Asociación de Profesionales, varios miembros discutían sobre cuál era la profesión más antigua del mundo.

El cirujano dijo: - “La mía. ¿Acaso no operó Dios a Adán para extraerle la costilla con la que hizo a Eva?”

- “Si”, -dijo el arquitecto.- “Pero antes de eso ¿No organizó al mundo del caos? ¿No realizó la arquitectura del mundo?”

-“Si”, -dijo el abogado político.- “Pero ¿Quién hizo el caos?...”

Hecho de la vida: Como vender comida china.

Gino Paulotzi, director de una empresa que se ocupaba de vender comida china, se enojó cuando Stan Farber, cómico que se ocupaba de publicidad, le propuso proyectar una película donde el locutor decía: “De cada diez médicos, nueve comen comida CHUNG KING” y la cámara mostraba a los médicos... nueve chinos y sólo un blanco.



Farber afirmó que dicha publicidad aumentaría las ventas por lo menos en un 25 % en el plazo de seis meses. Gino aceptó el desafío y concretaron una apuesta.

Cuatro meses después, cuando las ventas había ascendido en un 40 %, a Gino no le quedó más remedio que pagar la apuesta: Gino se colocó entre las varas de un carrito chino de transporte de personas y llevó a pasear en una concurrida calle céntrica a Farber, quien sentado cómodamente se descostillaba de risa, en beneficio del público que gozaba del espectáculo.

Por regla general, los humanos amamos las cosas y nos aprovechamos de las personas, pero sería mucho mejor si amáramos a las personas y aprovecharíamos las cosas.

Otro hecho de la vida: Enfrentarse con la ira.

Enfrentarse con alguien que se encuentra bajo un ataque de ira es, sin duda alguna, un arte superior.

El señor Terry Dobson fué uno de los primeros occidentales que aprendió una de las artes marciales llamada “aikido”, en Japón, en los años cincuenta. Una tarde, viajando en ferrocarril en Tokio, subió a su vagón un hombre muy fuerte, agresivo, borracho y sucio. El mismo gritó palabras ofensivas y empujó a una señora que tenía un bebé en sus brazos. La señora cayó sobre un hombre que estaba sentado dormitando. El borracho intentó arrancar una barra de hierro del vagón.

Terry pensó que él estaba obligado a intervenir, con el objeto de evitar heridos graves. Pero él recordó las palabras de su maestro: Aikido significa “arte de reconciliar. Quien intenta pelear, quien intenta dominar a otras personas, ya está vencido. Lo que se aprende es “como solucionar los conflictos y no como comenzarlos.”

Él había prometido a su maestro que que jamás comenzaría una pelea, pero ahora se sentía obligado a intervenir. Todos los pasajeros se encontraban bajo gran temor.

Terry se levantó, muy lentamente.

Cuando el borracho le vió, rugió más que gritó: ¡“Extranjero”!!!. ¡Tú necesitas una lección de cómo comportarte en la sociedad japonesa! Y se preparó para atacar a Terry. Exactamente en ese momento, alguien llamó desde detrás del borracho: “¡Hei!”. La llamada fué agradable, amistosa, cálida, de alguien que de pronto encuentra un querido amigo.

El borracho se volvió y vió un viejito pequeño, de unos setenta años, que le sonreía francamente, le hacía señales y le invitaba:

“Ven. Ven conmigo.” El borracho se volvió y le dijo ¿“Quién eres tú? ¿De qué tengo que hablar contigo?”

“¿Que tomaste?” Le preguntó el anciano. “Tomé saque” le contestó, “pero a tí no te interesa”. ¡”Oh”!, dijo el viejito, “A mi también me gusta mucho el saque. Todas las noches mi mujer y yo nos calentamos una botella de saque, la llevamos al jardín y nos sentamos sobre un banco de madera...” y le continuó contando sobre las bellezas del jardín y cuánto ellos disfrutaban del mismo y de la vida.

El borracho comenzó a aflojar sus cerrados puños y contestó: “Si... yo también adoro mi jardín...”

El anciano continuó : “Si, y yo estoy seguro que también tú tienes una esposa encantadora.”

“No”, contestó el hombre, “mi esposa falleció...” y relató su triste vivencia, que perdió a su señora, su trabajo, su casa, y como ahora se avergonzaba de sí mismo.

El tren llegó a la estación donde Terry debía descender. Cuando lo hacía, él escuchó al anciano que a la par que le solicitaba al borracho que le contase todo, le recibía amorosamente en sus brazos cuando el pobre hombre apoyaba la cabeza en su regazo.

El médico le dice a su paciente: “¿Para los sesenta años que usted tiene, su estado de salud es excelente!”

‘¿Quién le dijo que yo tengo sesenta? Acabo de cumplir los ochenta y cuatro.

-¿Ochenta y cuatro? ¡Admirable!. ¿A qué edad falleció su papá?

¿Quién le dijo que mi papá falleció? Hace dos meses cumplió los ciento cinco.

¿Y su abuelo a que edad murió?

¿De donde sacó que mi abuelito murió? Tiene ciento veintidós, y está por casarse.

¡¿Por casarse?! ¿Y para que quiere casarse un hombre a los ciento veintidós años?

¡No quiere! ¡Le obliga el padre de la novia!

**El arma de los fuertes es la no-violencia.
Mahatma Gandhi**

“Una gota de miel atrae más moscas que una tonelada de hiel.”

Vale decir que la mejor forma de exterminar a un enemigo, es el convertirlo en amigo.

Hecho de la vida: De enemigos a amigos.

En mi ya laaaaaaaa vida, trabajé en distintos sitios. En uno de tales, llegó un día mi jefe con unas hojas de papel en las manos y me preguntó: “Enzo, ¿Cómo pudiste equivocarte de esta manera?”

Uno de los compañeros de trabajo me explicó luego, que un empleado y una empleada que trabajaban en el final del proceso

de nuestras oficinas se comportaban de modo sistemático como fuente de información al jefe sobre los errores de todo el personal, en lugar de dirigirse como buenos compañeros de trabajo al “culpable” del error y arreglar en silencio el mismo.

No es necesario ser un genio o un mago para adivinar cuales eran los sentimientos generales de todo el personal con respecto a esos dos “compañeros”, tan “hacedores de méritos frente al jefe.”

¿Qué hacer? ¿Incorporarme al odio general? ¿Y tal cosa me ayudaría a mi? Al contrario. El odio destruiría mi sistema inmunológico y por ende, afectaría mi salud.

¿Que hacer?

Descubrí que “el genio” era un apasionado filatilesta y que la “genia” se pirraba por los dulces y chocolates. Por lo tanto, comencé a conseguir estampillas y se las regalaba a él y por lo menos una vez por semana, cada vez con una excusa distinta, traía y repartía chocolates, caramelos o dulces.

Las vacaciones anuales se tomaban por turnos. Los dos “descubridores” las tomaron al mismo tiempo. Le dije al jefe que yo podía ayudarle con el trabajo de los “ausentes”, cosa que él aceptó encantado... No me fué difícil encontrar varios errores que ellos habían cometido. Cuando regresaron al trabajo, les pedí que se quedasen después de hora hasta que el jefe se fuese a su casa y entonces, les conté que la superioridad me había pedido ayuda para hacer el trabajo de ellos y que al haber encontrado “éste... y éste.. y éste... y éste error,” “decidí arreglar los que yo más pudiera; por ejemplo éste, hice así y éste asá”,

“mas con éste y éste que no supe que hacer, los puse a un lado, sin que nadie se entere y esperé para que los arreglen ustedes que saben cómo.” Y añadí: “¿Para qué molestar al jefe con estupideces burocráticas que nosotros podemos arreglar “en casa y en silencio, ¿cierto?”

Como final del cuento: Luego de algunos meses, una de las compañeras de oficina, ya muy amiga mía, me dijo: ¿Qué le hiciste a ese par? ¡Oí como ellos te defendían y hablaban maravillas de ti con el jefe! ¡Es realmente un milagro!

El médico al ex-enfermo: “Mi querido amigo, tu curación fué realmente un milagro de Dios.”

El paciente: “¡Gracias a Dios!” ¡Y yo que pensaba que tendría que pagarte honorarios médicos a ti!

ESTO NO ES NUEVO.

Ya en 1946 publicaron en “The Literary Digest” :

“Abdullah Ibn Hussein, el Emir de Transjordania, usaba un ingenioso ardid para evitar que los jefes de las tribus ayudaran a sus hermanos árabes contra los judíos de Palestina. En el vestíbulo de su palacio de Aman hizo colocar dos grandes espejos, de los que desfiguran las imágenes. Cuando los jefes beduínos llegaban a solicitar permiso para hacer sus agresivas incursiones en tierras de Palestina, eran atraídos por los espejos y se acercaban a ellos para aciclarlos antes de hacer su entrada en el salón del Emir. En cuanto veían su ridícula figura, dos veces

reflejada allí, haciendo las más cómicas contorsiones, soltaban a reír como chiquillos. Momentos después, ya habían olvidado los motivos de queja y en vez de presentar su airada petición, aceptaban muy complacidos el espeso café negro, aromatizado con cardamomo y agua de rosas que los servidores del emir les ofrecían, mientras contemplaban extasiados a éste hacer una ingeniosa jugada en su tablero de ajedrez favorito.

¿Y que ocurrió finalmente con Pedro?

¿Recuerdan a Pedro? ¿El que perdió el trabajo en la fábrica? Luego de todas las peripecias relatadas, le dí a Pedro a leer los mensajes como locutor de radio, donde él informó que debido al cierre de la fábrica donde trabajaba fallecieron los 6.000.000.000 de habitantes del mundo, y por supuesto que todos reímos cuando el “globo explotó.”

Pedro continuó buscando nueva ocupación.

Un día llegó al grupo con una cara de alegría infinita, Gritó: “¡Encontré un buen trabajo!”

Nosotros estábamos seguros que finalmente eso ocurriría.

***Hay dos palabras que te abrirán muchas puertas:
“TIRE” y “EMPUJE”.***

Tener la conciencia limpia, es signo de mala memoria.

El mayor peligro de conducir en las rutas, es que siempre hay un idiota que viaja a 120 kph. ... a no más de cinco metros delante tuyo.

Otro ejemplo de uso inteligente de la risa:
LA RISA GENERADORA
“Liberadora de endorfinas”.

Imaginemos que tú estás apurado. (¡solo imaginemos! Puesto que en esta “vida moderna” nunca nadie “está apurado”). Y entonces corres y no pones atención que un hierro se interpone en tu camino por lo que recibes un golpe muy fuerte, digamos, en tu rodilla, produciéndote una fea, sangrante y dolorosa herida.

Por supuesto, caes al suelo, te sientes mal, con atroces dolores y con temor a quedar baldado, o que se produzca una gangrena, o que...

No es necesario ser un genio para darse cuenta que **lo último** que tú podrías tener ganas de hacer, es de reír o sonreír.

Mas en investigaciones biológicas se ha descubierto que si a pesar de todo tú eres capaz de reír a las carcajadas, digamos como si fuese un “ejercicio físico”, de “modo artificial”, sin ningún motivo natural que pueda provocar risa, vale decir, en una decisión del “cerebro racional” y sin ningún contacto o referencia a lo que ocurre con tus “sentimientos”, el mensaje que recibe tu cerebro emocional por medio de los nervios es que todo tu cuerpo se retuerce de la risa.

Según parece, así como ante la “sensación de peligro” el cerebro reacciona ordenando la emisión de epinefrin y cortisol en lugar de endorfinas, de igual modo, se puede engañar al cerebro “emocional” por medio de la risa provocada voluntariamente y así liberar endorfinas. (Los impulsos electrónicos que llegan al cerebro de todos los músculos involucrados en esa “risa artificial voluntaria” son reales, los músculos se mueven porque te ríes... y así engañas al cerebro, le haces creer que realmente estás alegre). Cuando tenemos endorfinas en la sangre, las mismas actúan inhibiendo o disminuyendo las posibilidades del cerebro de “sentir el dolor”. La acción biológica de tales endorfinas es similar a la de una potente droga, como la morfina.

(Es sabido que en caso de graves heridas en combate, los médicos administran de inmediato una dosis de morfina: evita los dolores y la angustia ante la muerte.)

La diferencia: la morfina puede terminar provocando adicción. Las endorfinas no tienen “efectos negativos secundarios”. Son drogas naturales.

¿Recuerdas la “anestesia provocada por el gas de la risa”? (óxido nítrico)- Afirman que tal anestesia es originada por la liberación de las endorfinas que libera la risa inevitable que provoca el gas.

Las endorfinas son 200 veces más activas que la morfina, no cuestan dinero, no es ilegal, no crean adicción. En resumen, ningún daño. Por el contrario, originan toda una serie de beneficios adicionales: mayor creatividad, mayor calidad de vida y de trabajo, mucho menor cantidad de enfermedades, puesto que las desarrolla el sistema inmunológico- evitan sentimientos negativos, preocupaciones, pesimismo, enojo, etc. Las endorfinas son conocidas como “hormonas de la felicidad”.

Directivas para cursos de salvavidas:

1) Saque la víctima del agua.

2) Saque el agua de la víctima.

Un día Abraham Lincoln ingresó a un local donde iba a dictar una conferencia. Se sacó la galera y la colocó, boca arriba, en una silla a su lado.

Una señora, de constitución digamos “más bien gordita”, sin darse cuenta de ello, un instante después se sentó sobre la galera, la cual, al no haber sido diseñada para soportar tal peso,...

Lincoln le dijo de inmediato: “Señora: ¿Porqué no me preguntó antes de probársela? Yo sabía que no es de su medida.”

La medicina moderna afirma que retorcerse de risa es un ejercicio físico excelente: Se agrandan los pulmones, cosa que aumenta de modo significativo la capacidad de recibir oxígeno, el diafragma sube y baja, masajeando y ayudando el trabajo del corazón y, por lo tanto, los latidos del corazón se intensifican y fortalecen. La corriente sanguínea fluye más velozmente y también la actividad del hígado, el estómago, el páncreas, el bazo, la vesícula - todo el sistema recibe estímulo.

Todo lo expuesto confirma lo que afirmara Aristo hace más de 2000 años

“La risa es un ejercicio físico de gran valor para la salud.”

Entonces, conviene practicar y acostumbrarse a utilizar la risa liberadora y generadora. La risa “sin motivo”.

El Dr. Madan Kataria, de India, comenzó a desarrollar esta técnica hace más de quince años. (Laugh For No Reason) Hoy en día millones de personas en todo el mundo practican diariamente esta “Risa Yoga”. Ya funcionan cerca de 6.000 “Clubs de la Risa”. (India, USA, UK, Australia, Alemania, Francia, Italia, Bélgica, Hungría, Finlandia, Suiza, Noruega, Suecia, Dinamarca, Singapur, Malasia, Dubai e Israel). Se ha observado un hecho general: prácticamente todos los participantes recibieron beneficios de distinto tipo.

Científico 1 :¿Porqué afirmas que ésta es la más inteligente de las computadoras?

Científico 2 :Porque cada vez que le preguntan una idiotez, se ríe.

Se consideran personas serias, en general, a aquellas que continuamente ven el lado serio en cosas que no tienen lado serio.

Comenzamos con:

Sacamos aire desde el estómago y decimos: Ho, Ho

Idem, pero diciendo: Ha, Ha, Ha.

Batimos palmas mas una mano en pleno frente a la otra y contamos : Un dos; un dos tres. Un dos, un dos tres. Un dos, un dos tres.

A continuación, unimos ambos ejercicios Yoga, y con el mismo ritmo expelemos aire con Ho, Ho, Ha, Ha, Ha, al tiempo que batimos palmas como antes lo hacíamos contando. De este modo, es sumamente fácil convertir este ejercicio Yoga en el comienzo de sonrisas y aún risas sin ningún motivo humorístico. Solo al hacerlo, en especial si lo hacemos en compañía, o mejor aún, en grupo.

Ver www.laughteryoga.org

JO, JO, JA, JA, JA.

JO, JO, JA, JA, JA. JO, JO, JA, JA, JA.

JO, JO, JA, JA, JA. JO, JO, JA, JA, JA. JO, JO, JA, JA, JA.

JO, JO, JA, JA, JA. JO, JO, JA, JA, JA. JO, JO, JA, JA, JA.

JO, JO, JA, JA, JA. JO, JO, JA, JA, JA. JO, JO, JA, JA, JA.

JO, JO, JA, JA, JA. JO, JO, JA, JA, JA. JO, JO, JA, JA, JA.

¡DA RISA VER QUE FÁCIL ES REÍR!!!!

En Japón, debido a la tensión extrema que se desarrolló entre los ejecutivos, pasó a ser tan común el fenómeno de graves enfermedades repentinas entre hombres alrededor de los 40 años, que hasta inventaron una palabra nueva para describirlo: “caroshi”.

“¿Dónde está Hiroito?”

-“ ¿No lo sabías? : ¡Caroshi!”

Cuando muchas empresas obligaron a todo el personal a salir regularmente a los pasillos y reír a carcajadas durante cinco minutos, ¡en ellas, el extraño fenómeno desapareció!

Ya no quedan dudas. El sistema funciona.

*Quien hace, quizá se equivoque.
Quien no hace, seguro se equivoca.*

*“Si”, dijo el moribundo. “Dejo todo al orfanato.”
-¿Qué dejas? - “Seis huerfanitos.”*

En un negocio, un cartel:

“No acepto cheques. Estoy seguro que tú tienes fondos.
Pero no confío en tu banco.”

“Ese tipo es más pesado que jugar al dominó con ladrillos.”

Hecho de la vida : No caer

Una señora creativa, de 93 años, halló un sistema:

Cuando ella asciende a un colectivo, se dirige al primer hombre joven sano que está cómodamente sentado en el asiento más próximo y le solicita en voz alta y con una sonrisa: “- Por favor, señor: ¿Tendría la gentileza de tenerme el bastón? Así tendré las dos manos libres para asirme y evitar caerme.”

Hans Selye, pionero de la investigación moderna de la tensión y el estrés, afirmaba que si tú ayudas a los demás, el calor personal que se genera te defiende de la tensión, porque se generan endorfinas.

En los últimos tiempos, es posible hallar en internet, numerosas investigaciones sobre el tema "altruismo". Según afirman, al ayudar a otros, debido a ciertos "genes del altruismo" que nos proveyó la naturaleza con el objetivo de "conservar la especie", los humanos liberamos endorfinas "como premio".

Escribió Mark Twain: Nos encanta conversar con quien se expresa con entera franqueza... siempre que opine lo mismo que nosotros.

¿POR QUÉ NOS ENOJAMOS?

¿Por qué nos dañamos a nosotros mismos?

Las personas se enojan y pelean y, por regla general, esto provoca enojos y peleas adicionales, “in crescendo.”

Esto es conocido y aceptado. Es “una de las condiciones humanas” : “Agresividad.”

Es una lástima, porque ahora sabemos la gran influencia negativa tiene el enojo sobre nuestra salud.

Cuando alguien te disminuye, te provoca, tu reaccionas. Es lo normal y aceptado por todos. ¿Pensaste alguna vez por qué lo hacemos?

Una de las explicaciones es el “ego” de las personas, la valorización personal de cada uno sobre sí mismo y de qué manera tal provocación influye en su propia valoración. Si es así, tu ego te hace sentir orgulloso de ti mismo. Y, por supuesto, cuando alguien “te disminuye”, tu ego se levanta y actúa...

El lavaplatos lava platos.

El lavarropas lava ropas.

El televisor lava cerebros.

En general quien no tiene nada que hacer lo hace perfecto.

¿Cómo puedes evitar el daño a tu salud?

¿Puedes evitar que te ataquen?

¿Puedes evitar que te “trabajen” o que te disminuyan?

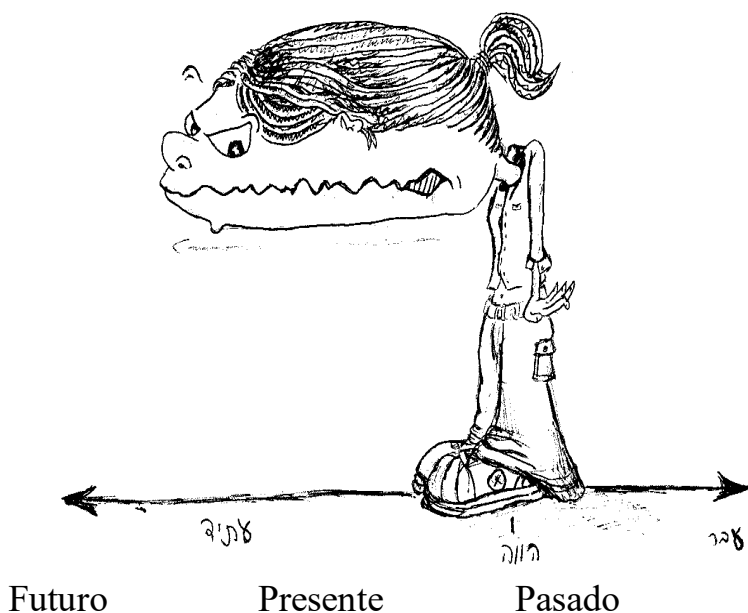
En la mayoría de los casos, no.

En realidad, quizá, si el mundo cambia para bien.... quizá otros 50 años... quizá “si lo queremos no será una leyenda”... podremos ver la luz entre nosotros y dársela al mundo...

Pero, mientras tanto, solo nos queda ser pacientes. Mientras tanto, en esta etapa, **solo tenemos la posibilidad de decidir como reaccionamos ante lo que los demás nos hacen.**

Waldo Emerson escribió:

“Enójate despacio, despacio, despacio. Hay mucho, mucho tiempo...”



Sócrates y el caballo.

Relato que nos puede ayudar a defendernos de la agresividad.

Sócrates, gran filósofo griego que vivió en Grecia hace unos 2.400 años, inventó el “método socrático”: llegar a la verdad por medio de preguntas. Él afirmaba que el hombre debe utilizar su cerebro y no su fuerza física, que no necesitamos matarnos los unos a los otros, que en lugar de guerras y sufrimientos, es mejor ayudarnos, amarnos y generar alegría y felicidad.

