

Carta a un hombre joven

Adaptación de
Advice for Young Men
Millennial Woes
20 ago 2023



El trabajo de un hombre consiste en interactuar con el mundo y, de alguna manera, comprenderlo, mantenerlo o mejorarlo. Sean cuales sean tus objetivos, las vías entre tú y ellos son las habilidades. Así pues, todo hombre debe tener tantas habilidades como sea posible. De ese modo, dispone de una multitud de métodos para alcanzar sus objetivos. Esto maximiza sus posibilidades de éxito y también la calidad de su éxito.

En resumen: como hombre, deberías querer ser lo más capaz posible.

Probablemente ya lo sepas. De alguna manera, sabes que deberías ser capaz, y tienes el impulso de ser capaz, y te quemas cuando no eres capaz. Aunque muchas presiones sociales te digan que no te preocupes por esto, lo haces. Carecer de una habilidad concreta puede ser un mero inconveniente, pero carecer de capacidad general es humillante. Te sientes menos hombre, más dependiente de los demás y más necesitado de su aprobación, y con más pánico al futuro.

Algunas personas no lo entienden. Para ellas, las habilidades son útiles, a veces esenciales, pero no una medida de ellas como personas, así que no pueden entender por qué la autoestima de alguien dependería de esas cosas. En consecuencia, te dicen que seas buena persona, que seas amable, que te sientas a gusto contigo mismo, extrovertido y abierto a nuevas experiencias, etc. Son consejos que funcionan para ellas. Como hombres, por supuesto que queremos ser buenos, amables, estar a gusto con nosotros mismos... pero eso nos parece aburrido y poco interesante.

Hay una sensación de conformarse con la persona que uno ya es en lugar de convertirse en lo que podría llegar a ser.

Intrínseco a la masculinidad está el impulso de superar los problemas y vencer los límites, en el mundo exterior a la larga, pero primero vencer los límites que sentimos dentro de nosotros mismos cuando somos jóvenes. El horizonte que debemos explorar para saber adónde nos lleva se refleja en el potencial que sentimos en nosotros mismos: quizá lo sobrevaloremos, quizá nunca encontremos su límite, pero estamos obligados a intentarlo, y nos frustraremos hasta que lo hagamos. Nos urge crecer y transformarnos, y sabemos que eso sólo puede ocurrir con trabajo, sacrificio y esfuerzo. Hasta que no ha habido trabajo, sacrificio, dolor y gloria... no ha habido realmente nada.

Las cosas que nos traen trabajo, sacrificio, dolor y gloria son:

Volverse capaz (adquiriendo habilidades prácticas y aprendiendo a resolver problemas).

Volverse sociable (adquiriendo habilidades sociales y superando obstáculos por primera vez: obtener el título, la incómoda primera cita, mudarse a un nuevo lugar, empezar un nuevo trabajo, negociar un ascenso, etc.)

Volverse resiliente (superando adversidades, problemas, malos hábitos, formas de pensar inmaduras, etc.).

Aunque no creo que la autoestima de un hombre deba depender de su capacidad, creo que para la mayoría de nosotros es así. Estaría bien que pudieras tener, sin esfuerzo, fe en tu valía como ser humano, pero siendo realistas, probablemente eso sólo se materialice -y de forma natural- cuando te sientas seguro de que puedes enfrentarte a la vida. Hasta entonces, tu valía es una incógnita, no está probada, y lo sabes. Los hombres tienen que tratar realmente con el mundo. Las mismas cosas cuya búsqueda nos da trabajo, sacrificio, dolor y gloria, son exactamente las cosas que necesitamos para navegar por el mundo como hombres:

-Habilidades prácticas

-Habilidades sociales

-Resiliencia

Las revisaré una a una.

Habilidades prácticas

Obviamente, las habilidades prácticas diferirán de un hombre a otro. Pero hay algunas que considero beneficiosas para todos los hombres. Si yo empezara ahora, querría tener las siguientes habilidades prácticas, en los niveles especificados, antes de los 25 años:

-Lectura, escritura y expresión oral (nivel lo más alto posible).