Los jóvenes “valientes y luchadores” inmediatamente reaccionaron : “¡Es un cobarde!. Tiene miedo de empuñar un arma, tiene miedo que lo maten en la lucha y por eso inventa todas esas teorías sin sentido.”

Un día pasaba Sócrates frente a un grupo de “héroes guerreros,” quienes al reconocerle comenzaron a burlarse de él y a insultarle. Sócrates no reaccionó. Le escupieron, no reaccionó. Le asentaron un puntapié en salva sea la parte. Reaccionó: se limpió la túnica. Un puñetazo en la boca... y se restañó la sangre, continuando impetérrito su camino, en medio de las burlas, carcajadas y gritos de ¡Cobarde! ¡Mujercita! Etc.

Por la tarde, en su habitual encuentro con sus discípulos, estos le esperaban ansiosos.

-Maestro: ¿Qué te pasó?

-¿Por qué lo preguntas? -preguntó Sócrates según su sistema.

-Todo Atenas habla y se ríe de ti. Demostraron que eres un cobarde.

- ¿Cómo lo demostraron?

- ¡Te insultaron con las palabras más soeces, te escupieron y pegaron, y tú no reaccionaste!

- Dime, querido discípulo, dijo el maestro colocando su diestra en el hombro de Platón: Si yo paseo tranquilamente por la calle, paso al lado de un gran caballo negro que parece totalmente tranquilo y normal y, de repente, sin que yo le provoque en lo más mínimo, me atiza una repentina coz. Según vuestra teoría, yo, ¿Qué debo hacer? ¿Darle en respuesta una patada al caballo?

- Y... claro... tú eres un hombre... no tienes porqué descender a la categoría del animal... Lo único que puedes hacer es alejarte.

Otro alumno intervino: Si, claro. ¿Pero si el caballo es demasiado loco y te persigue y te dá otra y otra y otra coz?

- ¿Qué debo hacer? ¿Darle otra y otra y otra patada? ¿Quién matará a quién?
- Seguro. El caballo te matará a tí. ¡Pero tú puedes alejarte unos diez metros, arrojar una flecha envenenada y matar al caballo!
- ¡Ah!, exclamó el genial filósofo. ¿Tú afirmas que en caso extremo, de vida o muerte, en defensa propia, tengo hasta el derecho de matar?
- ¡Exactamente!
- Bien, pero... ¿Cómo he de ejercitar yo el derecho a mi defensa? ¿Por medio de la **fuerza bruta animal**, o por medio del **uso del cerebro humano** que creó el arma que me dió la fuerza con la cual puedo defenderme?

Un hombre de negocios llama por teléfono a un colega y amigo:

-¿Cómo estás, querido amigo?

- ¡Excelente! Los negocios prosperan como nunca; mi hijo abogado acaba de ganar un importante juicio en los Estados Unidos y recibió un millón de dólares de honorarios, mi segundo hijo, el médico, fué recomendado para el premio Nobel de medicina...

El primero le responde: -Bueno, te llamaré de nuevo más tarde. No sabía que estabas con un cliente.

Hecho de la vida : Frank Grist

El político Frank Grist era candidato en las elecciones para senador en Carolina del Norte. Un periodista del *Daily News* le atacó y escribió en el periódico: "Frank Grist no tiene condiciones incluso para dirigir la perrera municipal."

El ofendido, de acuerdo a las instrucciones de su abogado, remitió una carta - documento “Si no se retractan de lo publicado, les iniciaré juicio.”

El periodista publicó: “No deseo juicio. Por lo tanto, a modo de disculpa, me retracto. ¡Frank Grist tiene verdaderamente un talento excepcional para dirigir la perrera municipal.! ¡El problema es que en lugar de presentarse como candidato para tal función pretende ser senador!

Yo pensaba que era pobre. Me dijeron que no, que era necesitado. Pero como necesitado es algo auto depreciativo, mejor es decir carente. Pero ése es un término desgastado. Mejor, un desventajado. Hoy continúo sin un centavo, pero con un vocabulario riquísimo.

Los expertos nos enseñan: El proceso positivo debe ser:

PENSAMIENTO	=>	EMOCIÓN	=>
SENTIMIENTO	=>	ACCIÓN	

Si hay estrés es alrevés y pasa a ser proceso negativo.

Si alguien te ataca, sin que tú le hayas provocado en lo más mínimo, el pensamiento que te puede ayudar es:

Éste es un caballo (En realidad, de acuerdo a su proceder) **Yo soy un ser humano.** Yo puedo pensar racionalmente. No debo descender a su nivel.

Un señor en el aeropuerto solicita: Por favor, esta valija la envíe a Buenos Aires, ésta a Singapur y ésta a Sidney.

El empleado contesta: Lo lamento señor. No podemos hacer eso.

¿Que no pueden? ¿Cómo pudieron en mi viaje del año pasado?

Publicado en septiembre de 1988.

En la Universidad de Harvard el sicólogo David McClelland realizó un experimento: Para estudiantes voluntarios en participar, proyectó una película sobre la vida obra de la Madre Teresa de Calcuta. Comparando los análisis de saliva anteriores y posteriores a la proyección se determinó un claro aumento en la cantidad de inmunoglobulina A, lo que significa un aumento de la capacidad del sistema inmunológico.

De cada diez personas que miran la televisión, cinco son la mitad.

SALMOS 106:5 "Para que yo vea el bien de tus escogidos, Para que me goce en la alegría de tu gente."

Hecho de la vida: El caballo de Sócrates

Una vez estuve a las órdenes de un jefe "especial". Teníamos una gran sala donde trabajábamos ingenieros, técnicos y dibujantes, en total ocho personas.

Un día, temprano por la mañana, el jefe entró a la oficina y sin decir ni siquiera “buenos días”, frente a todos los compañeros de trabajo, me gritó (por no decir relinchó) “¿Cómo te atreves a presentarme una basura como ésta?, al tiempo que arrojó violentamente sobre mi escritorio un informe que yo le había entregado el día anterior.

(Es factible imaginar que por la mañana su mujer le pegó y como su perro ante tales situaciones huye de inmediato, no le permitió desquitarse propinándole un puntapié, ergo vino a descargarse con el primer infeliz que encontró en su camino.)

Me encontré frente a un nuevo problema: El golpe que recibió mi pobre “ego” fué realmente fuerte. Frente a todos los compañeros...

Si mi trabajo no le agradó, ¿porqué no me llevó a su oficina, a puertas cerradas? Allí, en voz baja, me podría haber explicado por qué estaba mal mi informe, e incluso por qué me despedía del lugar de trabajo si así le placía.

Eso haría un jefe que fuese “humano, culto, racional, educado,” etc.

Yo sabía que debido a semejante ataque a mi ego, en mi torrente sanguíneo conmenzó de inmediato a circular epinefrin y cortisol en lugar de endorfinas. Y que yo estaba más propenso a sufrir dolores y enfermedades sin fin, de lo normal en mí.

¿Cómo defender mi salud y felicidad? Si yo le respondía con su misma moneda, gritando e insultándole, por supuesto que pasaba de inmediato a engrosar las filas de los “postulantes a empleo”. Si me defendía con el sistema del Dr. Adam Kataria, “risa yoga” y comenzaba de inmediato y en su presencia a revolcarme a las carcajadas... primero me internaban en la

clínica siquiátrica y recién después (si algún día me liberaban) a las filas de postulantes...

Si no hacía nada.... ¡Cáncer! ¡Ataque de corazón!... ¡Mama mía! ¡Qué dilema!

Felizmente recordé lo que escribió Shakespeare: **“El mundo es un gran escenario y los habitantes somos continuamente actores que representamos nuestro papel.”**

Entonces, en beneficio exclusivo del “público”, “su excelencia el Sr. Jefe”, hice mi “teatro”: Los ojos grandes, muy grandes, con la mirada fija en la cara del jefe. Yo, chiquito, muy chiquitito, hundiéndome en la silla. Los labios temblando, como bajo un ataque de pánico y musitando : “Perdóneme, SR. JEFE, (¡sí!, en la voz se “sentía” el “infinito respeto y temor” que, rindiendo pleitesía, yo ofrendaba a “SU EXCELENCIA”).

¡Le juro por lo más sagrado que esto no volverá a suceder! ¡Cómo pude ser tan idiota! ¡Pero si me perdona por esta vez, no se arrepentirá, señor jefe!

Ante esta escena, se permitió ser magnánimo y perdonar la vida de su humile esclavo y dijo con voz impostada, (cual Luis XV después de decir “El Estado Soy Yo”). - “Bueno, Goren, por esta vez le perdono... ¡Pero que no vuelva a suceder!. Y pegando media vuelta se dirigió a sus Reales Aposentos, con un mutis digno de Lawrence Olivier.

Claro, ese “teatro” me permitió continuar con mi puesto de trabajo un tiempo más, hasta que encontré otro jefe mejor. Pero... ¿Y mis endorfinas?

¡Ah! ¡Me acordé de Sócrates! ...” si un caballo me dá una cozo...” Mientras que le miraba con ojos grandes, fijamente, me resultó fácil imaginar (¿Para qué estudié como utilizar “Imaginación dirigida”?)

“Un inmenso y noble bruto, un caballo hermoso, negro, alto.... pero por cara: ¡LAS AGRADABLES FACCIONES DE MI JEFE!” Y que, además, era un “caballo loco”, que propinaba patadas a todo aquel que se le ponía a tiro, sin ton ni son, sin ningún motivo....

Estas imágenes que creé en mi “Cerebro racional” “hicieron reír” a mi “cerebro emocional”. Ergo, nuevamente comencé a liberar endorfinas...

Y luego del “mutis”... Un dibujo de “Caballo con cara del Jefe” para liberar de tensión a mis compañeros y algunos chistes “agresivos” en honor de “SU ILUSTRE MAJESTAD”.

Para completar mi ayuda a mi mismo y a todos, les conté el siguiente relato:

Este jefe, tipo “sadista”, tenía la costumbre de recostarse exageradamente en su “sillón presidencial sobre ruedas”.

Un día, estando yo en la oficina de su secretaria, oímos como su majestad logró que el centro de gravedad del conjunto “jefe - silla” cayese fuera de la base de sustentación, lo que de acuerdo a las leyes de la física clásica creó una **cupla** que motivó un aumento progresivo del desequilibrio lo que a su vez... UFA!

Esto es “deformación profesional” del “Ingeniero”

En criollo, diríamos que “Se tiró pa’trás y se fué a parar a la Patagonia...”

Dije “oímos” porque instantes después que el hombre lanzó su alarido por el “sustazo” oímos el “ruidazo” del “porrazo”.

Luego.... silencio. Aterrador silencio.... Laaaargos instantes de silencio....

Mi intención fue correr a ayudar. La secretaria, decididamente, me detuvo, al tiempo que me susurró:

Yo le conozco bien. No debemos intervenir. Si de la caída idiota que tuvo, el hombre salió ileso o con lesiones leves y tú entras... Te podrás reír... pero estás despedido.
Si el hombre está lesionado seriamente, sin duda pronto pedirá auxilio y, entonces, a su pedido, entraremos.
Si el hombre ya comenzó su viaje a la eternidad.... ¿Qué apuro tenemos?

... y... como cantaban en una maravillosa serie de la televisión argentina: “Al final, la vida sigue igual...”

Así es como el cuento de “Sócrates” nos puede ayudar continuamente. ¡Y a todos!

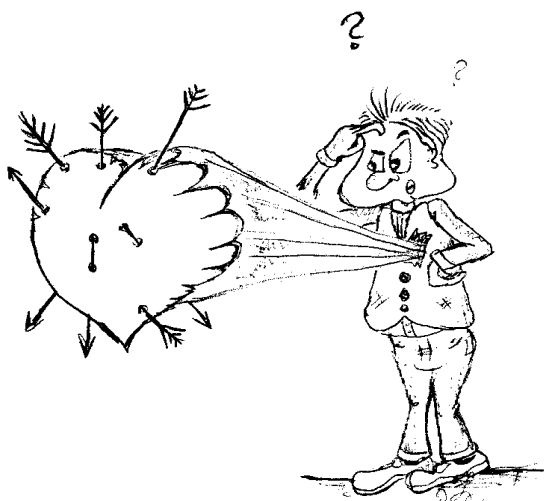
(Recordar: ¿De qué vale saber, si no aplicamos lo que sabemos?)

Dice el doctor: Mi querido amigo, lamento comunicarle: solo le doy seis meses de vida. Me adueda honorarios por \$ 2.000.

-¿Cómo podré pagarle tal suma en solo seis meses de trabajo?

- Bueno, en tal caso, le doy otros seis.

Nadie sabe lo suficiente para ser pesimista.



En un estudio realizado por el Dr. Redford Williams, especialista en medicina interna del Centro Médico de la Universidad de Duke, en Carolina del Norte, se observó que cuanto más hostil fué un hombre, más obstruídas estaban sus arterias coronarias.

Con respecto a las “preocupaciones por el futuro” escribió el genial Mark Twain: “Sufrí muchísimas desgracias en la vida, pero la gran mayoría de las grandes nunca ocurrieron.”

Existen en la vida cosas mucho más importantes que el dinero. ¡Lástima que todas ellas cuestan tanto dinero!

¿QUÉ ES HUMOR?

Es muy difícil definir “humor” de modo científico.

En realidad, existen tantos conceptos como pensadores han intentado definirlo.

En última instancia: ¿Quién necesita tal definición? Cada uno de nosotros sabe qué es humor. En algo todos coinciden: humor y creatividad van juntos. Vale decir: quien aprende a ser creativo, desarrolla humor y viceversa.

Por favor, escribe un listado de palabras que describan a una persona que, por regla general, no utiliza humor en su vida, una persona “totalmente seria” y al lado, otra serie que describa a una persona con mucho uso de humor.

Persona siempre seria

Persona siempre sonriente

¿Qué ves? ¿Qué dices de las diferencias?

¿A quién te gustaría parecerte más?

Quien nos hace reír es un comediante, quién nos hace pensar y luego reír es un humorista.

El mozo, solícito:

¿Cómo encontró el bife del menú económico?-

Respuesta: “Debajo del tomatito.”

En todo encuentro en el que participan muchas personas, hay quienes dicen “ sí, pero...”

Hay otros que dicen “no ahora”

Y finalmente una tercera clase que dice “¿Por qué no?”

Estas son las personas que hacen adelantar al mundo!

El caparazón de la tortuga, según las normas de la ingeniería aerodinámica, está diseñado para llegar a los 320 Km/h

Experimento con relación a la creatividad

Un profesor en la universidad colocó un viejo y delgado caño de hierro oxidado en posición vertical y tiró en su interior una pelotita de ping-pong.

A disposición del alumnado, colocados sobre una mesa, se podía observar un sinnúmero de objetos heterogéneos, que podían ser utilizados con el propósito de recuperar la pelotita: Varillas de

metal y madera, un cordel, una pinza de punta, alambre, un balde lleno de agua sucia, pegamentos, tenazas, etc.

Los alumnos intentaron al principio, sin ningún resultado, utilizar los distintos elementos, hasta que uno de los estudiantes descubrió que echando el agua del balde en el interior del tubo, la pelotita flotaba hasta arriba y fué sumamente fácil recuperarla.

Después de cierto tiempo, el profestor repitió el experimento con un curso distinto. La diferencia fué que el agua, en lugar de estar sucia y en un balde entre los elementos posibles a utilizar, se encontraba en una mesita cubierta con un fino mantelito blanco, al costado de la mesa principal, en una jarra rodeada de cuatro vasos, con el evidente propósito de “para beber”. (**Obvio**) Ninguno de los alumnos halló la solución al problema. ¿Porqué? Porque todos “**sabían**” que el agua en la jarra era para beber y no para buscar solución a un problema.

Presta atención como el “**creer**” o el “**saber**” - **prejuicio**- pueden influir de modo importante en nuestra manera de razonar.

Y, volviendo a nuestro tema: ¿En qué medida nuestros prejuicios sobre “**qué van a decir**” o “**qué van a pensar**” los demás frente nuestra sonrisa o risa, influye en nuestro comportamiento diario?

De la vida: Premio a la creatividad

En Mayo de 1957 el Presidente de Filipinas Ramón Magsabay visitó la isla de Mindanao. Allí se estaba instalando un nuevo sistema de riego, mas los motores necesarios aún no habían llegado del extranjero. Él descubrió que se habían utilizado motores de camiones rezago de la segunda guerra mundial. Era

un conjunto de equipos y piezas ridículo, pero montado con creatividad y, *créase o nó, el conjunto funcionaba. El agua corría por los canales.*

El Presidente mandó llamar al ingeniero autor de tal engendro y le preguntó: - ¿“Todo esto es idea tuya”?

Debido a que el joven había decidido de motu propio, sin ninguna autorización, utilizar los escasos fondos disponibles y el material de rezago para hacer la obra, respondió con gran temor a las sanciones por haber transgredido varias leyes y reglamentos: -“Si, señor. Todo es bajo mi absoluta responsabilidad y no se debe culpar a nadie más por esto.”

El presidente le solicitó: - “Por favor, levanta tu mano derecha”. Y sin darse cuenta, el joven ingeniero de pronto descubrió que estaba siendo juramentado para cumplir las funciones de Ministro de Industrias de la República de Filipinas.

¡Qué ejemplo de creatividad! ¡Qué ejemplo de presidente!

ISAIAS 55:12 “Porque con alegría saldréis, y con paz seréis vueltos; los montes y los collados levantarán canción delante de vosotros, y todos los árboles del campo darán palmadas de aplauso”

Todos los padres somos iguales: Primero nos desesperamos porque los niños caminen y hablen, ¡y luego por conseguir que se queden quietos y callados!

¿Por qué nos enojamos con familiares y amigos?

El enojo en general se produce porque alguien hace o dice algo distinto de lo que **TU HUBIERAS QUERIDO**.

¿No te pasó alguna vez que te has enojado con tu padre, tu madre, tu hermano o hermana, tu pareja o algún amigo?

La pregunta: ¿Cómo podemos evitar la repetición del enojo?

ASADO

En Argentina, me gustaba hacer un asadito los domingos a medio día. Me instalaba a la hermosa sombra de un gran paraíso que crecía en el patio trasero de mi casa.

Un día observé que mi vecino también disfrutó de su rico asadito, mas al final alzó su mano y cosechó de su árbol una apetitosa y roja manzana, que saboreó como postre.

Me pareció una buena idea, por lo que le imité. Alcé mi mano y coseché un racimo de brillantes bumbulitas, pero al masticarlas me encontré con un horrible gusto amargo.

Enojado, increpé a mi árbol: ¿Porque no me das, como a mi vecino, una rica fruta de postre?. ¡Te exijo que para el próximo domingo me satisfagas!

A la semana siguiente, al ver a mi vecino disfrutar y al no cumplir mi árbol con mi exigencia, mi enojo fué en aumento y a la tercera semana, en un paroxismo de furia, tomé un hacha y talé al inútil vegetal.

El próximo domingo, en medio del verano, comencé a hacer mi asadito a pleno sol, pues no disponía ya de la acogedora y fresca sombra. Por supuesto, a los pocos minutos sudaba copiosamente.

Le pedí entonces a mi vecino que me permitiese instalarme a la sombra de su manzano, cosa que aceptó de inmediato y cordialmente.

Grande fué mi sorpresa al comprobar que la sombra que el mismo proporcionaba era sumamente tenue, y los ardientes rayos del sol del estío se colaban casi sin obstáculo entre las ramas cargadas de manzanas.

Fué en ese instante que entendí, demasiado tarde, que mi hermoso y añorado paraíso había dado de sí lo mejor que podía, su excelente sombra. Y ¿quién fué el idiota? ¿Él, que no cumplió con mi exigencia, o yo que pretendía algo imposible para él sin valorar y disfrutar lo que sí podía brindarme?

Demostración que la velocidad del sonido es realmente muy lenta: Muchas de las palabras que les dirigimos a nuestros hijos adolescentes, no llegan a sus oídos hasta que no cumplen los cuarenta años.

Proverbios 18:24 "El hombre que tiene amigos, ha de mostrarse amigo: Y amigo hay más conjunto que el hermano."

¿POR QUÉ NO NOS VALORAN?

Toda persona, tanto en el momento del triunfo como en el del fracaso, necesita una palabra de amor y aplausos para sentirse feliz. Lo necesitamos para poder triunfar frente al peor enemigo de nuestra felicidad: la soledad y el empequeñecimiento, vale decir, ataque a nuestro ego.

Muchas veces no nos sentimos bien, sólo porque alguno no nos valorizó, ¿cierto?

El anillo

Una mañana muy temprano un joven llegó a la casa de un sabio anciano, con el objeto de solicitar ayuda. Explicó al maestro que sufría de depresión, que nadie le estimaba, que....

El maestro le respondió: Querido joven, verdaderamente deseo ayudarte. Pero antes yo estoy obligado a pedirte, por favor, que me ayudes. ¿Puedes ayudarme?

¡Qué pregunta, maestro! ¿Qué puedo hacer?

El anciano le explicó, al tiempo que se sacaba de su dedo un anillo con una gran piedra que brillaba: “Me es imprescindible conseguir mil dólares de inmediato. Lo único de valor que me queda es este anillo. Te ruego que vayas al mercado, donde puedes encontrar muchísima gente y lo vendas. Pero cuidado, no vayas a recibir ni un centavo menos de mil dólares. De lo contrario me destruirás. Si no traes los mil dólares, tráeme nuevamente el anillo. Quizás pudiese con él solucionar por trueque mi problema. Pero si no tengo todo el dinero o el anillo, estoy perdido.

El joven corrió hacia la ciudad y durante todo el día, sin descansar un instante, ofreció en innumerables oportunidades en venta el anillo.

Ya cerrada la noche, amargado y desalentado, regresó a la casa del anciano y le dijo: “¡Oh maestro!. ¡Qué mal que me siento! ¡No fui capaz de ayudarlo! Le juro que hice todo lo posible. ¡Lo ofrecí, respetuosamente a cientos y cientos de personas! Lo máximo que me ofrecieron fue cincuenta dólares. ¡Oh maestro, no debiste confiar en mí! ¡Ya os dije que soy un inútil!”

El anciano, bondadosamente le replicó: Hijo mío, tranquilízate. Te aseguro que todo tiene solución en este mundo. Ahora es tarde, de modo que luego que comamos algo nos iremos a dormir, con la esperanza que mañana será un día mejor.

A la mañana siguiente, luego de un nutritivo desayuno, el sabio le dijo al joven: “Mi querido amigo, tengo que contarte una muy buena noticia. Durante la noche, mientras dormías, vino un mensajero a contarme que felizmente se había solucionado mi problema por otro camino y ya no me es necesario vender el anillo. Es una suerte, pues es un recuerdo de familia que lleva con nosotros muchas generaciones.

De todos modos, me ha despertado la curiosidad de saber cual es el verdadero valor de este anillo. Así que te ruego un último favor: Vé a la dirección que te anoto en este papel, pregunta por el Sr. Rodríguez, el experto en brillantes, y pregúntale cuánto estaría dispuesto a pagar, pero, atención, NO SE LO VENDAS POR NINGUN PRECIO. Ahora ya no necesito el dinero y sí el infinito valor emotivo de este recuerdo de familia.

Corrió el joven a cumplir el encargo y casi sin aliento, del apuro y la emoción dijo al regresar: ¡Maestro! ¡Maestro! Cuando el Sr. Rodríguez revisó con su vidrio de aumento el anillo, sin

decir palabra, extrajo de su caja fuerte medio millón de dólares en efectivo, los colocó en un maletín y me los ofreció a cambio del anillo!

Y cuando le dije que solo necesitaba tasación, no venderlo, me pidió que le dijera que si usted le daba tiempo, ¡el podía hallar comprador por más de un millón!

Tranquilamente el sabio colocó nuevamente el anillo en su anular al tiempo que decía: ¿Te das cuenta? Y pensar que tú estabas desesperado porque la gente no te valoraba. Jamás permitas que ignorantes te evalúen. En cada caso, solo un verdadero experto y que sea suficientemente inteligente, tiene atribuciones para valorizar, **en especial algo tan infinitamente valioso como tú mismo.**

Conclusión: Cuando te encuentres con uno de esos “**dueños de la verdad**” de esos “**absolutamente seguros**”, de esos “**que saben todo sobre todo**”, jamás, pero jamás permitas que se tomen atribuciones y el derecho de juzgarte.

En el mismo instante que se evidencian, ya tú sabes que estás tratando con un pobre ignorante, que posiblemente quiera disimular su complejo de inferioridad por medio de la “facha”.

¡No permitas que te destruya!

***TENER TALENTO ES ALGO GRANDE
PERO MÁS GRANDE Y MÁS RARO ES
ENCONTRAR ALGUIEN CON EL DON DE
RECONOCER EL TALENTO***

*En el parque safari un turista le pregunta al guía:
¿Es cierto que si portas una antorcha encendida el
león no te hace daño?*

*Cierto, - contestó el guía - pero a condición que tú
corras más rápido que el león.*

¿POR QUÉ NO NOS VALORAMOS?

¿Por lo que los demás dicen de nosotros?

Hechos en los que conviene poner atención:

*1) 1933 Un director de los estudios de cine de la Metro Goldwin Mayer dijo: “Este hombre no sabe bailar, no sabe cantar”... Se refería a Fred Astaire... quien luego fué reconocido como el más grande bailarín de la historia del cine.

*2) Se dijo de él que “arruina a la juventud”, refiriéndose a Sócrates!

*3) La maestra de música dijo de él “que no tiene ni la mínima idea de melodía”,... ¡con respecto a Beethoven!

*4) Otra maestra de música dijo “que no puede cantar” ... ¡Caruso!

*5) Los maestros dijeron a sus padres que “su inteligencia es por debajo de lo normal”: ¡Darwin!

*6) El director del diario donde trabajaba le despidió “porque no tenía ideas originales”. ¡Walt Disney!

*7) Se fundió 5 veces, nadie creyó en él : Henry Ford

*8) Estaba en el lugar 42 de entre 58 alumnos: Napoleón

*9) No pasó de grado a la edad de 12 años: Sir W. Churchill

*10) “Tiene dos manos izquierdas, no tiene posibilidades” Watt

*11) a 14) Pésimos en matemáticas : Young, Adler, Franklin y Picaso

* 15) Último de su clase : Edison.

*16) No habló hasta los 4 años, no leyó hasta los 7. Su maestra dijo a los padres del niño **“que su cerebro es lento, que no asocia, que siempre está confundido y sueña sueños tontos”,** y por eso lo echó de la escuela... **¡Sí! ¡ALBERTO EINSTEIN!!!!**

Conclusión: no dar a juzgar a los otros.

Esos “jueces” arruinan algo maravilloso:

¡Ustedes mismos!

En el hogar de ancianos, le preguntan a un hombre muy mayor que se vé muy bien:

“¿Tuviste una niñez feliz?”

A lo cual contestó: -“Hasta ahora: Sí. Todo maravilloso.”

Otros hechos :

El 1 de Febrero de 1896 presentaron en estreno en el teatro “Regio” de Torino la ópera “La Boheme”, de Giacomo Puccini. Según publicó el crítico Carlo Bersezio en “La Stampa”...

“... lo único que le quedaba a don Giácomo por hacer con honor, era cavar un pozo bien hondo, enterrar su obra... y suicidarse.”
(Felizmente, para bien de la humanidad no le hizo caso)



Una docente entusiasta conservadora de la naturaleza, aleccionó a los niños contra la barbarie de matar animales para utilizar sus pieles.

Uno de sus alumnos observa que su madre luce una fina y hermosa piel, y le pregunta:

¿Qué pobre animal entregó su vida para que tú puedas lucir esa hermosa piel?

A lo cual su madre respondió enojada : ¡“No te permito que hables así de tu padre”!

Sexto sentido

Una noche un señor soñó que el banco donde guardaba todos sus ahorros se estaba por fracasar. El sueño fué tan real, que a la mañana siguiente, muy temprano salió de su casa y se dirigió al banco. En el camino se encontró con un amigo, a quien le contó que presentía que el banco estaba en graves dificultades y por lo tanto iba a esperar que abriera para retirar su ahorros. El amigo, de inmediato, atemorizado, decidió acompañarle y hacer lo mismo. Cuando iban caminando, se encontraron con un tercer conocido común, quien al enterarse, también se unió a ellos. Una vez frente al banco, esperando frente a la puerta a horas tan tempranas, despertaron la curiosidad de los transeúntes, muchos de los cuales, al escuchar el motivo de la espera se incorporaron a la cola. De tal modo, cuando llegó la hora de apertura, una larga fila de ansiosos clientes pujaba por retirar sus ahorros. De nada valió que el gerente les asegurase que todo estaba normal. En cierto momento se agotó el efectivo disponible. El gerente explicó al público que un camión con más efectivo llegaría en cualquier momento... mas no le creyeron mucho. Comenzó el griterío. Ello atrajo a periodistas de la radio y luego de la televisión. Al llegar estos hechos a conocimiento de toda la nación, frente a todas las sucursales del banco se reprodujeron los mismos acontecimientos. Como es

lógico, en un par de días el banco se precipitó a la quiebra. Y nuestro héroe, orgulloso y contando feliz su dinero comentaba a los dos amigos del comienzo de esta historia: “Agradézcanme, por mi sexto sentido salvaron vuestros ahorros”

De la vida : Guarnieris

En el diario anunciaron el próximo concierto del gran violinista Fritz Kreisler. El periodista dedicó todo el artículo a alabar de modo superlativo el maravilloso violín Guarneri del gran virtuoso. Destacó de modo especial el inmenso valor en dólares del mismo, como así también su historia, sonoridad, etc.

Kreisler terminó la primera mitad del concierto y, en medio de la interminable ovación que le brindaban, con un impulso repentino destrozó el violín con que terminaba de deleitar al auditorio. El público quedó congelado: Pensaron, “enloqueció”. “Destrozó más de un millón de dólares.”

Sonriendo, Kreisler explicó: “No se alarmen. Este violín lo compré esta mañana en cien dólares. En la segunda parte, disfrutaremos de mi Guarneri”.

El empleado al multimillonario: “Señor, vino una persona que desea hacerle algunas preguntas con respecto al origen de su fortuna”.

Respuesta: ¿Qué es? ¿Periodista o policía?

Todo es según el punto de vista:

En el mundo animal podemos hallar dos clases de seres:

a) Animales inofensivos, simpáticos, tranquilos : Tigre, León, Serpiente venenosa.

b) Animales salvajes, peligrosísimos : Gallina, Pato, Ganso.

Así opinaba el profesor en la escuela del hormiguero.

Un “actorzuelo” se dirigió a Sir Artur Conan Doyle y le propuso asociarse: “Me ayudas a triunfar y dividimos todos los ingresos de mi vida”. Se negó. Luego se arrepintió de haberle dicho “No” a Carlitos Chaplin.

Querido lector: ¿Leíste alguna vez lo que son capaces de hacer las abejas en la organizada vida de una colmena? Es algo asombroso. Y todo ese “milagro” esos diligentes insectos lo realizan con una cantidad total de células cerebrales de un peso de fracción de gramo.

Cada célula cerebral cumple funciones “como si fuera” un microcircuito integrado de un moderno computador. (Con el aditamento que no sólo utiliza la electrónica, ¡sino también mensajes químicos!).

La “pequeña” diferencia entre un “cerebro humano” y el “cerebro electrónico” más complicado hecho hasta ahora por el hombre: Todo cerebro humano contiene el orden de 1.400 gramos de células, se estiman unas 100.000 millones y cada una de tales células se conecta ¡hasta con otras 100.000 células!

EL POTENCIAL QUE ESTO REPRESENTA ES CASI INFINITO...

El “pequeño” detalle: ¿En qué medida nosotros aprovechamos y utilizamos tal potencial?

Quien afirma : “Yo no valgo mucho”. Evidencia que desconoce por completo la maravilla que recibió de regalo... que no aprendió a valorizarle y a utilizarle.

Sin embargo, nunca es demasiado tarde.

Es solo cuestión de una DECISIÓN PERSONAL.

“Conocido” es una persona a la que le podemos pedir prestado o una firma en garantía, pero no suficientemente confiable como para prestarle o firmarle.

Todos nos equivocamos. Lo inteligente es equivocarse cuando nadie te ve.

Peter Ustinof

Es más fácil descender que subir la montaña, pero el paisaje hermoso solo se ve desde la cima.

Dale Carnegie

¿POR QUÉ NO VALORAMOS LO QUE RECIBIMOS DE LA VIDA?

Sobre este tema, sugiero releer la historia del “asado” (p. 96)

Sócrates dijo: “Si hiciéramos una montaña con paquetes que contuviesen todas nuestras desgracias y a cambio cogiésemos un paquete de otro, al azar, de inmediato al abrir el que nos tocó, ¡pediríamos el nuestro de vuelta!”

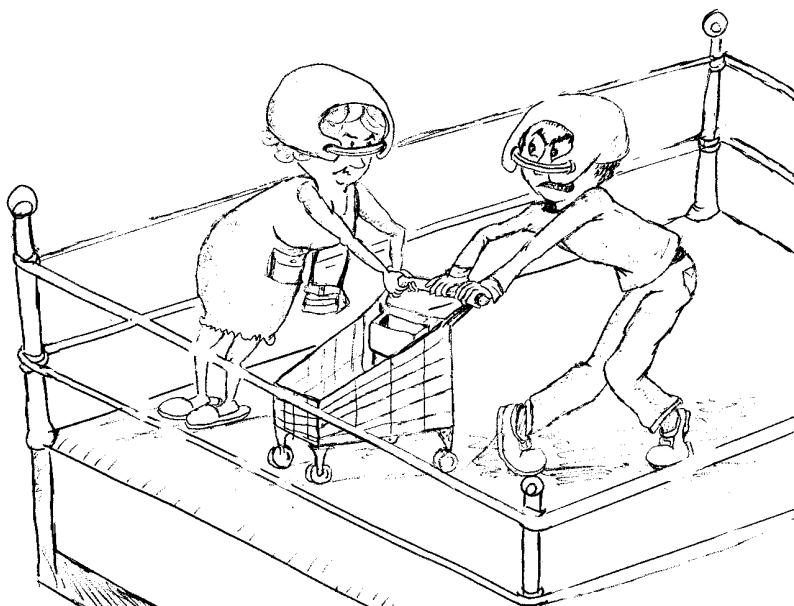
Un niño comenta con un amiguito: Ese dentista es un mentiroso. Dice que trabaja sin dolor. Cuando metió el dedo en mi boca le mordí fuerte, ¡Y gritó!

Hecho de la vida: Carrito en el Super

Una vez, en vísperas de fiestas, llegué al super en plan de compras. De no creer: no quedaba ningún carrito libre. Me dirigí a una señora que estaba en la cola de la caja y quedamos de acuerdo que cuando ella lo liberase me lo entregaría.

Cuando llegamos a la caja y ella descargó toda su compra, yo intenté llevarme el carrito... pero el mismo no vino conmigo. ¡Al contrario! Intentaba irse en otra dirección.

Lo que ocurría: Una señora, creyendo que el mismo había quedado libre, intentaba utilizarlo.



Traté de explicarle que el carrito me pertenecía, puesto que había pactado con la expropietaria hacía varios minutos, mas dicha señora, según parecía heredera de Poncio, se lavó olímpicamente las manos (solo teóricamente; si hubiera habido una palangana con agua lo hubiese hecho prácticamente). Por supuesto, esta actitud envalentonó a mi competidora, quien con renovadas fuerzas intentó apropiarse del tesoro en disputa.

¿Qué hacer? ¿Ceder, a efectos de evitar el conflicto? En efecto, lo evitaría, pero... yo me sentiría como un idiota... a todas luces sería algo injusto. Sin lugar a dudas, el carrito era mío.

¿No ceder? Conflicto. Discusión. Epinefrin y cortisol.

En el ínterin, el numeroso público, presintiendo una interesante pelea, ya comenzaba a colocarse en “ring side”, formando un círculo a nuestro alrededor.

De pronto, me surgió la idea. Aferrando con ambas manos el “tesoro”, poniendo cara de “dispuesto a luchar hasta el fin”, en medio de la “esperanzada expectativa” de los asistentes al “circo romano” dispuestos a “gozar de la lucha entre gladiadores” le espeté a mi “contrincante”.

- “Señora: ¡El carrito le corresponderá a quien emita la mejor y más simpática sonrisa!” E inmediatamente sonreí de oreja a oreja.

La señora, sorprendida, también sonrió. Fué cual si saliese el sol en medio de una tormenta.

El pobre público, defraudado en sus sádicas expectativas, disolvió el corrillo. Alguien acercó otro carrito vacío y al tener cada uno su tesoro, se terminó el motivo de la disputa.

Mi “ego” salió indemne. No me terminé sintiendo “pobre sufriente de injusticia”. No inicié ningún conflicto (Que, nota aparte, nunca se sabe en que termina luego que se inicia: como ya lo comentara, en los diarios hemos leído casos de asesinatos por una silla en la playa, por un lugar de estacionamiento, por un roce leve en un coche, por el derecho de paso en un cruce...).

Todo gracias a una “¡idea!”- ¡uso creativo del humor!

Hay personas que viven sin trabajar Y quienes trabajan sin vivir.

Es importante saber reír de nuestras equivocaciones, como reímos de las de los demás.

Antes que los indios inventaran “la fila india”, los pobres andaban todos desparramados.

Hecho de la vida: IONA

Proverbios 19:17 “A Jehová presta el que da al pobre. Y el bien que ha hecho, se lo volverá a pagar.”

Tengo la suerte de tener una amiga especial. Su nombre: Iona. Vive sola en la ciudad de Nes Tziona. Y este es un caso especial, puesto que la edad de Iona es de 107 años. Iona es una mujer que sale de lo común. Ella “sabe vivir”, en el mejor sentido de las palabras. Casi nunca toma nada “en serio”. Casi nunca se hace “mala sangre”. Y cada vez que alguien le invita a ayudar a los demás a “aprender a vivir correcto”, ¡allí está ella presente!

Una vez le pregunté, en el escenario: ¿Qué edad tienes? Contestó: “15 años. Y espero pasar los 100...”. Otra vez, en la televisión le preguntó el conductor del programa: ¿Cuál es tu secreto? Y contestó: “**Yo fumo hashish**” (¡¡¡ !!!)

Tú pensarás que tuvo una vida fácil... No fué así: perdió cinco de sus hijos a lo largo de su existencia... Mas siempre continuó dispuesta a ayudar. A brindar una sonrisa permanente.

Y en su vida, algo realmente especial: Sus nietitos y bis y bis bis se acercan a ella como atraídos por un imán... ellos encuentran en Iona una “compañera de juegos, que sabe ascender a la altura de ellos”.

En un concierto de música moderna, durante un pasaje particularmente estridente con un monótono intenso ruido que volvía y volvía sobre sí mismo, uno de los asistentes, desesperado, de pronto se paró y gritó: ¡Confieso! ¡Basta! ¡Confieso! ¡Me declaro culpable!!!!

Hora: Tres de la mañana. Suena el teléfono. Con voz dormida contesté: “Hola”. “Hola”, dice mi amigo Juan. Te llamo porque no puedo dormir”. “¡Insensato!, le grité: ¿Qué intentas hacer? ¿Desparramar la epidemia?”

Una joven madre alimentaba a su bebé. El nene escupía y escupía la comida. La madre, con infinita paciencia, volvía a llenar la cuchara y le volvía a introducir alimento en la boca.

Una amiga que le observaba, le preguntó curiosa: ¿Como sabes cuando comió suficiente, cuándo suspender esa lucha?

Respuesta lógica: “Cuando alguno de los dos, él o yo, comience a llorar.

¿POR QUÉ NO ENTENDEMOS LOS SENTIMIENTOS DE LOS DEMÁS?

Existe una palabra muy importante para la felicidad del ser humano: “Empatía”.

Todo el mundo conoce la palabra “inteligencia”, pero en general se refieren al concepto de “inteligencia intelectual” (La medida del grado de este tipo de inteligencia es conocido como el coeficiente intelectual o “I.Q.” Intelligence Quotient). Sin embargo, en los últimos tiempos, toma más y más conciencia entre los científicos la importancia del desarrollo en los seres humanos de la llamada “Inteligencia Emocional” “E.Q.” (Emotional Quotient). Esta es la capacidad de entender nuestros sentimientos y emociones y los de los demás.

“Creo solo la mitad de lo que me dicen”, dijo el abogado.

“Y yo solo un milésimo”, contestó el empleado de la impositiva.

Prov 24:17 “Cuando cayere tu enemigo, no te regocijes, y cuando tropezare, no se alegre tu corazón.”

Prov 25:21 “Si el que te aborrece tuviere hambre, dale de comer pan; Y si tuviere sed, dale de beber agua.”

“Todos podemos enojarnos. Pero enojarnos con la persona correcta en la medida correcta con el objetivo correcto y por el camino correcto es lo importante”

Aristóteles

Con este desafío abre su libro Daniel Goleman : La Inteligencia Emocional (EQ)

El libro que define nuevamente la idea de Inteligencia

La conclusión al terminar de estudiar esta maravillosa obra:

La EQ es igual o más importante que la IQ

“Mi hermano es en verdad un buen mecánico. Mezcló: motor de Ford, chasis de Subaru ruedas de Daiatsu”

“¿Y que salió de todo eso?”

“Cinco años de cárcel.”

De la vida : Ejemplo de lo que es Inteligencia Emocional.

Una vez leí un relato:

“Yo soy maestra jardinera. Una madre me pidió que aceptase en mi grupo, niños de cuatro años, a su hijito Juan que contaba 6 años, pero debido a problemas mentales se comportaba como si tuviera 4. Le contesté que antes de responder a una solicitud como esa, debía preguntar a los niños del grupo si ellos estaban dispuestos a ayudar en un caso así.

Explicué a los niños el drama que vivía esa criatura y la respuesta fué unánimamente positiva y entusiasta: ¡Claro que le ayudaremos!

Fué sorprendente, llegaba al alma ver como todos los niños, en lugar de burlarse del “grandote tonto”, (como sin duda hubiese ocurrido si le hubiese incorporado sin explicaciones), le recibieron con total naturalidad, le aceptaron como uno de ellos, le ayudaban continuamente en todo lo que podían.

Pasados unos meses, las autoridades me trasladaron a otro jardín, de modo que perdí el contacto con ese grupo.

Cerca del fin del año lectivo, caminando por la calle escuché unas entusiastas voces infantiles que me llamaban: ¡Señorita! ¡Señorita!. Eran varios integrantes de aquel grupo, que me rodearon alborozados y me contaron, felices y orgullosos de su obra "Señorita: Juan ya comenzó a aprender a leer!"

: i

***A veces es conveniente tragarse el ego.
Después de todo no engorda.***

Un policía de tráfico atrapó “in fraganti” a un conductor que “volaba” por la autopista. Era tan exagerada la velocidad, que el agente increpó duramente al infractor, quien, muy nervioso, al intentar explicar contestó de modo que al enojado agente del orden le pareció “falta de respeto” por lo que sin escuchar razones, le exigió que le siguiese hasta la comisaría, donde nuevamente le ordenó callarse la boca y esperar a que llegase el comisario. Luego de un muy largo rato, ya calmados sus nervios, el policía dijo al desesperado joven: “No te angusties tanto: Si bien tu falta es grave, posiblemente cuando el comisario vuelva, lo hará de buen humor y te liberará con una multa. ¡Como no va a venir contento, si fué al casamiento de su sobrino predilecto! A lo que contestó el detenido, con un hilo de voz : “No lo creo. Yo era el novio.”