-La comunicación es una de las habilidades más esenciales en la vida. Cuanto más clara y concisa sea (tanto oral como escrita), más se te escuchará, respetará y tomará en serio. Es una gran ventaja sobre las personas innecesariamente inarticuladas, que hoy en día son casi todas.

-Aritmética básica (sumar, restar, multiplicar, dividir).

-Buen nivel de investigación.

-Ser capaz de averiguar cosas y aprender por ti mismo te hace mucho más independiente. Es muy "asqueroso" ver a un hombre adulto pedir información a otros antes de intentar hacer él mismo una simple búsqueda en Internet; demuestra una falta instintiva de iniciativa, ya sea por estupidez o por pereza.

-Crear una página web muy sencilla con algunas funciones de JavaScript. [Yo te recomiendo Python]. Recomiendo esto porque es la puerta de entrada más fácil a la programación, que es una habilidad muy útil para desarrollar más adelante.

-Electrónica básica (conectar un enchufe).

-Carpintería básica (construir una mesa, colocar una estantería).

-Fontanería básica (arreglar una cisterna).

-Sastrería básica (remendar ropa vieja).

-Nivel básico de lectura musical y ejecución de piano o guitarra.

-Competencia en lucha física,

Si no tienes esta habilidad, dependerás para tu defensa de los que sí la tienen, serás vulnerable y te sentirás vulnerable, lo que afectará a tu autoimagen, y serás completamente incapaz de proteger a tus seres queridos.

-Presupuesto y administración de tu dinero.

Si tienes todo lo anterior, creo que estarás mejor equipado y serás más autosuficiente que la inmensa mayoría de los jóvenes de 25 años, y podrás hacer frente a casi cualquier problema práctico que te encuentres en la vida. Se puede decir que la educación pública no es seria porque no impone ninguna de estas habilidades, excepto las dos primeras, y ni siquiera es buena inculcándolas.



Además de lo anterior, introdúctete en habilidades aleatorias para las que actualmente no tienes uso: kayak, tiro con arco, caligrafía, investigación histórica, lo que se te ocurra. Como es natural, conocerás tus talentos por lo que se te da bien o, más probablemente, por lo que te atrae. No obstante, trata de extenderte lo más posible. No tienes ni idea de lo que te resultará útil (incluso necesario) más adelante. Por eso debes tratar de reunir los principios de un abanico de habilidades lo más amplio posible. ¿Por qué hacerlo pronto en lugar de esperar? Porque, si ya tienes los principios de una habilidad, será mucho menos intimidante e incómodo desarrollarla más adelante. Incluso si sólo conoces vagamente una habilidad, es infinitamente mejor que si la desconoces por completo. Así que te aconsejo que te conviertas en un "experto" en todos los oficios y retrases el dominio de alguno hasta después de los 25 años.

Eso cubre las mínimas habilidades prácticas. Por desgracia para ti, como joven, también es necesario tener habilidades sociales.

Habilidades sociales

Para los hombres, "habilidades sociales" puede sonar aburrido y femenino. Nos avergüenza, así que queremos descartar el asunto. Hace cincuenta años, probablemente era posible que un hombre pasara por la vida sin desarrollar grandes habilidades sociales, sobre todo si su vida transcurría entre la clase trabajadora masculina, pero ese mundo ya ha desaparecido. Hoy se necesitan habilidades sociales para desenvolverse en una sociedad cambiante, y también si se quiere ascender en la escala social. En los niveles más altos, salir adelante depende tanto de la agilidad social como de cualquier otra cosa.