Eclesiastés 3:1 “Para todas las cosas hay sazón, y todo lo que se quiere debajo del cielo, tiene su tiempo:...”

4. “Tiempo de llorar, y tiempo de reir; tiempo de endear, y tiempo de bailar;...”

13. “Y también que es don de Dios que todo hombre coma y beba, y goce el bien de toda su labor.”

ESTRÉS

El Dr. Peter Jansen comentó: “He tratado a más de 4000 enfermos. Y hallé como factor común que la inmensa mayoría de ellos llevaban una existencia incorrecta, continuamente bajo un estado de estrés y de tensión orgánica.”

Muchos expertos están convencidos que por lo menos el 75 % de los enfermos que deben tratar, han caído en sus respectivas enfermedades como consecuencia de ese flagelo universal: el estrés.

Las soluciones que nos propone:

- 1) Utilizar el humor
- 2) Alimentación correcta
- 3) Comportamiento honorable, que incluya actividad física.
- 4) Elección de metas posibles.
- 5) Aprender el arte de la relajación
- 6) Preparación correcta para el trabajo
- 7) Tener un hogar ordenado.

Y finalmente, con todo ello, llegar a lo básico:

Ser Optimista

La revista “Psychology Today” organizó una investigación entre 20.000 lectores con respecto al uso del dinero. Las conclusiones fueron : Las personas que disfrutaban despilfarrando su dinero son sanas, felices y optimistas. Los amarretes (en fino: “conservadores” o “avaros”) son gente preocupada, viven bajo tensión y son pesimistas.

Matemática: El amarrete utiliza durante toda su vida lo máximo posible los signos (+) y (x) , lo mínimo minimorum el signo (-) , y los herederos, infinitamente agradecidos, utilizan el que él no usó jamás, el signo “dividido por”.

De la vida: Estado de ánimo

Una alumna contó: “Un día me desperté con un pésimo estado de ánimo, propiamente en depresión. Fuí así, como me levanté de la cama, a realizar ciertas compras y llevar un vestido a la tintorería para su limpieza.

A la tarde, la situación anímica cambió por completo. Ya sintiéndome bien, nuevamente normal, contenta, alegre, fuí a la peluquería, me hice la manicura, compré un hermoso vestido nuevo que lucí de inmediato y fuí a recoger el vestido. Entregué la boleta al empleado de la tintorería, quien al retirar la prenda de la percha me dijo: ¡Quedó como nuevo! ¡Exactamente como le prometí a tu mamá esta mañana!

Un empleado se siente mal. Su compañero le aconseja que se vaya a su casa. El hombre teme “Qué dirá el jefe”. “El jefe no está. Dijo que hoy ya no volverá. Ojos que no ven... No se enterará”.

Cuando nuestro héroe llegó a su casa atisbó por la ventana del dormitorio y vio al jefe con su esposa!

Regresó de inmediato a la oficina y le espetó a su amigo: “¡Flor de consejos me das tú! ¡Por un tris el jefe no me sorprendió “in fraganti” que me fugé de la oficina!

***Le decían “la gárgara”.
Si sería “echau pa’ atrás”***

Todo político importante, cada vez que habla, utiliza cuatro discursos: El que alguien le escribió, el que dijo en realidad, el que hubiera querido decir y el que los diarios dicen que dijo.

ISAIAS 65:18 “Mas os gozaréis y os alegraréis por siglo de siglo en las cosas que yo he creado: porque he aquí que yo traigo a Jerusalem alegría, y a su pueblo gozo.”

MI HERMANO Y YO

Nuestros padres fallecieron en un accidente. Quedamos solos en el mundo mi hermano menor, siete añitos, y yo que entonces contaba catorce. No teníamos en Argentina ningún familiar. No tuve más alternativa que cumplir las funciones de padre y madre de mi hermanito. Vivíamos en la ciudad de Rosario. Trabajé

duro con el objeto de mantenernos y educarnos y para nuestra suerte lo logré: Yo progresé en el mundo de los negocios y gané mucho dinero y mi hermano llegó a obtener un doctorado en Filosofía. Entonces, comenzó a trabajar como profesor en escuelas secundarias. Con el tiempo se enamoró y se casó.

Muy pronto, sin poder decir con seguridad porqué, yo “sentí” que mi cuñada trataba de alejar a mi hermano de mí.

Un día, cuando mi sobrinito cumplía los cuatro años cayó la bomba: mi hermano aceptó un cargo de profesor en la ciudad de Mendoza, a 1000 Km de Rosario. Me enojé mucho. Vivíamos en el mismo edificio, donde yo había comprado dos departamentos y a cada rato podía ver a mi hermano y sobrino. Mas ante la nueva situación...

Y en última instancia ¿Cuánta plata ganaba mi hermano con sus clases? ¿Cuánto más ganaría en Mendoza? De todos modos, si no hubiese sido por mí, ellos no hubiesen podido comprar ni el departamento, ni los muebles, ni el coche...

Debido a mis negocios, hice un curso de piloto y compré un pequeño Cessna.

Así pasaron los años. De vez en cuando, me hacía un vuelito a Mendoza, tanto por cuestiones de negocios como por ver a mi hermano y sobrino.

Una vez surgió un viaje repentino. Llegué al hotel aproximadamente a las seis de la tarde. De inmediato llamé a la casa de mi hermano y me atendió mi cuñada. Cuando le informé que llamaba desde Mendoza, hubo un corto silencio antes que me respondiese : “¡Que suerte que viniste! Lástima que hoy no podremos encontrarnos, porque David tiene una reunión en la Universidad y yo una reunión de padres en la escuela del nene. ¡Pero sin falta nos reunimos mañana para almorzar los cuatro!”

Decidí entonces hablar para encontrarme con Mario, médico siquiátra, amigo de nuestra niñez, que también había venido a vivir a Mendoza. Ni bien se enteró que yo estaba, me dijo con infinita alegría: ¡Que suerte que viniste justo hoy! ¡Nos encontraremos en la fiesta en casa de David esta noche!

Para mí esas palabras fueron peor que un choque eléctrico de 380 voltios. Balbuceé unas palabras incoherentes y colgué el teléfono. ¡Era cierto! ¡Yo sabía que esa desgraciada me había alejado de mi hermano! Pero... ¿por qué? ¿Qué le hice yo? Inmediatamente sonó mi aparato, y al atender oí la voz de David que me decía con fingida alegría: “¡Enzo! ¡Que suerte que viniste! Mañana sin falta nos reunimos los cuatro. Ya te dijo Marta que hoy no podemos encontrarnos, porque yo no puedo faltar a la reunión en la Universidad. ¡Que mala suerte! ¡Justo hoy tenía que ser! ¡Con las ganas que tenía de verte!” ¡Mi hermano también! ¡Él también me traicionaba! Fué demasiado para mí. No podía articular palabra. Balbuceé algo como que estaba muerto de sueño para cortar de inmediato con un “Hasta mañana”.

Pedí al bar que me trajesen una botella de whisky con un vaso y hielo y luego de varios vasos de “sedante”... me quedé dormido en medio de mi dolor, bronca y autoconmiseración.

Por la mañana me desperté con un terrible dolor de cabeza, me levanté, pedí un taxi y fuí directamente a la casa de los traidores a enfrentarles.

Me atendió Marta. Tanto mi hermano como mi sobrino ya habían salido. Con infinita falsedad me sonrió: “¡Enzo! ¡Qué alegría!

Le incriminé toda mi rabia y rencor: ¡Traidora! ¡Yo sentía, desde hace años, que tú hacías todo lo posible por alejarme de mi hermano! Ahora ha quedado al decubierto toda tu perfidia. Has logrado tu objetivo por completo. ¡Mi propio hermano me negó! Pero... ¿Por qué? ¿Qué mal les hice?. ¡He velado por David durante toda la vida! Fuí un padre y una madre para él y luego para ustedes! ¡Les he regalado de todo! ¿Dónde hubieran vivido si yo no les regalaba el departamento? Y así seguí, arrojándole todo mi odio, mi bronca, mi dolor....

Marta escuchó, con la faz totalmente pálida, sin una reacción, sin un gesto, sin una palabra, hasta que yo, agotado y deshecho, caí desfallecido en un sillón del living.

Marta acertó a articular, con voz queda: ¿Quieres de veras saber el por qué?

¡Claro que quiero!, aullé.

Si. Es cierto. Yo hice todo lo posible, hasta que lo logré, para apartar de David de tu lado.

¡Ah! ¡Al fin lo confiesas! Pero... ¿Por qué? ¿Por qué?

¡Porque y amaba y amo a David mucho, pero mucho más que nadie en este mundo! ¡Y amaba y amo a nuestro hijo más allá de toda posible descripción!

¿Y qué? ¿Yo no lo amaba y amo a mi hermano? ¿Quieres más demostración que todo lo que le dí a lo largo de la vida? ¿Sabes cuánto me ha costado solventar toda su vida, toda su carrera, todo, todo?

Exactamente, respondió Marta. Cuánto tú le has ayudado. Cuánto tú has solventado económicamente su vida. Económicamente. Pero ¿Y, emocionalmente? Siempre fuiste el “grande”. El “brillante”. El “triunfador”. El que ganaba mucho dinero. El que pagaba todo. Cuando en alguna reunión social,

David se atrevía a hacer algún comentario ingenioso o algún chiste, allí intervenías tú de inmediato, superándole en ingenio y en humor, demostrando siempre, siempre, ¡que TU eras el hermano mayor, el grande, el genio! Inflando tu inmenso ego a sus expensas.

Y David, siempre pequeñito, sufriendo en silencio su nulidad. Sufriendo en cada cumpleaños de Roberto, comparando los humildes regalos que él le podía comprar con los exorbitantes y costos juguetes importados con que tú deslumbrabas al niño.

Pero, cuando por fin pude extraer a David de tu sombra, cuando conseguí esta bendita vacante en esta Universidad, y le traje...

Ah! ¡Cómo floreció! Se transformó. Creció. ¡Pudo desarrollar su talento! Y anoche, que yo había organizado una recepción en la que estaban invitados todos los directores de la Universidad con sus esposas, cuando en estos momentos se está decidiendo quién será nombrado para el cargo de vice-decano de la Universidad al que David es uno de los más firmes candidatos, ¡justo anoche, caes tú!

Yo sabía, yo estaba absolutamente segura que si tú venías a esa fiesta, David luciría como un pelele frente a todos. ¡Adiós a nuestras esperanzas!. Cuando le dije a David la mentira que te había dicho en tu primera llamada se puso como loco. Mas yo fui inflexible: o hacíamos la fiesta sin tí, o yo suspendía la misma. ¡De ninguna manera iba a permitir que le volvieses a destruir!

Allí ya no pude contenerme ¡Yo destruir a David!!!! Le grité: ¡Pérfida! ¡Enemiga! ¡Yo sabía que David, mi David, no podía ser el que me negó ayer por teléfono! ¡Pero esto no quedará así! Le grité al tiempo que salí huyendo de su presencia. Subí al taxi que me estaba esperando en la puerta y le pedí que me llevase al

consultorio de mi amigo el siquiatra. Necesitaba desesperadamente alguien a quien contarle todo mi dolor, toda mi angustia.

Felizmente Mario estaba en su consultorio y me atendió de inmediato. Me escuchó pacientemente durante más de una hora, mientras yo descargaba y descargaba todo, todo....

Despacito, despacito, me fué tranquilizando. Me hizo tragar algunas píldoras. Me compadeció. Me confortó. Me hizo subir a su coche y me llevó al aeropuerto, sacó un pasaje para Rosario, y me hizo subir al primer avión que salía, prometiéndome que me mandaría con un piloto mi Cessna, explicándome que debía dar tiempo al tiempo, que el choque había sido demasiado grande.... y sus últimas palabras antes de separarnos fueron; “Y recuerda, amigo del alma, que Marta no es tu enemiga, sino todo lo contrario. Solo los verdaderos amigos son capaces de decirnos la verdad, toda la verdad, por más que a veces duela...”

Llegué a Rosario y me drogué con trabajo y alcohol, día tras día. Nunca más llamé a Mendoza, ni ellos me llamaron a mí. Así pasaron varios meses... hasta que de pronto se aproximó la fecha del onceavo cumpleaños de mi querido sobrino. ¡Era como un hijo para mí! ¡Recordé como año a año me fuí superando en creatividad en lo referente al regalo que le compraba!

Así que, pensando que ya a los 11 años lo comenzaría a necesitar y disfrutar, fuí y compré el más maravilloso equipo completo de música de alta fidelidad, pensando: “Ellos podrán ser lo que quieran. Pero Roberto ¿Qué culpa tiene?”

Un día antes del cumpleaños de Roberto, me preparé para salir al aeropuerto. Cargué las voluminosas cajas en el coche... y a último momento, un rayo de luz atravesó mi mente. Volví a casa con todos los paquetes y me puse a trabajar, durante varias

horas. Luego fui al aeropuerto, tomé mi Cessna y volé a Mendoza. Llegué ya anocheciendo y me fui directamente al hotel, sin hablar con nadie.

Por la mañana bien temprano, tomé un taxi y fui hasta la casa de David, quedándome escondido en un portal hasta que vi salir a mi hermano rumbo a la Universidad. Entonces me acerqué y toqué el timbre. Como yo lo esperaba, salió a abrir Roberto. Cuando me vio grito ¡Tío! ¡Yo sabía que, como todos los cumpleaños de mi vida, vos serías el primero en felicitarme por la mañana! ¡Te quiero mucho! Al tiempo que me abrazaba y me besaba y me besaba y me besaba...

Extrañado de no ver los voluminosos paquetes de siempre, miró el sobre que yo le extendí al tiempo que le decía: “este año te traje un regalo distinto, muy muy especial”.

Abrió el sobre, y encontró un álbum. Al abrirlo en la primera página, vio una foto de un niño de 8 años recibiendo un libro y yo le expliqué: “Éste es tu padre cuando, teniendo ocho años, recibió el premio al alumno que menos veces faltó al colegio durante el año”. Y en la segunda hoja, : “Y este es David a los 10 años, con todo el equipo de basquet, cuando ganaron el intercolegial en Rosario”. Y así, página a página, le fui mostrando los recuerdos de todos los éxitos de David a lo largo de toda su vida... A cada segundo se enorgullecía más y más de su papá...

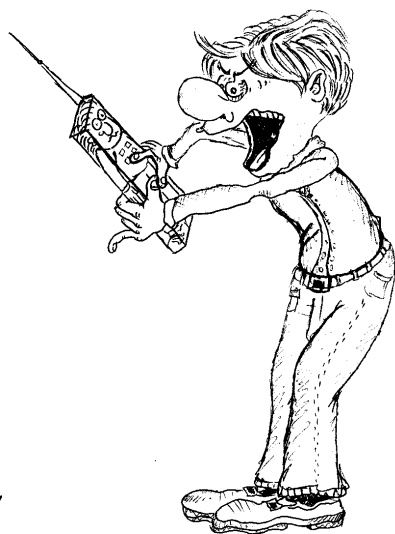
Y en la última página, estábamos en una vieja foto los tres, David, Mario y yo. Le expliqué: “y en esta foto estoy con tu padre y Mario - quien ocupa el segundo lugar entre los mejores amigos de mi vida-.

Esta aseveración provocó, como estaba previsto, la inmediata pregunta: “Tío, si Mario es el segundo, ¿Quién es tu mejor

amigo?”. Con un nudo en la garganta le contesté: “Esa maravillosa mujer que está escondida atrás de la puerta escuchando todo lo que hablamos, tu madre. Porque solo los verdaderos amigos son capaces de decirte toda, toda la verdad, aunque duela...

Marta vino corriendo a abrazarme fuerte, fuerte.... y nació así la hermana que nunca había tenido y que tanto necesitaba.

Todos estamos orgullosos cuando a fuerza de probar y probar durante horas logramos comenzar a utilizar un nuevo aparato electrónico o electrodoméstico que compramos (por lo menos en alguna de sus funciones). A continuación podemos comenzar a entender el libro, “con las claras instrucciones”, que vino con el aparato...



A veces tengo la impresión que las personas que redactan los formularios gubernamentales o los prospectos que acompañan programas de computación o aparatos modernos, trabajan según las siguientes instrucciones:

Si es fácil, complícalo.

Si es complicado, complícalo más.

Si ya es muy complicado, hazlo ininteligible.

Si es ininteligible, que incluso Albert Einstein no lo podría entender, entonces, ya es perfecto.

En Argentina dos cordobeses, uno de ellos totalmente calvo, caminan por la arboleda. Un pajarillo “acertó” justo en la pelada.

Su amigo, que observó la extraña aparición en la brillante calva exclamó desesperado:

“Nero, ¡vamo urgente a la clínica! ¡Tení un derrame cerebral!”

Un señor ingresa a un negocio y dice: “He venido a arreglar un error: Hoy por la mañana pagué con un billete de \$ 10 y ustedes se equivocaron en el vuelto.”

-“Lo siento, señor, debiera haber contado su dinero en el momento. No puedo recibir ahora su reclamo.”

- “Bueno, entonces me voy a disfrutar los \$ 96 de vuelto que me dieron de más.

Un hombre me pidió ayuda: “¿cada día tengo más problemas con mi mujer! Discutimos y nos peleamos continuamente.”

Le pregunté: “¿Generalmente los problemas comienzan cuando retornas del trabajo?” “Si” me contestó. “¿Y la mayoría de los días, no vuelves tensionado del trabajo?” Nuevamente me contestó afirmativo. De modo que de inmediato supe que consejo darle: “Hay una posible solución: Liberar la tensión que origina la impaciencia y la discusión. Te recomiendo, a efecto de distenderte, caminar cada día 10 kms.”

El hombre se fué y a los 15 días me llamó por teléfono para darme las gracias. “¡No sé lo que es tener un instante de mala sangre! Le pregunté: “Y ahora ¿Dónde estás?” -“¡Estoy a 150 km de mi casa!!”



De la vida: “Personas importantes”

En el aeropuerto de Londres el sabio Alexander Fleming intentaba conseguir un pasaje para Belfast. Le contestaron que era imposible satisfacer su pedido, puesto que “una gran cantidad de importantes funcionarios del gobierno, del Ministerio de Salud, quieren volar a Belfast para escuchar una conferencia que va a dictar el gran Alexander Fleming.”

***Rezo de un político: Dios: Por favor,
dame vínculo entre mi lengua y mi cerebro.***

¿QUÉ ES “FELICIDAD”?

De la vida: “No es demasiado difícil ser feliz”

En la revista “Life” escribió Loudon Wainwright:

“Poco después que ví “Shoah”, documental acerca de los campos de exterminio nazis, entré en el ascensor de mi edificio al mismo tiempo que un señor que vive unos cuantos pisos abajo. Nos habíamos visto desde hacía años en el ascensor, pero sólo durante los breves ascensos y descensos.

Con ligero acento europeo, me preguntó cómo estaba yo. “No demasiado bien” le dije, “¿Y usted?”

El me miró con simpatía y me confió: “Hace años decidí que sólo yo poseía el poder de hacerme feliz a mí mismo. Tiene usted que hacerlo. Sinó, la vida resulta demasiado pesada”. En eso, el ascensor se detuvo y la puerta se abrió. “Después de una guerra y después de un campo de concentración”, agregó al salir, “creo que no es demasiado difícil ser feliz”.

Ya solo y asombrado, al cerrarse la puerta, comprendí que en alguna otra ciudad, en algún día verdaderamente nefasto, hacia la mitad de una existencia, habían llegado a llevarse a mi vecino.

Desde que decidí hallar respuesta a la pregunta del epígrafe, he encontrado tantas definiciones distintas como pensadores intentaron definirla.

¡Lástima! Si supiéramos con seguridad **“qué es la felicidad”**, sabríamos qué buscamos, ¡y cuando la encontrásemos seríamos felices!

Mas, dime, querido lector : Cada vez que te sientes mal, infeliz,
¿Lo sabes? ¿Te das cuenta?

Y, por el contrario: Cada vez que te sientes muy bien, feliz,
¿También lo sabes?

¡Entonces tú sabes que es la felicidad!

¡Y yo también!

¿Para qué queremos definirla? ¡Basta con sentirla, con vivirla!

Decidí un día tratar de descubrir, en personas que parecen felices, un factor común.

Me encontré con que no son “genios”. No son “especiales”.

Mas bien son como niños.

Conocí a una señora que hacía un vestido para ella o para su familia y gozaba.

Un zapatero que hacia “Arte” de cada reparación.

Un médico y una enfermera que amaban a sus pacientes.

Una maestra jardinera que amaba a sus niños.

En resumen: El factor común parece ser: Hacer algo creativo, gratificante, que produce satisfacción al hacerlo. Como niños en el jardín de infantes.

Otro aspecto a tener en cuenta: Este tipo de personas en su gran mayoría no andan “con la nariz para arriba”. Según parece, el

“ego inflado” aumenta la sensibilidad del ser humano a tal medida que cualquier estímulo provoca la emisión de epinefrina y cortisol, y por lo tanto pasa a ser el peor enemigo de su sensación de felicidad.

Ejemplo de hombre grande en verdad:

El profesor G. H. Hardy, de la Universidad de Cambridge, recibió una carta escrita en un mal inglés sobre un papel barato.

La carta estaba firmada por un señor de nombre Ramanujan, de la India.

Muchos otros “grandes profesores” de matemáticas habían recibido cartas similares del mismo remitente, las que de inmediato habían ido a parar al tacho de la basura.

Mas el profesor Hardy era un “hombre grande”. Una excepción, que no se guió por las apariencias del papel y del mal inglés, sino que analizó los planteos matemáticos expuestos: Para su gran sorpresa se encontró con que aquel oscuro empleado... era uno de los más grandes genios naturales de la matemática que existió.

Por supuesto que le invitó a trabajar con él, y pasó a ser miembro de la Royal Society, y escribieron juntos cinco importantes libros sobre matemática moderna.

Hay una sola forma de enfrentarse con las ganas de dormir en un discurso, después de comer : Ser quién dice el discurso.

Estamos obligados a sentirnos felices. Por lo menos para dar el ejemplo.

Otro cuento de la vida: Los hermanos y la felicidad.

Hace treinta años dos hermanos tenían un negocio en sociedad: venta de comidas y bebidas livianas. Un día, al cerrar la caja, uno de los hermanos preguntó: ¿Vos retiraste diez pesos de la caja?. La respuesta fué negativa. Revisó entonces las cuentas una y otra vez, buscó y buscó el dinero y no lo halló.

Cuando le preguntó nuevamente a su hermano, éste contestó ofendido: “¿Qué, dudas de mi palabra?”.

“Yo no dudo de tu palabra. Simplemente : falta dinero en la caja Si necesitas dinero, tómalo. Eres tan dueño como yo. ¡Pero dímelo!”

Una palabra trajo la otra. No es necesario describir en detalle...

Dividieron el negocio en dos, ¡y durante veinticinco años no se dirigieron la palabra!

Hace un mes, uno de ellos hizo realizar unas mejoras en el mostrador, y cuando lo desarmaron... ¡aparecieron los diez pesos faltantes!. Habían caído por una ranura y quedado totalmente ocultos entre dos tablas.

Le fué difícil reconocer su error. ¡Oh el ego!. Mas cuando por fin, con voz quebrada pudo emitir la mágica palabra : “perdón”, ¡qué cambio en el nivel de sensación de felicidad de ambos!

Un día un político hablaba y hablaba, y bla bla bla. Winston Churchill se durmió. El orador lo notó y le preguntó ofendido: ¿Vos estás obligado a dormir mientras yo hablo?

Churchil, entreabriendo un ojo le respondió : ¡No obligado! Es por elección.

Llavero: Invento que permite perder todas las llaves simultáneamente.

“Yo solo marco horas de felicidad”

Escrito en el reloj de la plaza San Marcos en Venecia.

La vida es demasiado corta para desperdiciala en preocupaciones.

Si, y eso el lo que más preocupa.

¿PORQUE NO DISFRUTAMOS MÁS DE LA VIDA? ¿QUÉ ES VIDA CORRECTA?

Me contó un amigo:

“Una vez entré en un cementerio de un pequeño pueblo. Observé que en una de las lápidas se podía leer: “Juan, Murió a los 5 años, tres meses y dos días de vida.” En la siguiente, “María, falleció a los 7 años, seis meses y quince días de vida.”, “José, a los 8 años, once meses y un día de vida”... Y así sucesivamente.

Sorprendido pregunté al cuidador: ¿Qué ocurre en este pueblo que todos fallecen tan jóvenes?

Me contestó: Lo que ocurre, es que aquí tenemos una costumbre: Cuando un niño cumple los 12 años, recibe de regalo un cuaderno personal. A partir de entonces, anotamos en el mismo cada vez que nos sentimos realmente felices el motivo que produjo tal divino sentimiento y cuánto tiempo duró.

Cuando alguien fallece, tomamos su cuaderno y hacemos la cuenta. Así obtenemos el real tiempo que vivió dicha persona. El otro tiempo no se puede considerar “tiempo vivido”.

**El gran filósofo Lin Yutan escribió:
“Estamos obligados a disfrutar de la vida.”**

Durante muchos años pregunté en todas mis presentaciones en público:

¿Quién sabe qué significan las palabras “Las Alegres Comadres de Windsor”?

Aproximadamente un 7 % levantaba la mano.

A continuación ¿Y qué es “hedonismo”?

Sólo un magro 3 o 4 %.

Luego, ante la pregunta ¿Y Romeo y Julieta o Hamlet?

A coro respondían “Shakespeare”.

¿Y las palabras también latinas “masoquismo o sadismo”? De nuevo, prácticamente todo el mundo sabía que se trata de una enfermedad que obliga al afectado a buscar sufrir o provocar sufrimiento”.

Evidentemente: es un problema cultural.

La esposa le dijo al cordobés, que estaba tirado en el catre: “Dentro de un rato llega mi madre”.

Saltando ágilmente el hombre ordenó: “Traéme los vaqueros, la chomba, las alpargatas... y las llaves de la moto.”

¿ PARA QUÉ VIVO?

Querido lector: ¿Alguna vez te has detenido a pensar y contestarte esta pregunta?

De modo científico el genial Dr Viktor Frakl nos dió todas las soluciones: LOGOTERAPIA-

Me dirán que estamos entrando en filosofía barata.

Ling Yutan escribió que lo que más le sorprendió al analizar la filosofía de vida oriental y occidental, es la casi nula

importancia que nosotros le damos al concepto “felicidad”, siendo que para ellos es lo básico, lo fundamental en la vida.

Hace mucho que he decidido: Hacer todo lo posible para aumentar la cantidad de segundos en que me siento feliz y disminuir, en lo que me sea posible, la cantidad de segundos en que deba sufrir, sentirme infeliz. Y, en segundo lugar, cuando llega el momento de gozar, que sea con la mayor calidad, la mayor intensidad de gozo y, por el contrario, cuando sea inevitable el sufrir, intentar disminuir en lo máximo posible la calidad, la intensidad de tal sufrimiento.

Es curioso que siendo hedonismo la **filosofía** que afirma que el ser humano debe vivir para disfrutar y gozar lo máximo posible, casi nadie la conozca. Mas aún, hay quienes la confunden con egoísmo, cuando en realidad hedonismo bien entendido es todo lo contrario a egoísmo.

Puesto que si yo quiero sufrir lo menos posible, debo evitar el crear sufrimiento. Si paso por la vida dando palos, ataques, dolor, en la inmensa mayoría de los casos, lo mismo recibiré en retribución.

Por el contrario, si pretendo maximizar la recepción de sonrisas, alegría, amor y amistad, debo brindarlas en la máxima medida de lo posible.

Es imposible disminuir su cantidad. Cuanto más uno reparte, ¡más tiene!

Por supuesto, con prudencia **y como siempre, en la correcta proporción**, de lo contrario siempre hallaré enfermos de sado-masoquismo que me destruirán si no me cuido.

Cuando se tropieza con uno de tales enfermos: ¿Qué debemos hacer?

Si un día, querido lector, tu paseas por tu barrio y al pasar al lado de la pileta de natación de un vecino, observas que un amigo cayó al agua profunda, que grita desesperado que no sabe nadar, que se hunde y se ahogará irremediablemente...

Tú eres una buena persona. Tú, de todo corazón quisieras salvarle. Pero hay un pequeño detalle a considerar: Tú no sabes las técnicas mínimas necesarias para ayudar un desesperado en trance de ahogarse. Peor aún, tú ni siquiera sabes nadar.

Si a pesar de todo, en tu desesperación por salvarle, te lanzas al agua a su lado: ¿Qué ocurrirá?

Como diría Sherlock: ¡Elemental mi querido Watson!

La lógica indica que lo único inteligente que puedes hacer, es salir corriendo a tratar de encontrar alguien que sí sepa salvarle, sin que ocurra una doble tragedia.

Y, para evitar que en el futuro te vuelvas a encontrar ante la misma triste situación de impotencia, lo racional es que te decidas de una buena vez a aprender a nadar. Así podrás salvar tu vida y ayudar a los demás en caso necesario.

Y para disminuir al mínimo el sufrimiento: Si tú paseas y a cada persona que encuentras la agredes con un golpe o con un insulto: ¿Qué imaginas que recibirás de vuelta?

Y nuevamente Frankl nos da la solución cuando el sufrimiento ES ABSOLUTAMENTE INEVITABLE, pues éste también es un camino para hallar SIGNIFICADO a nuestra vida.

La vida es una enfermedad grave que se transmite por contacto sexual.

(Anónimo)

De la vida: En la segunda guerra mundial durante un terrible bombardeo en Londres, una joven señora fué rescatada ilesa de entre los escombros de la que fuera su casa.

Alguien le preguntó: ¿Dónde está su esposo?

Respondió: Está luchando en Libia... ¡El muy cobarde!

El principal motivo para soñar es que para soñar no necesitamos motivo.

De la vida: Arie y Miriam

Arie y Miriam son una pareja que llegó al seminario por propia iniciativa. Ella participó en varios grupos de pensamiento positivo, meditación, etc. Mas en su vida no logró que su esposo le acompañase.

Arie es un hombre muy nervioso, un hombre de honor, derecho como una regla.

Por supuesto, para un hombre así, no es necesario tener el talento de Sherlock Holmes para descubrir falta de justicia en nuestra sociedad, en nuestro gobierno. Su gran indignación constante motivó que Arie viviese nervioso todo el tiempo. A cada instante él se quejaba y reaccionaba violentamente. Miriam incluso tenía miedo de viajar a su lado cuando él conducía.

El “humor” conquistó a Arie. El hombre comenzó rápidamente a sentir el cambio en su nivel de felicidad y en consecuencia también su familia, como efecto de utilizar el **“humor como filosofía de vida”**.

Ahora Arie le cuenta a toda persona que quiera escuchar como reacciona con humor ante las agresiones en la ruta, cómo disfruta de la vida con su familia cuando regresa a casa y cómo progresa más en su trabajo. El relata: “Cuando necesito entrevistar a un cliente especialmente difícil, yo permanezco solo en mi coche antes de la visita y me retuerzo de la risa durante cinco minutos. Los resultados son maravillosos”. Y, él agrega, es sorprendente escuchar palabras como éstas de boca de

un trabajador independiente en un estado moderno: “Incluso hasta estaría dispuesto a pagar mis impuestos con una sonrisa”. Mas luego aclara: “El problema es que ellos quieren que los pague con dinero...”

¿Tú quieres una dieta realmente buena?. Come todo lo que quieras, hasta hartarte, cada vez que escuches buenas noticias.

Según una investigación científica, todas las madres del mundo recomiendan a sus hijos, “No olvides comer”.

Esto evita que desaparezcamos como los dinosaurios.-

¿Por qué no hay más colaboración entre familia y amigos?

Nacemos solos y no nos preguntaron antes si queríamos nacer.

Nos vamos solos a pesar que no queremos irnos.

Mas, en el medio podemos elegir como queremos vivir, si solos o rodeados de amigos.

Todo tiene su lado negro, como dijo uno a quien falleció su suegra y se vió obligado a pagar los gastos del sepelio.

Mi padre me decía:

Si un día llegas a tener una gran fortuna, millones y millones de dólares: Cuando vayas a dormir, tendrás que hacerlo cerrando un solo ojo. El otro deberá estar permanentemente abierto vigilando tu dinero. Caso contrario....

Si llegas a ocupar un importante sillón público, cuando vayas a dormir te verás obligado a hacerlo manteniendo ambos ojos abiertos. Si cierras tan solo uno de ellos por un instante.... Ahora, si consigues cultivar muchos amigos, entonces, sólo entonces, sean cuales fueren las circunstancias que atraveses en tu vida, siempre podrás dormir tranquilo, profunda y apaciblemente.

Nótese las palabras claves: “Cultivar muchos amigos”.

Como las plantas y los árboles. **Cultivar.** Necesitan cuidado permanente. **Pero, luego, a cambio, nos dan flores y frutos...**

***En resumen, como decía el consejo:
Ponga el cerebro en funcionamiento
antes que la lengua y los músculos en movimiento.***

Un negocio comienza cuando uno pone la plata y el otro la cabeza.

Y termina cuando el que puso la cabeza se agarra la plata, y el que puso la plata se agarra la cabeza.

A las tres de la mañana, el adolescente ingresa a su domicilio, entra al cuarto de sus padres, muy contento y con el volante del coche, todo retorcido, en las manos y le dice entusiasmado a su padre: “Papá, ¡buenas noticias!: ¡No despilfarraste el dinero que pagaste por el seguro del auto”!

**¿Por qué a veces sentimos que nos
esforzamos, trabajamos duro y no hay
resultado?**

La empresa caminera
A Don Paco ha contratado:
“A repintar esa raya
que el tiempo medio ha borrado.”

Amén de las instrucciones
El capataz le entregó:
Pincel, bidón de pintura,
Y en la ruta le dejó.

Al terminar la jornada,
Cumpliendo su obligación,
vino a observar lo ya hecho:
¡Llegó hasta el otro mojón!

¡Sólo doscientos metros!
Constató al día siguiente,
por lo que en forma especial
verificó al subsiguiente.

¡Sólo treinta y dos metros!
A don Paco, ¡a buscar!
¿Se creerá este gallego,
tan fácil me va a embromar?

Escúcheme usted, don Paco,
puede ser que allá, en España,
pero aquí, en Argentina
no prosperan sus hazañas.

Un día hizo mil metros,
doscientos al posterior
hoy vengo a observar lo hecho,
¡y hallo solo treinta y dos!

Don Paco, muy amoscado,
contestóle sin empacho:
Pues, hombre y usted que quiere:
¡Mire ande ha quedao el tacho!

(En verdad, estos “chistes de gallegos” que tuvieron tanto éxito en Argentina en mi época, a la luz de la realidad actual...)

***La mujer que se casa piensa que cambiará al hombre.
El hombre que se casa piensa que ella seguirá igual.***

“Una vez, cuando era niño, reía.

Ríete y serás niño.”

Séneca

**SALMOS 9:2 “Alegraréme y regocijaréme en ti:
Cantaré a tu nombre, oh Altísimo;”**

***Consejo de la madre a la hija : “Cásate con un
soldado. Ellos saben limpiar, cocinar, y sobre
todo, cumplir órdenes.”***



“Tengo suerte. No me ha dado complejo de persecución, a pesar que todos están contra mí.”

Definición de inteligencia: “Incapacidad de aceptar lo obvio”. Albert Einstein

Nada es nuevo: Noticia publicada en el New York Times, firmada por Eunice Barnard ... en 1948!

“La Universidad de la Florida ofrece a sus estudiantes el primer curso que se da en un instituto norteamericano con la finalidad expresa de desarrollar el sentido del buen humor. El propósito del curso es formular la capacidad del estudiante para ver la vida desde el mismo punto de vista del espectador que asiste a una comedia: de percibir los elementos cómicos de las situaciones y de las personas, sin alarmarse ante las unas ni ante las otras y, sobre todo, la capacidad de darse cuenta de los elementos cómicos que él mismo presenta. Quienes organizaron el curso están convencidos de que el sentido del buen humor se adquiere y no se hereda. Con objeto de apreciar los resultados obtenidos, los estudiantes pasan una prueba de percepción humorística al iniciar el curso y al acabarlo.”

Paciencia: Algo que se agota cuando más la necesitamos.

¿Cuál es el marido ideal?

El que trata a su mujer como a su auto nuevo.

***Cada hombre tiene su locura.
Sí. Y es lo mejor que tiene.***

¿POR QUÉ NO NOS REÍMOS MÁS?

No es nada nuevo: “Una carcajada al día”

Publicado en “Recreation” y firmado por Helen Cristine Bennett... **¡En 1943!:**

Dice el Dr. James J. Walsh, de la Universidad de Fordham:

“Si la risa pudiera comprarse en la farmacia, no habría médico que no recetase unas cuantas carcajadas diarias. Una dosis de risa es una combinación de estimulantes iguales a los de un comprimido de vitaminas con el descanso que porporcionan los bromuros. La risa ejercita el diafragma, al que, excepción hecha de la respiración profunda, apenas efectan otros ejercicios.

Si pudiera usted verse a sí mismo en los Rayos X cuando ríe, se quedaría asombrado. El diafragma baja más y más, al paso que los pulmones se dilatan. Inhala usted más oxígeno del corriente, oxígeno que pasa a la sangre en los pulmones. Mientras se ríe, usted duplica o triplica la cantidad de sangre expuesta a la acción del oxígeno. Una oleada de fuerza le recorre el cuerpo de pies a cabeza. “Son pocos los que se dan cuenta de que la salud está en proporción directa con la risa y que otro tanto ocurre con la rapidez de la convalecencia,” afirma el Dr, Walsh. Las gentes que ríen viven más que las tristonas. Probablemente el mejor médico de nuestro tiempo es el ratón Mikey.”

**El pesimista ve una dificultad en cada oportunidad.
El optimista una oportunidad en cada dificultad.**

GENESIS 6:3 "Y dijo Jehová: No contendrá mi espíritu con el hombre para siempre, porque ciertamente él es carne: mas serán sus días ciento y veinte años."

Periodista : "Hasta los 120".

Un joven comenzó a estudiar la carrera de periodista y logró ser admitido en la redacción de un importante diario en Nueva York.

El gobierno realizó un censo nacional, en el que se constató que aproximadamente uno de cada 10.000 habitantes entre el total de 280.000.000, llegó a la edad de 100 años o más, manteniéndose sano, activo, independiente.

El jefe de redacción del diario, encomendó al periodista más capaz y famoso del plantel, entrevistar a un ciudadano que había ya festejado su onomástico 120.

El hombre vivía en una granjita en medio del campo, a la que llegó el periodista una tarde, a las 14 horas, y le encontró trabajando en su cultivo de flores.

"¡Buenos días, señor! Soy periodista y mi jefe me pidió que le entrevistase. ¿Sería tan amable de contestarme algunas preguntas?

- "Cómo no! Será un placer", contestó el anciano.

- "Dígame, por favor: ¿Tiene usted algún secreto que le ha permitido llegar a su edad y aún trabajar activamente?"

"- Por supuesto que sí. En realidad son tres los secretos.

Primero: Todas las mañanas, cuando despierto y me siento vivo, bien, saludable, sin dolores, levanto los ojos al cielo y agradezco:

“Gracias, Dios mío, por concederme este maravilloso regalo: ¡Otro día completo para gozar de la vida!”

El experimentado periodista, según la “práctica profesional”, escribía y escribía todo lo que oía. No pensaba. No analizaba, No entendía el significado de las palabras. Sólo escribía.

“Segundo, continuó el hombre, como yo he estudiado que la risa, cuando es profunda, provoca que el cerebro libere muchas endorfinas que activan mi sistema inmunológico, ni bien me levanto y antes de lavarme la cara, frente al espejo, hago toda clase de muecas, y riéndome de mi mismo me carcajeo así:

Ja Ja Ja, Je, Je, Je, Ji Jo Ju, Ja Ja Ja Ja Ja Ja, Je, Je, Je, Ji Jo Ju, Ja Ja Ja Ja Ja Ja, Je, Je, Je, Ji, Jo, Ju, Ja Ja Ja Ja Ja Ja, Je, Je, Je, Ji Jo Ju, Ja Ja Ja.”

Decía mientras se contorsionaba de tanto reír.

Y continuando, “mientras preparo y tomo el desayuno, escucho mis cinco minutos diarios de noticias por radio - para “estar al día” - no me queda más remedio que enterarme de “las buenas noticias que ellos transmiten” -(¡No voy a cometer la estupidez de verlas en la televisión, donde son diez veces más sádicas!), mas de inmediato, como antídoto, pongo un video de el gran Carlitos, de los Tres Chiflados o del Gordo y el Flaco... y, por supuesto, otra vez me carcajeo **Ja Ja Ja, Je, Je, Je, Ji Jo Ju, Ja Ja Ja Ja Ja Ja, Je, Je, Je, Ji Jo Ju, Ja Ja Ja Ja Ja Ja, Je, Je, Je, Ji Jo Ju, Ja Ja Ja.**

El periodista, continuando con su trabajo profesional, impertérrito continuaba tomando nota de todo.

Y tercero, -y más importante de todo- **YO NO DISCUTO NUNCA, PERO NUNCA!**

Por ejemplo, hoy mismo: A las nueve de la mañana vino un simpático joven a comprar flores pues, según explicó, hoy se

cumple su quinto aniversario de casado. Adquirió una gran cantidad de las de mejor calidad.

A las 12:30 volvió furioso, y arrojando a mis pies todas las flores que de hermosas y lozanas como estaban a la mañana, habían pasado a ser una mustia y marchitada basura.

Gritó: ¡Usted me ha estafado! ¡Mire qué basura me vendió! ¡Si me aparezco en mi casa con este regalo, mi mujer se divorcia de mí!

Observé las flores. Observé su brillante BMW nuevecito. E inmediatamente supe lo que había ocurrido: Desde las nueve hasta las doce este genial amigo había dejado su coche cerrado al ardiente sol del verano, con las pobres flores dentro, sin agua, y a una temperatura que supera los 120 grados! ¡Cómo no se iban a marchitar!

La primera reacción fué hablar de eso. Pero, felizmente, **YO SIEMPRE APLICO LA REGLA DE ORO: NO DISCUTO.**

Así que, recordando a Shakespeare (El mundo es un gran escenario y todos nosotros los actores), actué mi parte:

¡Oh, qué viejo chocho estoy hecho!, exclamé al tiempo que me daba golpes en la cabeza. ¡Cómo me pude equivocar de esa manera! En lugar de entregarle flores frescas como éstas y éstas (declamaba al tiempo que le llenaba los brazos con mis mejores flores), por un imperdonable error, le dí esa basura, que tenía que haber tirado pues habían sido cosechadas hace algunos días! ¡Cómo pude ser tan descuidado!

Tome, tome y tome estas flores en reemplazo. Y además, como indemnización e implorando que me perdone, ¡sírvasse aceptar

por favor este vale para retirar nuevamente flores en el futuro, sin cargo!

Por supuesto, no solo no aceptó el vale, sino que además me entregó, satisfecho, calmo y feliz, otro poco de dinero diciendo: No es nada, abuelo. No pasó nada. Todos nos podemos equivocar. Tome otro poco de dinero, pues estas flores sin duda valen más de lo que ya pagué.

El famoso periodista escribió y escribió hasta que su entrevistado calló.

Entonces y según la costumbre de toda su vida, comenzó a leer lo que escribió, entonces, al entender, reaccionó:

Primero... ¡¿Qué?! ¿Disfrutar de qué? ¡Usted no vé las noticias! ¡A este mundo hemos venido para sufrir! ¡Si está todo podrido!

¡Guerras, impuestos, embotellamientos del tránsito, asaltos y asesinatos! ¡Ja! ¡Dar gracias a Dios! ¡Por favor!

Siguió leyendo...

Segundo... ¡¿Qué?! ¿Reírme solo, a carcajadas, como un idiota????!!!! ¡De solo imaginarlo se me pone la piel de gallina!

¡Me van a encerrar en el manicomio!!!!

Siguió leyendo y reaccionando, ante la mirada tranquila, paciente, comprensiva de su entrevistado.

Tercero.... ¡¡¡¡¿QUÉ?!!!!!!¡¡¡¡ ¿NO DISCUTIR ANTE UN TONTO COMO ESE????!!!!!!

Viene a insultar, a agredir, siendo que es un completo idiota, ¡Y EN LUGAR DE ROMPERLE LA CABEZA, TODAVÍA DISCULPARSE Y DARLE MÁS FLORES GRATIS!!!!!!

De sólo imaginar la escena, el pobre hombre se puso pálido, temblaba. Comenzó hasta a tener convulsiones.

ESTO QUE ME DIJO SON TODAS NECEDADES ABSURDAS. ¡SI PUBLICO ESTO ME ECHAN DEL TRABAJO!!!! ¡USTED ME ODIA!!!!

El anciano, con su más bondadosa sonrisa le contestó de inmediato:

¡Perdóneme por la broma! ¡Claro que todo lo que le dije no era en serio! Era solo una broma que, ahora me doy cuenta, fué de muy mal gusto. Le ruego que me perdone.

Ahora, le contestaré a su pregunta con la verdadera verdad:

¡No existe ningún secreto! ¡Todo es cuestión de suerte, del destino! Si yo he llegado a los 120, es porque Dios así lo quiso...

El gran hombre de prensa, medio a regañadientes aceptó las excusas (¡pobre!, ¡no tenía contra quien discutir!) y se fué.

Entró como una tromba a la redacción y le dijo furioso al Jefe: ¡Lindo trabajo me encomendó, jefe! No hay nota. No vale la pena. **¡BASURA!!!!** ¡Qué desperdicio de tiempo valioso! ¡Y seguro que me perdí reportear la primicia de algún cruel asesinato!!!

El joven aprendiz, que presenció la escena, pidió al jefe permiso de ir a visitar al anciano, para enterarse que había ocurrido.

El bondadoso florista le relató la conversación y le contó:

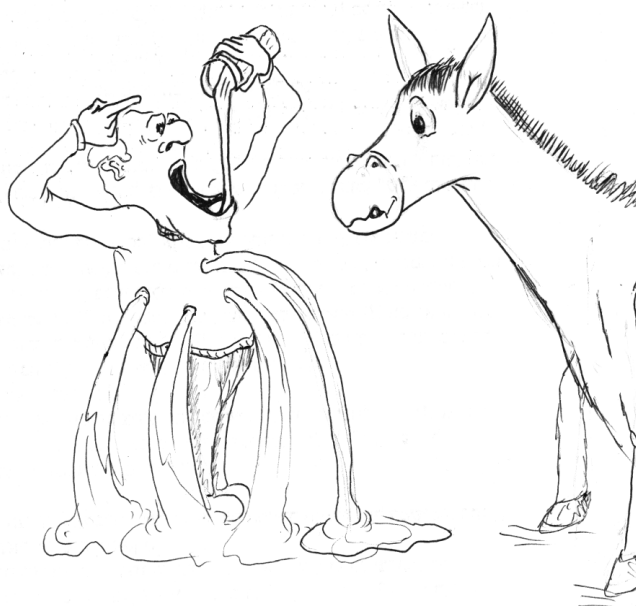
“A lo largo de mi vida, en esta profesión en la que ya es tradición familiar el cultivar flores, siempre se ha utilizado un burrito para las tareas agrícolas. Normalmente esos animales viven unos 22 a 24 años. Pero el penúltimo que tuve, a la edad de once años, no podía trabajar. El pobre no tenía fuerzas, estaba enfermo. Llamé al médico veterinario, quien luego de examinarle y tomarle una muestra de sangre, volvió al otro día con los resultados de los análisis y una gran sonrisa. -¡Buenas noticias! -Me dijo.- Al animal solo le falta agua. ¡En la sangre se observa claramente cuál es el motivo de su enfermedad!

Contento porque el problema tenía tan fácil solución, traje un balde de agua fresca, pura, directamente de ese cristalino manantial y lo coloqué frente al burro.

El animal miró el balde, me miró a mi, volvió a mirar el balde... y no tomó ni una gota.

Yo traté de explicarle: Mira que el doctor dijo, que es científico y demostrado por la biología, que todos tus problemas tienen fácil solución: ¡sólo debes beber mucha agua!

El no tomó una gota.



Tratando de convencerle le dije: “Mira, yo tomaré delante tuyo varios vasos de esta misma agua”, -al mismo tiempo que lo hacía-.

Como ves, a mi no me daña. Supongamos que tú no crees en el doctor ni en la biología. Pero, como ves, mal no te hará. ¿Qué te cuesta probar? ¿Y si es cierto? ¿Si una vez que probaste un poco, de inmediato te comienzas a sentir bien? ¿Para qué quieres estar enfermo, sufrir dolores y morirte antes de tiempo en lugar de disfrutar muchos años más la vida?

No hubo caso. Mi burro era demasiado burro. **Yo pude traer agua a su lado, pero si él no quería tomar... ¿Qué más podía yo hacer?**

Por supuesto, al poco tiempo murió. Compré otro burro...

Cuando niños nos dijeron que la plata no lo es todo en la vida.

De grandes vemos que la plata que tenemos siempre es nada.

En verdad, de niño pensaba que quizá, a lo mejor, el dinero es en realidad importante. Ahora, ya maduro, con mucha experiencia, ya no lo pienso. ¡Ahora estoy seguro!

¿Por qué todo cuesta plata?

¿Por qué la gente le da al dinero un valor demasiado alto, demasiadas veces?

El dinero es un medio de manejar la economía - particular, nacional e internacional. Mas debemos recordar siempre:

El hombre hace la plata, no la plata al hombre.

Dos políticos discuten antes de las elecciones.

Uno : “Existen muchos caminos para hacer dinero, pero sólo uno honrado, sin robar” .

El otro: ¿Cuál es?

Uno : “¡Ah! ¡Sabía que no lo conocías!

Dicen que la plata habla. Lástima que a mi solo me dice:

- “Chau”.

Días pasados me encontré con Juan, un viejo amigo. Le pregunté: “¿Viste a José últimamente? Hace mucho que no lo veo.”

Me respondió: ¿Cómo? ¿No te enteraste? El pobre falleció de repente. Un síncope cardíaco fulminante. ¡Pobre!

-¡Que pena! -Le dije. Y le comenté: - “Y pensar que hace un par de meses me vino a ver. Andaba mal en los negocios y me pidió si le podía prestar unos pesos. Por supuesto que le presté los veinte mil dólares que le eran imprescindibles.”

A lo cual Juan me respondió. “Y parece que no le alcanzaron, porque hace un mes, también me pidió a mí y yo le presté veinticinco mil dólares.”

Entonces, hemos llegado a una conclusión:

Como es sabido, todos lo dicen a diario y, lo dijo el tango:

“No hay mortaja con bolsillos a la hora de partir”.

Tú no te puedes llevar tu dinero a otro mundo.

¡Pero el de tus amigos, sí!

Los únicos que se enorgullecen de que alguna vez fueron pobres, son los ricos.

¿Quién es el loco?

Dos niños nacieron el mismo día y a la misma hora, en Nueva York.

Uno, Juan, hijo de nadie, abandonado a los cuatro años, se crió como un animalito, en medio de la jungla de cemento. Muchas veces casi murió de frío y de hambre. Descubrió que sólo el dinero proporciona vida, comida, calor. Que la falta total del mismo significa frío, dolor y muerte.

A los cinco años ya era “cobrador” de las apuestas clandestinas “de a dólar”. A los 9, experto ratero. A los 11 cometió su primer asesinato. Un talento nato, sumado a su loca obsesión por la plata, le llevaron a ser “uno de los grandes del crimen organizado” a la temprana edad de 20 años: Propietario de la organización de trata de blancas, juego clandestino, drogas y una gran fábrica de armas, su fortuna ya se calculaba en 1.000 millones de dólares.

El otro niño, José, nació en el seno de una familia “tipo” y de adolescente practicaba el deporte de la caza submarina, donde utilizaba normalmente equipo de buceo con balón de oxígeno.

Justo el día que ingresó a la marina, sus padres fallecieron en un accidente. Le destinaron para integrar la dotación de un moderno submarino.

Juan observó que entre dos países en que se suscitaban serios diferendos limítrofes, se podía intervenir fácilmente, por medio de sobornos, con la “inversión” de mucho dinero, logró que se declarase la guerra entre las dos naciones. Entonces, vendió armamento sofisticado a ambos contendientes.

Tan pingues negocios le permitieron duplicar su fortuna, que ahora llegaba a los 2.000 millones de dólares.

El submarino donde estaba José, se sumergió en unas maniobras... y no pudo subir. Un problema mecánico. Las horas y los días pasaron... y cada vez había menos oxígeno en el viciado aire del submarino... José, como toda la tripulación, comenzó a sufrir la tortura de la asfixia. Una angustia y unos dolores terribles...

A último momento, los ingenieros de a bordo consiguieron solucionar el problema, emergieron y se salvaron todos.

Mas el pobre José, que había quedado totalmente solo en el mundo, enloqueció.

Pensaba: “Si yo hubiese sido previsor. Si me hubiese llevado un par de balones de oxígeno al submarino, no hubiese estado al borde de la muerte.”

Así que, liberado del servicio militar, consiguió trabajo de instructor de buceo. Cada mes, al cobrar su sueldo, compraba más y más balones de oxígeno, los que fué acumulando en el departamento heredado de sus padres, donde vivía.

Dos periodistas importantes de los dos diarios de mayor tiraje en Nueva York, descubrieron casi al mismo tiempo ambos casos.

Uno, vecino de José, notó que continuamente entraba balones de oxígeno.... mas nunca vió salir ninguno. Espió por la ventana...

¡y horrorizado observó que casi no quedaba lugar disponible!
¡Estaba todo lleno de balones! ¡Si se producía una explosión,
volaba toda la manzana!
¡Qué noticia!

El otro, por medio de un amigo en el Ministerio de Defensa de uno de los dos países contendientes, se enteró de “cómo Juan logró ganarse 1.000 milloncitos de verdes dolarcillos, al ínfimo costo de 2.000.000 de víctimas que cayeron en la “guerrita”.
¡Que noticia!

Ambas fueron notas de primera plana el mismo día.

De inmediato la policía allanó el departamento de José, verificó que la existencia de los balones de oxígeno ¡ascendía a la suma de 413 unidades! Por lo tanto, se procedió al retiro de tan peligroso material, al mismo tiempo que detuvieron a José y lo llevaron ante el Siquiatra de la Policía.

José explicó el por qué de su afición a “coleccionar balones”.

El siquiatra le preguntó: - ¿Si yo te libero, que harás? A lo que de inmediato José replicó: - “Por supuesto, me iré a trabajar, para ganar dinero y comprar balones de oxígeno. ¡A mí nunca más me va a faltar aire!

¡Qué remedio! El siquiatra dispuso internar a José por tiempo indeterminado en sala cerrada, por razones de “Peligro Público”.

En el segundo caso, de inmediato la autoridades pertinentes comenzaron la verificación de lo denunciado. Comprobaron que efectivamente Juan había organizado y provocado la “guerrita”. Que realmente habían caído 2.000.000 de víctimas. Que realmente Juan era ahora propietario de 2.000 millones de

dólares y que el motivo de tanta desesperación por la plata era consecuencia de la locura que contrajo en su terrible niñez.

Así que de inmediato se dispuso su reclusión en sala cerrada...

¡del peridista que se atrevió a publicar esa historia!

(¡Bué....! No es “de la vida”. Pero bien podría serlo.)

*El problema no es el alto costo de la vida,
sino el costo de la vida demasiado alta.*

Yo, de joven, pensé que quizá el dinero podía ser muy importante en la vida.

Ahora, ya mayor, con una gran experiencia y filosofía de la vida, ya no pienso. ¡Ahora estoy seguro!

De veras, hablando un poco en serio sobre la felicidad:

Hay muchos que están convencidos que el dinero hace la felicidad.

Yo les puedo asegurar que no es así. Lo que hace la felicidad son las cosas pequeñas de la vida.

Por ejemplo, a mi me haría feliz una cierta cantidad de pequeñas cosas a saber:

Un pequeño barco, como el Cristina Onasis.

Un pequeño avión a reacción para ejecutivos, como el Galaxy, por ejemplo.

Una pequeña fortuna en un banco Suizo.

Un pequeño chalet en un barrio residencial exclusivo.
Y dentro del chalet... **una hermosa pequeña....**

*Como vemos, lo que hace la felicidad no es la plata,
son las cosas.*

¡Lástima que cuestan tanta plata!

**El camino más fácil para resolver un problema es:
Con la plata de otro.**

El optimista lee el recibo de sueldo del neto al bruto.

*La afirmación que el dinero no hace la felicidad, es
invención de los ricos para que los pobres no
molesten y se resignen.*

Definición de “Ayuda Extranjera”: Dinero que los
hombres pobres que viven en los países ricos,
entregan a los hombres ricos que gobiernan los
países pobres.

¿POR QUÉ LOS DISTINTOS PUEBLOS NO VIVEN EN PAZ?

SALMOS 37:37 “Considera al íntegro, y mira al
justo: Que la postrimería de cada uno de ellos es
paz.”

Un hecho: Si leemos la Historia de la Humanidad, nos encontramos con la Historia de las Guerras (salvo pequeños periodos entre guerra y guerra, utilizados para prepararse para la próxima guerra). Como siempre, frente a los hechos, en especial cuando son “inexplicables”, de acuerdo a la lógica se han postulado un sinnúmero de teorías que intentan explicar, con mayor o menor grado de credibilidad y lógica, los “cómo” y “por qué” ocurrieron tales hechos.

También todos los gobernantes, tanto dictadores, demagogos como democráticos han manifestado que “ellos solo luchan por la paz” y que siempre “ha sido el otro” el que comenzó o hizo inevitable la “necesaria e imprescindible guerra de turno”.

Surge de inmediato la pregunta: Entonces, ¿Cómo evitar la guerra?

Si vamos a la base del problema, nace en dos teorías opuestas:

a) “El hombre es el lobo del hombre”. El ser humano, como “producto”, es un animal malo. No solo malo, sino aún peor. Luego viene la “sociedad” y por medio de la “cultura”, la “educación” y “las leyes”, consigue darle un barniz de “humano”.

Si esta teoría es correcta, no hay nada que hacer. Hubo, hay y continuará habiendo guerras hasta que se terminen las guerras por la única causa posible: que quede sólo una persona viva en el mundo. (¡Pobre! ¡No tendrá contra quién guerrear!)

Proverbios 15:18 “El hombre iracundo mueve contiendas: Mas el que tarde se enoja, apaciguará la rencilla.”

b) El hombre nace intrínsecamente bueno, gregario. Luego viene la “sociedad”, la “educación” y la “cultura” y lo echan a perder, logrando en definitiva el producto que vemos.

Si esta segunda teoría es la correcta, entonces podemos tener la esperanza que, si se consiguiese arreglar en la gran mayoría el desarreglo que nos hicieron desde que nacimos y, por consecuencia, que no se continúe desarreglando a los nuevos, se acabarían las guerras. Porque en este caso, en lo más profundo de su ser, toda persona sería positiva, gregaria, modesta, derecha y sobre todo, sensible y creativa.



Querido lector: ¿Qué teoría crees que es más probable: a) o b)?

Nosotros, las personas optimistas, que pensamos positivo todo lo que es posible, alegres, que sonreímos, que reímos y hacemos reír, **estamos convencidos en un 100 % de la validez de la teoría b).**

Las personas verdaderamente creyentes de todas las religiones importantes coinciden con la postura b)

Y las personas que se enteran en profundidad sobre lo que demuestra la ciencia moderna, también coinciden con esta posición, puesto que representa un mayor nivel de salud, de sensación de felicidad y también de beneficios económicos importantes.

Yo sueño en realizar un paseo de seis meses alrededor del mundo, como el año pasado.

¿El año pasado hiciste un paseo alrededor del mundo?

No. El año pasado también soñé con realizarlo.

Si quieres invertir tu dinero en algo que se vea, compra comida que engorde.

Experimento interesante, que apoya la teoría b) : El que relaté anteriormente con referencia a la película sobre la vida de la Madre María Teresa de Calcuta.

Fuerza del amor:

En la Universidad de Johns Hopkins, de Baltimore (Estado de Maryland), un joven profesor de sociología mandó a sus alumnos a visitar una escuela de un barrio marginal para analizar las expectativas de futuro de los alumnos.

Según los informes, los resultados, según los pronósticos de esos pobres niños, era que el 90 % de ellos irían a prisión tarde o temprano.

Veinticinco años después, el mismo profesor solicitó a otros alumnos localizar a aquellos niños, ahora personas mayores y observar su situación actual. Entre 180 de los 200 originales a quienes se pudo encontrar, solo cuatro habían pasado alguna vez por la cárcel.

Tratando de encontrar una explicación, tuvo la suerte de localizar a la ex - maestra de esos niños, Sillvia O'Rourke que aunque anciana aún gozaba de buena salud.

Cuando se le preguntó cuál había sido el secreto, ella le respondió: **En realidad es muy sencillo : lo que ocurrió, es que yo amaba a mis alumnos de todo corazón, con toda el alma...**

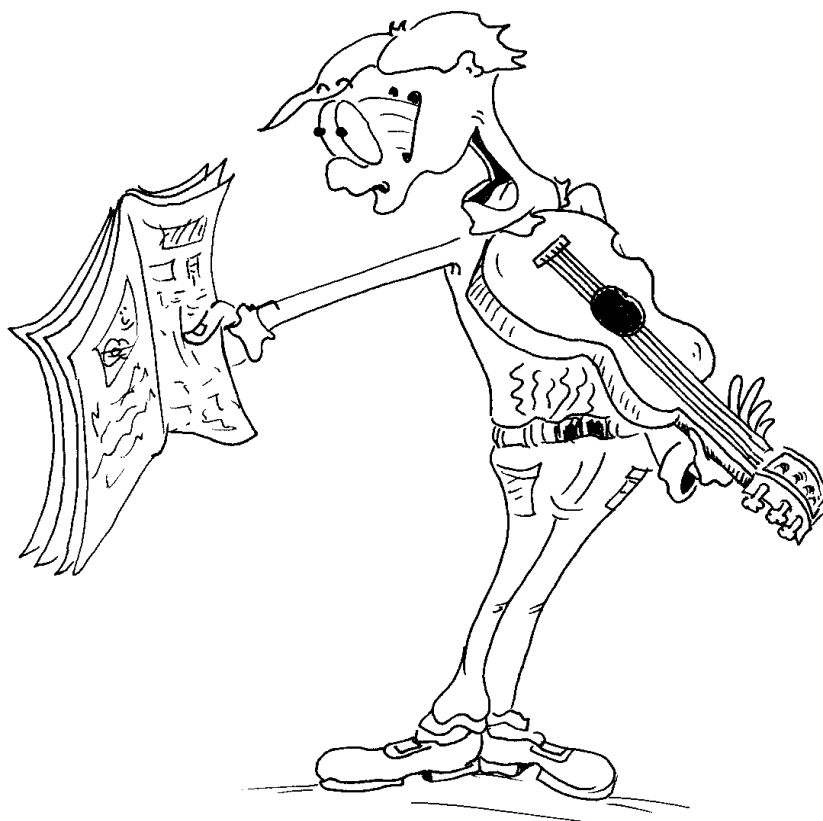
El único caso en que el exceso de peso hace bien, es cuando una dama gordita reencuentra al novio con quién casi se casó, hace veinticinco años.

Lo malo de ser puntual, es que nunca hay nadie para apreciarlo.

Un hombre joven y una señora mayor corren para ocupar el asiento que quedó libre en el colectivo. Por supuesto, el joven llegó primero y se sentó. La señora tomó su mano derecha, la levantó y gritó como en un ring: ¡“El Ganador”!

SALMOS 63:7 "Porque has sido mi socorro; Y así en la sombra de tus alas me regocijaré."

SALMOS 57:7 "Pronto está mi corazón, oh Dios, mi corazón está dispuesto: Cantaré, y trovaré salmos."



El violinista Isaac Stern dijo: “A veces, cuando leo en los diarios las críticas que publican sobre lo que ocurrió en algunas de mis actuaciones pienso: ¡Cuánto hubiera deseado estar en ese concierto!”

Todo es según el color del cristal con que se mire.

El sicólogo y siquiatra Dr Edwin contó:

En un hotel de Boston se quejó una señora que en el cuarto contiguo alguien tocaba continuamente el piano y no le permitía descansar. “¡Estoy mareada y próxima a sufrir un desmayo!” “¡Me zumban los oídos y todo el cuerpo me tiembla!”

El gerente del hotel le explicó “Lo siento, señora. Pero ¿Cómo puedo yo interrumpir la preparación para el gran concierto de esta noche en el Symphony Hall? Se trata del gran Paderevsky” ¡Qué me cuenta usted!, fué la respuesta.

Y de inmediato llamó por teléfono a sus amigas, quienes reunidas en su cuarto disfrutaron de varias horas de excelente concierto. Por supuesto la dama se repuso instantáneamente de su ataque de nervios.

LAS PERSONAS QUE RÍEN MUCHO SON MUCHO MÁS SANAS

Eclesiastés 2:24 “No hay, pues, mejor cosa para el hombre que comer y beber, y hacer que su alma vea lo bueno de su trabajo. Yo he visto que esto también proviene de la mano de Dios.”

Hechos:

Tata Dios (para los creyentes) o la madre naturaleza (para los que no creen,) (en adelante **Él o ella**) diseñó al hombre, como a todos los animales, proveyéndoles distintos medios para

conservar la salud y en consecuencia la vida, hasta la fecha en que la misma biología por medio de los genes determina que ha llegado la hora de partir.

Así, **Él o ella**, logra que se observe como promedio entre todos los animales que, aproximadamente un 80%, fallezcan cerca de la edad máxima que fuera programada para cada especie.

Bueno, todos los animales.... salvo el ser humano, donde sólo uno de cada 10.000 lo logra...

Hace más de ciento cincuenta años, descubrieron que cuando alguien tenía que someterse al “simpático tratamiento de un dentista de aquella época”, si aceptaba el suministro del gas óxido nitroso, se producía un efecto tranquilizador y anestésico.

Como “fenómeno no deseable” se observaba algo sumamente extraño: La pobre “víctima en el sillón”, “enloquecía temporalmente”: solo un loco se puede reír a las carcajadas sufriendo, como sufría, de un terrible dolor de muelas (de lo contrario, ¿se hubiera acercado tan siquiera a tales “dentistas”?) a lo cual debe sumarse el infinito pánico que vivía ante el “tratamiento” que le esperaba. Por tal causa es que dicho gas fué conocido como el “gas de la risa”.

Pasaron los años. Descubrieron otros anestésicos sin ese indeseable fenómeno y el gas de la risa cayó en desuso.

Un buen día, descubrieron que ciertas drogas fuertes, como la morfina, al ser inyectadas y llegar al cerebro, permitían que a un hombre, a un soldado herido en combate, por ejemplo, pudiesen salvarle la vida, pues “transportaba la víctima a sentirse entre rosadas nubes” : desaparecían los terribles dolores y la infinita angustia del temor a la muerte.

Nadie sabía “cómo” actuaba, pero “sí” que actuaba!

Otro buen día, descubrieron en la sangre otros productos químicos, hormonas segregadas por las células cerebrales, que a pesar de tener fórmula química totalmente distinta a la de la morfina, producían el mismo tipo de efectos: calmar los dolores y la angustia. Es por ello que las denominaron “endorfinas” (“endo” = interior).

Hace poco descubrieron que, aunque tienen fórmulas químicas distintas, estas moléculas presentan el mismo comportamiento: cuando entran en contacto con ciertas células en determinada zona del cerebro, “se enganchan” (o algo así) a dichas células, las que entonces quedan inhibidas de recibir las sensaciones de dolor o angustia.

Si se inyecta morfina, la cantidad de moléculas es inmensa e instantánea, la zona descrita “se satura” y se producen los fenómenos señalados. Mas, el organismo se vuelve “vago”: Si es tan fácil recibir el producto desde el exterior, sin trabajar, ¿Para qué esforzarse por producir las “endo”? Y es así que la persona se vuelve “adicta”, “droga- dependiente”.

Cuando la situación es “normal”, todo tranquilo, sin peligro de ninguna especie, el cerebro libera dichas “endorfinas”. Estas a su vez distribuyen “órdenes” por todo el organismo, de modo que el sistema inmunológico trabaje normalmente y sea adecuado el nivel de “linfocitos” (células que tienen por objeto destruir agresores, como células cancerígenas, microbios, virus). Además, en esos momentos no es necesario “sentir” dolor.

Proverbios 23:7 “Porque cual es su pensamiento en su alma, tal es él.”

Mas, si de repente se recibe en el cerebro la información de ¡peligro de muerte inmediata! (el hombre ve un león, ¡pero en la selva, no en el zoológico!) ¡Mama mía! ¡Patitas pa' que te quiero!

El cerebro trata de salvar la vida. De inmediato deja de generar endorfinas y en su lugar por medios electrónicos (no neuroquímicos que son mas lentos y prolongados) el cerebro dá órdenes a las glándulas suprarrenales que liberen grandes cantidades de productos que nos preparan para poder huír rápidamente o luchar en defensa de la vida (como epinefrina y cortisol , también llamadas “hormonas del estrés”).

Cuando estas sustancias circulan se producen, entre otros, los siguientes fenómenos:

Se disminuye enormemente el suministro de sangre al sistema digestivo e igual al sistema reproductivo.

Imagínate, querido lector. Si conjuntamente con ver al león, el señor que hablábamos, se encontrase la más hermosa modelo en traje de Eva ¿Pensaría en los placeres sensuales? También disminuye sensiblemente la capacidad del sistema inmunológico.

El ó ella no es zonzo: No es momento para desperdiciar la mínima cantidad de energía en algo que no sea el imperativo objetivo del momento:

Como ocurrió con un soldado italiano, cuando le arengó el oficial en la batalla: “Un buen morir, tuta la vita honora”.

A lo que contestó “Ma un buen fugir, salva la vita ancora”.

En inglés describen el asunto como “figth or fligth”.

Por supuesto, en esos momentos es necesario “sentir el dolor de inmediato”.

Es necesario máxima energía en los músculos, aumenta la presión sanguínea, la cantidad de azúcar en la sangre, la cantidad de oxígeno que ingresa al organismo, la cantidad de productos coagulantes de la sangre, (por si se produce una herida en la lucha o fuga) etc., etc.

Si junto a nuestro hombre, había un perro o un gato... al ver al león, en sus organismos también ocurre lo mismo, por supuesto.

Mas, si en una habitación se encuentran nuestro buen señor, el perro y el gato que mencionamos y de pronto, por medio de una radio informan que una gran cantidad de proyectiles dirigidos, con cabezas nucleares, químicas y biológicas está preparada para ser lanzada en dirección a esta ciudad... El perro y el gato, siguen lo más tranquilos (observamos la actividad electrónica de sus cerebros). Y su sangre sigue “normal”.

Mas el “cerebro racional” de nuestro buen señor ¡“entiende que hay peligro inmediato de muerte”! Y la “sensación” de tal peligro influye en lo que llaman “el cerebro emocional”. **¡Y éste es tan tonto! ¡Inmediatamente reacciona como ante el león!**

(Más aun, si durante años le han condicionado a la posibilidad de tal amenaza). Los cohetes no vienen... pero si el exterminio del sistema inmunológico es sistemático, lo que si viene es un cáncer, o los virus, o...

¡Terrorismo! ¡No va a haber trabajo! (peligro de muerte por hambre) ¡Contaminación ambiental! (¡peligro!) ¡Accidentes

de tráfico! ¡Violencia callejera! ¡Etcétera! ¡Etcétera! ¡Etcétera!

¿Y los ataques al ego? (¿Sabés lo que dijo de vos...?)

¿Y los ataques de celos? (¡Qué autazo se compró el vecino!)

¿Y los ataques de odio? ¿Y...? ¿Y.....?

Y no somos más idiotas porque no nos esforzamos un poquito. Puesto que así, con motivos “virtuales” que se generan en nuestro “racional” ¡nos destruimos sistemáticamente!

¡Cómo no va a ser uno en diez mil en lugar de 80 en 100, como los “irracionales”!

Después de lo que acabamos de leer, **TODOS HECHOS PROBADOS. Y LOS HECHOS NO SE DISCUTEN**, surgen de inmediato las preguntas:

“Si es cierto todo eso: ¿Cómo es que aún se sigue viviendo masivamente justo al revés de lo que conviene? ¿Cómo es que los gobiernos, la medicina, la salud pública, no lo aplican, tanto para ellos mismos como para bien de todos? Y, de inmediato, la gran mayoría que lee esto se responde: **¡No *puede* ser cierto!** Y punto. En lugar de -por lo menos- dar lugar a “una mínima duda razonable”, ir a la universidad y preguntar, ir a un laboratorio y hacer algunos experimentos y **medir qué ocurre en su propia sangre y saliva**, lo que le permitiría saber con seguridad absoluta si es cierto o no... **¡No! ¡No hacen nada!...**

“¡Por favor! ¡No *puede* ser cierto!”

“¡Todos viven así, ergo, así es lo normal!”

Y dale que vá...

“SOLO HAY DOS COSAS INFINITAS EN LA CREACIÓN:

EL UNIVERSO Y LA ESTUPIDEZ HUMANA.”

“Y NO ESTOY TAN SEGURO DE LO PRIMERO.”

FIRMADO: ALBERT EINSTEIN

Entre las decenas de casos que he hallado, demostrando que Einstein tenía razón, a continuación expondré algunos.

Caso 1

En 1946 se presentaron en el hotel “Statler” más de cien importantes ciudadanos de Washington, que habían sido especialmente invitadas a una fiesta en honor Titus Oates.

Las honorables personas conversaron e ingirieron exquisitos manjares mientras esperaban la presentación del Señor Titus Oates. De pronto recibieron la siguiente información: “El señor Titus Oates no podrá hacerse presenta esta noche, debido a que dicho señor fué un delincuente inglés que nació el año 1649 y falleció en 1705.”

En resumen: todo el evento fué una broma organizada por el periodista George Dikson, quien así demostró “que la gente distinguida de la capital asiste a cualquier fiesta sin que le importe saber en honor de quién la dan”.

Caso 2 :

Benjamín Franklin recibió de las autoridades británicas un encargo: Cómo hacer que sus barcos demorasen menos en el cruce del Atlántico. Científicamente estudió el problema hidrográfico y aconsejó: “Aprovechar a la ida y evitar a la vuelta la corriente del golfo”. Pasó mucho, muuucho tiempo antes que los orgullosos capitanes ingleses siguiesen su consejo.

Caso 3

Cuando en 1797 se inventó en los Estados Unidos el primer arado de fundición que tuvo buen éxito, los agricultores de Nueva Jersey lo desecharon, sosteniendo que la fundición o hierro colado, era veneno mortal para las plantas útiles y criaba maleza.

Caso 4

El comodoro Vanderbilt, multimillonario y rey de los ferrocarriles norteamericanos en el siglo pasado, despidió con cajas destempladas a Westinghouse cuando éste se le presentó con su famoso freno neumático que acababa de inventar. Según dijo, no podía malgastar su tiempo con mentecatos chiflados. ¡“Mire que pretender frenar un tren con aire”!!!!

Pese a que lo perfeccionó cuando tenía 30 años, tuvo que luchar hasta la ancianidad para lograr que los tozudos técnicos e ingenieros reconocieran que el mencionado invento era una de las creaciones más ingeniosas, útiles e importantes de su tiempo.

Caso 5

En 1670 Berkeley, Gobernador de Virginia, expresó oposición a la imprenta: “Gracias a Dios que aquí no hay escuelas públicas ni imprentas. El saber ha traído al mundo la desobediencia y la herejía. Y la imprenta las ha propagado”.

Caso 6

En 1908 el alcalde de Cincinnati declaró que la conducción de un automóvil es trabajo que a las mujeres les es físicamente imposible de ejecutar.

Caso 7

Cuando De Forest logró al fin dar forma práctica a su tubo termoiónico en 1907, no encontró quien le comprara la patente, y la dejó caducar mas bien que pagar 25 dólares para prorrogarla.

Caso 8

Henry Morton, presidente del Instituto Tecnológico de Stevens, una de las principales escuelas de ingeniería mecánica de los Estados Unidos, protestó cuando se anunció en la prensa que los

experimentos de Edison en el alumbrado eléctrico habían tenido un “éxito maravilloso”. “Todos los que conocen el asunto”, declaró categóricamente “saben que las experiencias fueron un fracaso notorio.”

Caso 9

Al cumplir los 34 años, en 1837, John Ericsson tenía ya perfeccionada la hélice propulsora para navíos. Hizo una demostración. Los barqueros del támesis, maravillados, bautizaron su embarcación “El Diablo Volante” (The Flying Devil”). Mas los Altos Lores del Almirantazgo sabían que los ingenieros de la Armada consideraban que “el ridículo invento de Ericsson estaba fundado en principios equivocados y no funcionaría en la práctica.”

“¡si la fuerza motriz se aplicara a popa, ¡sería absolutamente imposible gobernar el barco!”

Modo seguro de evitar críticas:

No haciendo nada.No diciendo nada.¡Siendo nada!

Caso 10

Hans Van Meegueren. Pintor de Amsterdam

Mayo de 1945. En la colección de Goering entre 1200 valiosas obras de arte, se encontró un cuadro de Jan Vermeer, famoso pintor flamenco del siglo XVII, que había sido adquirido por Goering en Amsterdam en 1943, a un precio de seiscientos mil dólares. ¡Escándalo! ¡Le vendieron al enemigo una gloria nacional!

Detenido por traición (vender al enemigo un tesoro nacional) el pintor Van Meegueren, confesó que no había cometido traición, puesto que el cuadro que le vendió a Goering había sido pintado por él. Que era un experto falsificador, que utilizando técnica, materiales, pinceles, etc, “como lo hubiera hecho Vermeer, había “creado” varias “obras maestras” y lo único que había falsificado era “la firma del maestro”.

¿Porqué lo había hecho?

¡Porque con la firma de él no le pagaban ni para comer! Y así, **certificados por los mejores peritos del mundo como auténticos**, ¡había vendido sus creaciones en más de tres millones de dólares!

Van Meergeren en su época estaba encantado. Además de comprobar que los “grandes críticos”, sus enemigos mortales, eran ingenuos; se había hecho rico. Todo anduvo como sobre ruedas... hasta el asunto Goering.

Por el mundo circulan cientos de “obras maestras auténticas”.

“El número de cuadros que han sido adquiridos a lo largo del tiempo como de Rembrandt”, dijo el detective neoyorquino de arte Doctor Maximilian Toch, “es de seis a diez veces mayor que el máximo número de obras que pudo haber pintado Rembrandt y la discrepancia es aun más grande en Van Dyck,

quien probablemente no pintó más de setenta de los dos mil cuadros que se le han atribuido.”

Según parece, no solo tales críticos son ignorantes... También quienes pagan millones sólo porque la firma no es la del autor verdadero pero no quieren pagar un centavo por el mismo cuadro si tiene la firma del verdadero autor. (¿Qué opinas tú? ¿También son idiotas? Pero con plata.)

Caso 11 Luis Braille

En 1812, debido a un accidente, Luis quedó ciego. A los 14 años tuvo la idea: ¡Relieve! En 1836, cuando tenía 27 años, en una conferencia en el Instituto para ciegos, demostró como podía escribir al dictado usando un punzón, y luego leer sin problemas lo escrito.

“Se sabía de memoria lo dictado”, sentenciaron los “grandes profesores genios” Se dirigió a la Academia Francesa; Respuesta, “Rehusado: Los ciegos están recibiendo suficiente enseñanza y educación de los sistemas actuales.”

Los alumnos del instituto le rogaron les enseñase. No sólo lo hizo, también inventó signos para la matemática y resolución de ecuaciones. Luego, un sistema musical.

Una alumna triunfó en un concierto. Relató la “historia de esta estupidez humana” y la prensa francesa lo difundió -Justo antes de fallecer-. Dijo Luis: “Tres veces lloré: Una, cuando quedé ciego. Dos, cuando descubrí el sistema y Tres, ahora, que sé que no viví en vano.”

***“Un lugar para cada cosa y cada cosa en otro lugar distinto”. Esto no es un consejo. Es una costumbre.
Mark Twain***

Caso 12

Orson Welles, joven de 23 años, radiodramatizó “La guerra de los mundos”, novela de H. G. Wells. El pánico se extendió en los Estados Unidos. Cerca de dos millones de personas creyeron que el planeta tierra estaba siendo invadido. Un despavorido torrente humano huía...

Caso 13

Paúl Chabas pintó, en 1913 un óleo donde aparece una mujer desnuda bañándose. Colocado el cuadro en exhibición en una vidriera, el agente de publicidad llamó al Presidente de la Asociación Neoyorkina para Prevenir el Vicio, Sr. Anthony Comstock. Cuando Comstock vió un enjambre de niños (contratados por el agente, por supuesto) frente a la vidriera “admirando” el cuadro, hizo tal publicidad con sus esfuerzos para prohibir la venta de tal “inmoralidad”... que logró que se vendieran más de ocho millones de copias...

No es demasiado difícil vivir decentemente con una entrada pequeña... si no gastamos demasiado en tratar que nadie se entere.

Arthur Godfrey

Caso 14

Tomas A. Edison, a los 7 años comenzó a concurrir a la escuela. A los dos meses el maestro le dijo a su madre: “Lamento decírselo, pero su hijo es, indudablemente, un retrasado. Simplemente, no quiere aprender.”

Nancy dijo: “¡Tonterías!” “Yo le enseñaré.”

Años después, Thomas explicó a su jefe, el Gral.Colemau, su nuevo proyecto.

“Vea Ud, Edison - rugió- Cualquier tonto debería saber que no se puede utilizar un solo hilo para transmisiones opuestas simultáneas”- y le despidió del trabajo por considerarle indigno de confianza.

Además de las transmisiones simultáneas, Edison inventó un sistema de registro de votos... y del Congreso lo sacaron corriendo.

El “retrasado mental” terminó patentando 1097 inventos.

Caso 15

Gustavo Eiffel comenzó la construcción de su torre en 1887. Cuando construyeron la base, estalló la tormenta : 300 escritores y artistas firmaron un manifiesto en el cual se exigía la demolición de la “horrorosa monstruosidad”.

En 1889 la torre quedó completa y se trocó en el orgullo de París. Desde entonces la visitan más de un millón de personas por año.

Caso 16

El primer libro de Julio Verne, “cinco semanas en globo” fué rechazado por quince editores. Julio arrojó su obra al fuego, y su mujer la rescató. El intento No. 16 tuvo éxito...

A despecho de ser el autor más leído de su generación, sus últimos años no fueron dichosos: los círculos intelectuales se burlaban de su obra. Nunca le eligieron como miembro de la Academia Francesa. Falleció amargado... y entonces, ¡ah, entonces! Toda la Academia Francesa, el cuerpo diplomático, reyes y presidentes: ¡Cuántos honores le brindaron! (¡Ah, mondo cane!)

Caso 17

El Islam verdadero:

Según el gran escritor e investigador James A. Michener:

En los últimos años de Mahoma querían declararle Dictador y Santo. Respondió: Sólo soy un hombre como los demás. Dios me envió a predicar su mensaje:

Justicia social para todos. Liberar a la mujer de la servidumbre, Huir de la traición. Repetar al niño y al hombre anciano. Dejar en libertad a los esclavos, que los padres no mataran a sus hijas recién nacidas, que los oprimidos deberán poseer la tierra, **que la paz es mejor que la guerra, que la justicia acabará por prevalecer. El Corán establece explícita y enfáticamente la liberatad de conciencia,**

Enseñaba a los musulmanes que debían colaborar con la “gente del libro” (cristianos y judíos).

¡Qué desarrollo “lógico” hemos dado los “homo sapiens” a todo esto!

Caso 18 Buda, según Max Eastman:

En la época que Buda vivió, se sostenía que con la propia mortificación se llegaría a la santidad. Su primer acto revolucionario fué condenar esa costumbre como locura. Afirmó que era necesario un término medio entre la negación ascética y la propia satisfacción sensual. El descubrimiento que hizo Buda debajo del Árbol Bo fué que la causa del sufrimiento humano es la ignorancia...

Tema fundamental fueron los sermones, entre ellos la buenaventuranza: Bienaventurados los que explican lo que saben con amor, sencillez y verdad.

Bienaventurados aquellos cuya conducta es pacífica, honrada y pura.

Bienaventurados los que se ganan la vida sin daño ni peligro para los demás.

Bienaventurados los mansos que han arrojado de sí la mala voluntad y el orgullo para sustituirlos con amor, piedad y comprensión.

No existe dogma budista y ningún creyente de Buda persiguió jamás a un hereje.

Buda definió con exactitud un modo noble de vivir y morir en este mundo.

El sueño de todo escritor, y por supuesto también el mío:

Que un lector (tú, por ejemplo) comiences a leer un libro (¿podría ser éste?) digamos a las seis de la tarde, y transcurrida media hora mire el reloj y vea que son las ocho.

(¡El problema es que sea al revés! ¡Y que transcurridas dos horas veas que son las seis y media!)

Caso 19

1 de Febrero, 1896 Teatro Regio de Turín. Estreno de “La Boheme” de Giacomo Puccini, Al día siguiente, los críticos destrozaron la nueva obra. Caerlo Bercezio, de “La Stampa”. “La Boheme no deja ninguna impresión en el alma del oyente, como tampoco dejará honda huella en la historia de nuestro teatro lírico.”

Pero el director de orquesta Arturo Toscanini dijo “¡Absurdo! ¡Es un ópera bellísima y hará llorar al público de todo el mundo!”

Puccini falleció en 1924... pero su obra sigue viva, actual... a pesar de los críticos.

Caso 20

Carlos Finlay, nacido en Cuba, se recibió de médico en 1851 y comenzó a luchar contra las implacables epidemias de fiebre

amarilla... Durante veinte años investigó, pensó, razonó y finalmente encontró el agente transmisor de la enfermedad: una variedad de mosquito llamada “aedes aegypti”.

La demostración lógica, experimental y científica era unívoca.

En Washington, el 18 de febrero de 1881, el Dr. Finlay expuso su teoría de la transmisión de la fiebre amarilla por medio del mosquito en el Congreso Internacional de Salubridad.

Pronto pasó a ser tema de chacota. Pasó a ser El Médico Loco del Mosquito.

Así continuó su lucha contra los molinos de viento, otros veinte años más. Por fin en 1900, cuando los soldados americanos morían, no por la guerra sino por la fiebre, llegó una comisión encabezada por el Dr Walter Reed, quienes ya desesperados por no hallar ninguna solución, resolvieron escuchar ¡finalmente! al viejo Dr. Finlay. Y ¡créase o no! EL DR FINLAY TENIA RAZÓN!

Claro, quienes se llevaron los méritos, la gloria y las recompensas fueron Walter Reed y sus colaboradores.

El Dr Finlay falleció en paz, por supuesto, pobre y olvidado en 1915.

Y en la decimocuarta edición de la Enciclopedia Británica se puede hallar, mencionado una vez, el nombre del Dr Carlos Finlay, perdido en un artículo sobre la Fiebre Amarilla como “quien señaló al mosquito como transmisor”.

Como diría Ripley “Créase o no...”

Caso 21

Confucio, según Max Eastman

Único caso en la historia que un hombre plasma el pensamiento y las costumbres de una nación.

El resumen de su filosofía: **“Lo que no deseamos que nos hagan, no lo hagamos a los demás.”**

“Corresponderás al mal con la justicia, y al bien con la bondad.”

Confucio se ganaba la vida como maestro. A los jóvenes con talento y sin dinero les enseñaba gratis.

Aunque en esa época aún no se había inventado la democracia, sostuvo -acaso por primera vez en la historia,- que la verdadera función del gobierno era velar, no solo por la prosperidad pública sino también por la felicidad del pueblo. **Falleció convencido que era un fracasado.**

En el siglo III antes de Cristo, ciertos déspotas “lo prohibieron”... y entonces lograron la infinita difusión de sus ideas. Igual que el cristianismo, creció con las persecuciones.

Casos 22 y 23:

Lo que nosotros, los “creyentes en los diez mandamientos”, los judíos y cristianos, hacemos con ellos...

Yo soy el Señor, tu Dios:
I. Amar a Dios sobre todas las cosas

- II. No tomar su santo nombre en vano**
- III. Santificar las fiestas**
- IV. Honrar padre y madre**
- V. No matar**
- VI. No cometer actos impuros**
- VII. No robar**
- VIII. No levantar falso testimonio ni mentir**
- IX. No desear la mujer de tu prójimo**
- X. No codiciar los bienes ajenos**

Si analizamos que hacemos los “homo sapiens” con los principios morales que nos enseñan y nos obligan todas las religiones... Sería para llorar, si no fuera que nosotros preferimos, en lugar de llorar, reír.

Caso 24

En 1909 nació en Roma Rita Levy. En 1942, escondida de los nasis, publicó su trabajo “Es mentira lo que dice la ciencia, que el ser humano asciende en posibilidades tranto físicas como mentales hasta los 24 – 26 años, y luego comineza indefectiblemente la decadencia de ambos aspectos.

El cerebro humano puede seguir desarrollándose indefinidamente hasta los 120 años”

Por supuesto, el mundo científico le ignoró por completo.

Mas en 1986, cuarenta y cuatro años después, recibió el premio Nobel por sus descubrimientos.

En el 2006, con motivo de sus jóvenes 97 añitos, un periodista le preguntó : ¿“Si volvieses a tener 20 años, que harías?

“Tengo aún veinte años” fué la inmediata respuesta.

Y le explicó la cantidad de investigaciones que estaba dirigiendo, la innumerable cantidad de congresos alrededor del mundo que tenía programado asistir....

Según Einstein, no es cierto que la Naturaleza sea tan sabia como dicen. De lo contrario no habría desperdiciado 1400 gramos de maravilloso cerebro colocándolo en cada uno de los cráneos de esos individuos que vestidos de soldados disfrutaban desfilando como autómatas al compás de una marchita militar.

“Con una médula espinal desprotegida, para cumplir tales funciones, les basta y sobra.”

Se podría seguir “ad infinitum” aportando ejemplos, mas como la cereza que corona el postre, **he aquí la “perla”, el “sumun” de la demostración de que Einstein tenía 100 % razón: Los hermanos Wrioth**

Caso 25

Los Hermanos Wrioth.

Fred C. Kelly en 1941 escribió que Dan Kumler, quien era redactor jefe del Daily News de Dayton en la época que los hermanos Wright comenzaron a volar, le contó: “muchas personas que veían los vuelos desde la carretera venían a la redacción a preguntar porqué no publicábamos nada sobre ello. Llegaron a constituirse en una verdadera plaga.”

- “Bien. ¿Y porqué no escribían?”

-“Sencillamente, porque nos parecía un vano pasatiempo sin importancia ni consecuencias”, confesó Kumler un poco turbado.

Alpheus Drinkwater, durante diciembre de 1903 trabajaba como telegrafista y reparador de líneas del Servicio Meteorológico. Escribió en 1957 un relato: “ Fuí a reparar un alambre en las dunas de Kitty Hawk. Me encontré con los ciclistas Wright. **“¡Estaban locos! Se creían capaces de construir un aparato que volase. Me invitaron a ver su primer vuelo, el 3 de diciembre. Les contesté que yo tenía que estar donde pudiesen surgir las grandes noticias y no podía perder tiempo.”**

El 3 de diciembre ¡encalló el submarino Moccasin! ¡Qué noticia! Entre varios mensajes que tuve que remitir ese día, había uno de los locos a su hermana Katherine: **“Vuelo tuvo éxito. Estaremos en casa para Navidad.”** Me pregunté si no me había perdido de algo al no aceptar su invitación para ese día...

Como los diarios no publicaban nada, era evidente que tuve razón. Pasaron los años. En 1906 el gran sabio Simon Newcomb (Premio Nobel de Física) afirmó en un inmenso artículo, que era **“imposible hacer volar una máquina más pesada que el aire”**, cosa que demostró **“científica e indudablemente.”**

Los hermanos Wright eran fervientes patriotas. Ofrecieron al gobierno de la Estados Unidos la patente exclusiva de su invento.

Año 1905. Respuesta a sus insistentes ofertas de donación a la nación: “La sección Material de Guerra se ve dolorosamente forzada a negar toda subvención...” (¡nadie había solicitado dinero!)... “no podemos dar paso alguno hasta que no se

demuestre que la máquina es capaz de volar horizontalmente llevando una persona” (**¡Ellos lo hacían desde 1903!**)

El presidente Roosevelt se enteró que “algo pasaba”. Ordenó, “Investíguese.”

¡Tampoco hicieron nada!

Francia comenzó a hacerles tentadoras ofertas por la patente. Los espías de Estados Unidos en Francia descubrieron ese interés. Uno de los Cabot - aristocrática familia- les recriminó “¿Por qué a una potencia extranjera?”

iiii¿!?! !!!

Recién entonces, ante el gran interés de Francia, (¡estaban dispuestos a pagar millones!) el gobierno se comenzó a interesar.

En Mayo de 1908 D.B. Salley, redactor de un diario de Norfolk, por casualidad paso por allí y vio un vuelo. Telegrafió a muchos periódicos... ¡Se enojaron y ofendieron! ¡Pretender que publiquemos semejantes disparates!

Al respecto, en el relato de Drinkwater cuenta:

“Por mi aparato telegráfico el reportero Donald Bruce Salley comunicó al *Leader*, de Cleveland, que él había visto la máquina de los Wright, en 1908, levantar vuelo. El director del periódico le respondió: “Suspenda las invenciones. No nos interesa”. Salley insistió y me hizo telegrafiar lo mismo al *Herald* de Nueva York, que le contestó : “Limítese a los hechos”. Para llegar a la verdad el Herald envió al escenario del suceso a uno de sus mejores reporteros, Byron Newton. Cuando Newton informó que en efecto había visto a un hombre volar, su

periódico lo calificó de falaz y lo suspendió del cuerpo de redactores. Newton trató de vender su relato a una importante revista y recibió como respuesta: “Hemos leído con verdadero interés su trabajo. Sentimos no poder publicarlo ni como información verídica ni como relato imaginario.”

Y finaliza Drinkwater:

“Al fin, un día, la curiosidad me hizo ir a ver: ¡Ví a un hombre volar! Entonces, empecé a sospechar que quizá yo me había equivocado en 1903...”

Bueno... finalmente.... entre nosotros: ¿Es posible realmente que algo más pesado que el aire vuele?

Uno: nadie diría a la luz de taaaantos “casos”, que eso de “homo sapiens” existe como definición de nosotros sólo porque nos definimos a nosotros mismos....

PORQUE, LOS HUMANOS NO SOMOS MAS IDIOTAS SOLO PORQUE NO PRACTICAMOS, NO NOS ESFORZAMOS UN POQUITO, QUE SI NO.....

De la vida

Cierta tarde que representaba el papel principal de una comedia, la actriz Laurette Taylor se sintió muy disgustada por la tos pertinaz de una espectadora. Aprovechando una escena en la cual hacía uso del teléfono, improvisó:

“Querida, en la voz se conoce que tienes un catarro terrible. No se te ocurra ir al teatro y arriesgar tu vida y la de los que te rodean y al mismo tiempo arruinar una función.”

No se sabe por qué, pero la señora de la tos se marchó a casa.

“Soy Carlos”, le dijo el joven al abogado. ¿Mi finado tío me recuerda en su testamento?

Si señor. A continuación leeré la parte referente a los sobrinos:

A mi sobrina Clara, 100.000 dólares.

A mi sobrino Mario, 80.000 dólares.

A mi sobrino Carlos, que siempre me preguntaba si me acordaría de nombrarle en mi testamento, le dejo mis más cariñosos saludos y recuerdos y le nombro especialmente: “¡Hola Carlitos!”

Cuando éramos niños nos decían que la plata no lo es todo.

Ahora, adultos, vemos que la plata que tenemos siempre es nada.

**No hay nada nuevo bajo el sol:
¡Ya se sabía!**

En 1935, Guyer D. Thomas ingeniero que residía en Ellensworth, Estado de Washington, enfermó gravemente de

cáncer, que sus médicos diagnosticaron terminal, estimando como máximo unos pocos meses de vida.

Con el objeto de pasar con alguien sus últimos días, alquiló una habitación en la granja de la señora Nancy Green, quien a su vez también tenía sus días contados por una grave dolencia del corazón.

Cierto día les visitó Lucila Bolding, una amiga de Nancy, quien en esos momentos cayó desmayada, puesto que también debía fallecer pronto debido a una incurable enfermedad gástrica.

Ellos le auxiliaron y, entonces, surgió en la mente de Thomas la idea de ayudarse mutuamente hasta el día de sus muertes. Publicó un aviso en el periódico local invitando deshauciados y a los pocos días se había constituido un curioso grupo que era un muestrario de gravísimas enfermedades; ninguno de los integrantes tenía un pronóstico de más de seis meses de vida.

Reglamentaron sus vidas: Totalmente prohibido hablar de enfermedades, de ningún tema triste o negativo. Por el contrario, obligado ser optimistas y alegres.

Surgió el problema del hambre. A Thomas se le ocurrió una idea: fabricar y vender cruces hechas de cartón y pintadas con pintura fosforescente, para colocar en los cuartos de los niños, de modo que pudiesen verlas en la oscuridad y evitar temores.

La iglesia local publicó la historia de este grupo y pidió a los feligreses colaborar. La iglesia nacional recibió el volante y republicó la historia en su revista. Comenzaron a llover pedidos de cruces de todos los Estados Unidos.

CINCO AÑOS DESPUÉS, NINGUNO DE LOS QUINCE CONDENADOS A MUERTE HABÍA FALLECIDO.

Se publicó y republicó esta historia en 1940. Uno de los periodistas escribió:

“Lo más curioso y extraño: mientras trabajan alrededor de una larga mesa, continuamente relatan divertidas historias, se chancean entre ellos, sonríen continuamente y nunca pasa más de un cuarto de hora sin que dejen de trabajar, pues una prolongada y convulsiva carcajada colectiva se lo impide por prolongado tiempo.”

Cuando leí esta historia, quise saber “¿Qué pasó después?”.

Escribí innumerables correos electrónicos a distintas personas e instituciones de Ellensworth solicitando información. En la Biblioteca Pública me ayudaron a localizar al hijo de Lucila, el señor Richard P. Bolding, quien me contó por teléfono que su madre FALLECIÓ ¡EN 1970! (“Solo” 35 años más de lo que le auguraron...).

También conversé con Mr. Henry J. Schnebli, quien recordó que la Sra. Green, durante los años 50 aún estaba bien de salud y trabajaba con su padre.

¿HACE FALTA MÁS?

En el libro “Take it Easy” del Dr. Walter B. Pitkin, en 1941 ya nos decía: Repetidos estados de pesimismo, miedo o cólera originan un sin número de enfermedades.

En la misma época afirmaba el Dr. Alberto J. Sullivan de la Facultad de Medicina de Yale, que “tres cuartas partes de las colitis ulcerosas se deben a trastornos emotivos”.

En 1943 publicó la Dra. Elsie McCormic en la revista “Your Life”:

“Hace ya más de diez años que un grupo de médicos eminentes viene estudiando la influencia que la parte moral de nuestro ser ejerce en la física. Han conseguido reunir pruebas, mucho más convincentes de lo que la clase médica sospecha, que los estados mentales trastornan el curso regular de las operaciones fisiológicas, debilitan la resistencia a la infección y, lo más notable de todo, ocasionan cambios físicos en ciertos órganos vitales.”

Y terminaba el artículo: “Según afirman los médicos de la nueva escuela, importa más saber la clase de enfermo que padece la enfermedad que la clase de enfermedad que padece el enfermo”.

También en 1943 publicó el Dr. George W. Gray en *Harper's Magazine*:

“En 1934 el Dr. Flanders Dunbar y sus ayudantes del Hospital Presbiteriano de Nueva York, empezaron a estudiar la acción de los factores emocionales en enfermedades de dos géneros muy diferentes: las diabetes y las cardiopatías. Bajo la influencia de una crisis emocional, empeoraban los diabéticos y cobraban mayor intensidad los síntomas cardiovasculares.”

“En el Hospital General de Massachusetts, en Boston, el doctor Stanley Cobb y un grupo de clínicos han hecho observaciones parecidas en enfermos con padecimientos tan diversos como el asma, la artiritis y la colitis. Un gran número de estos enfermos vivían en una tensión emocional crónica. El 96% de los enfermos abrigaban motivos de resentimiento, el 75 % vivían abatidos, el 68% padecían de la tortura del remordimiento. Y

era en sus intestinos adonde iba a verterse, turbia y corrosiva, la onda amarga del odio.”

“ Como un gran aporte, la medicina deberá dejar esclarecida la influencia que ejerce la ansiedad en el organismo y suministrarnos técnicas y procedimientos para contrarrestar sus pésimos efectos.”

Modestia aparte, uno se siente orgulloso de participar en ese último e imprescindible objetivo y no sólo en encontrar “las técnicas y procedimientos” (que felizmente ya hemos encontrado), sinó también algo mucho más difícil: que la gran mayoría LAS UTILICE DIARIAMENTE.

Luego de haber logrado aplicarlas en mí mismo, con excelentes resultados, “enloquecí totalmente” y decidí intentar ser el catalizador que “iniciara el proceso”, ya sabía, a la luz de los “casos” citados anteriormente, que la cosa no iba a ser ni fácil ni rápida.

Mas también sabía que en el intento ya lograba de inmediato y para todo el resto de mi vida (con grandes posibilidades “hasta los 120”) “el motivo que generaba y generaría fuerza, salud, optimismo, alegría y felicidad casi permanente.”

Cierto que es necesario combatir la explosión demográfica, pero creo que sería más inteligente lograrlo por medio del control de la natalidad que por medio de los accidentes y las guerras.

*

Posiblemente la única forma de lograr que nos respeten en la calle cuando conducimos un vehículo, es que el vehículo sea de la policía.

+

CONDUCE SONRIENDO

De la vida: Cómo cruzar.

Un día, en una hora de mucho tráfico, llegué a un cruce sin semáforos. Delante mío conducía una señora, sola en el coche, quien no se animaba a “meterse de prepo”.

Por supuesto, detrás mío se formó una larga fila de vehículos, cuyos “pacientes conductores” a los pocos segundos lograron que se pudiese disfrutar de un excelente “concierto cacofónico de bocinas”.

Y, también por supuesto, eso aumentaba el temor y la indecisión de nuestra heroína.

El joven tras mío descendió de su coche y fué a gritarle a la pobre señora. Evidente, esto ayudó... al revés.

Pensé: Estrés. Tensión. Nervios. ¡Enfermedades! ¡Accidentes!

Bajé de mi coche. Me “constituí en Policía de Tráfico” como vimos en muchas películas cómicas. Todos rieron y se distendieron. Conseguí hacele cruzar...
Y Happy End.

+

Cartel en un coche: Cuenta hasta cien. ¡Vos sufrirás una úlcera, no yo!

Los accidentes no “ocurren”. Tienen una causa.

¿Sabías? La parte del vehículo que origina la mayor cantidad de accidentes es la que se sienta atrás del volante.

Nosotros podemos disminuir los accidentes de modo fácil: utilizando nuestros pies. Con solo disminuir la presión que hacemos sobre el acelerador.

De otro modo, es muy posible que nuestro vehículo nos brinde servicios por el resto de nuestras vidas.

¿Sabías? Subir a un coche que conduce un desconocido, es como juntar hongos en el campo y luego comerlos. Nunca sabrás si son buenos o no hasta que es demasiado tarde.

El Dr. Harry de Sylva de la Universidad de Yale demostró, tras seis años de investigación y miles de conductores : el 80,9% nunca sufrió un accidente grave, el 15,1% una sola

vez, y el 4% restante, que sufrió más de uno... ¡fué tan activo y eficiente que logró producir el 36,4 % de todos los accidentes con heridos!

También determinó en dicho estudio que una persona que se vió involucrada en un accidente tiene dobles posibilidades de sufrir otro que a quien nunca le ocurrió. Quien tuvo dos, triplica sus posibilidades y quien tuvo cuatro... ¡siete veces más!

Asímismo se determinó que la cantidad de accidentes es proporcional al grado de nerviosismo y agresividad de cada persona.

El accesorio que más aumenta la seguridad es el espejo retrovisor... cuando por el mismo observas que te sigue un patrullero de la policía.

Muchos afirman que la alta velocidad es la que produce los fallecimientos. Yo, por experiencia personal, puedo afirmar rotundamente que la velocidad no mata. Paso a demostrar lo afirmado.

Personalmente he viajado una vez a más de 220 Km/ph, y aquí donde me ven, sigo vivo y, si tuviera cola, coleando.

Analizado el tema, he llegado a la conclusión que lo que origina las desgracias no es la velocidad, ***sino el repentino cambio de velocidad***, digamos de 220 a cero, como consecuencia de un camión de 50 toneladas o un muro de hormigón.

Un conductor de taxi llega al cielo y San Pedro en persona le atiende y le hace pasar de inmediato, a pesar de la larga fila

que está esperando. Varios sacerdotes y rabinos se quejan ante tal discriminación e injusticia.

San Pedro les explica: Este buen señor, él solito, en cuatro años de trabajar de taxista ha logrado que veinte veces más personas que ustedes en todas vuestras vidas, invoquen a Dios.

Otra falacia: afirman que el tomar bebidas alcohólicas antes de conducir origina accidentes.

También por experiencia personal, ¡he demostrado que eso no es verdad!

Una noche de farra, luego de tomarme varios vinitos, sidra, champagna, y terminando con un buen whisky añejo, salí de viaje.

Por supuesto, trataba de conducir derecho. Trataba, mas el coche cumplía con la vieja canción: “De vereda a vereda...”

Hice un esfuerzo sobrehumano por viajar recto.

Y el accidente se produjo, no por la bebida, sino por la mala suerte: Justo cuando por fin conseguí llevar el coche derecho... ¡había una curva!

TRABAJA SONRIENDO

Nadie, en el último instante de su vida, se arrepiente de que no trabajó más, que no hizo más plata...

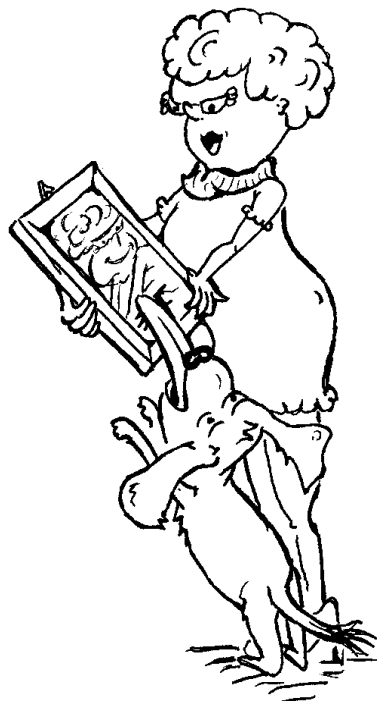
Una señora de “alta sociedad” encargó a un pintor retratista que le hiciese un cuadro.

Terminada la tarea, la dama observó la obra y le dijo indignada: ¡Esta no soy yo! Y se fué furiosa del estudio sin llevarse el cuadro, y por supuesto sin pagar el precio convenido.

El pintor le llamó por teléfono un par de días después y le dijo: “ Estimada señora, ni bien se fué, ví que Ud. tenía razón. Mas en estos días he retocado la obra, y estoy convencido que ahora le agradará. Es más, propongo poner el tema a juicio de su adorable perrito Fido: Si él la reconoce, ¿Qué duda cabe?

Aceptó la dama, llegó el hombre con el cuadro, y no fué más que verlo que el perrito se desesperó por besar el sonriente rostro del cuadro.

Satisfechísima la señora abonó, y el pintor, mientras contaba su dinero pensó: Qué buena idea, “Dar brillo con una salchicha al rostro de de la pintura”.



Las matemáticas, la química de la sangre, la electrónica del organismo humano, en fin, todas Ciencias Exactas, permitieron demostrar más allá de toda duda racional que el uso inteligente de HUMOR, RISA, OPTIMISMO, PENSAMIENTO POSITIVO, PERDON, AMOR Y ALEGRIA DE VIVIR, posibilita al ser humano vivir con más salud mental y física, menos dolores, menos accidentes del trabajo y viales, más creatividad, mejor niveleconómico y social, más amistades, en resumen...

MUCHA MAS FELICIDAD EN LA VIDA. ¡Y LO MISMO NOS LO DICE EL ANTIGUO TESTAMENTO!!!!

Tanto la Palabra en la Biblia, como la Ciencia, nos fueron dados por Dios para nuestro beneficio. También nos concedió el Libre Albedrío.

NOSOTROS PODEMOS DECIDIR QUE HACER....

Sonreír no es solo mostrar los dientes. Es también mostrar el alma.