Si yo empezara ahora, querría tener las siguientes habilidades sociales a los 20 años:

- Cómo hablar con otros hombres.
- Cómo hablar con las mujeres.
- Cómo acercarse a las mujeres y saber ligar educadamente con ellas si es lo adecuado. Saber cuándo es adecuado intentar ligar con ellas.
- Comprender que los hombres y las mujeres son fundamentalmente diferentes.
- Conocer las razones para terminar una relación y cómo hacerlo causando el menor daño posible.
- Cómo negociar y hacerme valer.
- Cómo responder a un hombre que me falta al respeto, se burla de mí delante de los demás, etc.
- Cómo aceptar/recibir críticas.
- La importancia de no encariñarse demasiado con amigos o amantes.
- La importancia crucial de estar dispuesto a transigir ("no dejes que lo perfecto sea enemigo de lo posible").
- El realismo por encima del idealismo (tener objetivos factibles y nunca "esperar lo perfecto").
- La importancia de identificar a los perdedores/parásitos y cortar lazos con ellos.**

Ten en cuenta que, aunque algunas de las habilidades prácticas pueden esperar hasta los 25 años, yo querría tener las habilidades sociales a los 20 años. Esto debería subrayar la importancia de ser socialmente ágil. No pienses, ni por un segundo, que vas a triunfar en el mundo sólo por tu talento, tus pasiones, tu compromiso o tu fiabilidad. Tendrás que ser capaz de navegar por el campo de minas social.



La gente tiende a tener actitudes extremas sobre la socialización de los jóvenes, declarando que "es algo natural" o que "hay que desarrollarlo conscientemente". El problema es que ambas afirmaciones son ciertas, pero para distintas habilidades sociales. Sí, lo más probable es que aprendas ciertas cosas de forma natural por el mero hecho de estar en compañía de otras personas: cómo mostrar un interés cortés por otra persona, cómo mostrar gratitud, cómo mantener una conversación, cuándo abandonar una línea de humor, cuándo sí y cuándo no ser sarcástico, cuándo y cuánto hablar de uno mismo, etc. Pero otras habilidades, en concreto las enumeradas anteriormente, probablemente no te saldrán de forma natural, por lo que tendrás que entrenarlas conscientemente.

En cuanto a su importancia... Creo que en el pasado eran menos importantes, porque las costumbres sociales eran tan omnipresentes que se ocupaban de muchas cosas por ti. La decencia, la honestidad, las actitudes y objetivos comunes... todo ello contribuía a garantizar que los demás no te jodieran y que la sociedad estuviera "en tu onda" y te ayudara. Como resultado, no tenías que preocuparte de mucho más que de tu propio rendimiento personal. Si eras una buena persona y trabajadora, probablemente te las arreglarías en la vida e incluso te iría bien. Hay que darse cuenta de que ahora no es así. Y, donde no hay costumbres sociales, hay que tener habilidades sociales. Esta sociedad es la jungla, y tienes que aprender en quién confiar y en quién no, como también tienes que mantener tu entorno social limpio de mezquindades, empezando por tu familia (dentro), y a salvo de las agresiones (que puedan venir de fuera). Tienes que crear y mantener entornos sociales basados en el trabajo, el estudio, la fraternidad, la libertad y la igualdad, no oprimir ni explotar a nadie y no permitir ni colaborar con la explotación ni la opresión, sobre todo de los más vulnerables.

Resiliencia

Como hombre, quieres ser capaz de enfrentarte a la adversidad, vencer problemas y dificultades y dejar tu huella en el mundo. Todo eso tiene algo de dramático y emocionante. Sin embargo, el lado mundano de la fuerza masculina es la resiliencia. Es la versión cotidiana. Aunque menos glamurosa que el heroísmo, es mucho más importante.



A lo largo de la vida te encontrarás inevitablemente con situaciones que te harán daño e incluso te romperán. Nada de eso es el fin del mundo ni de ti, pero **sólo si eres resiliente**.

¿Por qué inevitablemente te harán daño (o incluso te romperán) en la vida? Porque eres un hombre. Eso significa que intentarás encontrar tus límites y, al hacerlo, puede que los encuentres por las malas. Las cosas que haces para "llegar a ser" pueden costarte más de lo que esperabas. Los esfuerzos que esperabas que fueran fáciles pueden resultar agotadores. Una desgracia aquí o allá puede ser devastadora, y siempre hay alguna desgracia en la vida, algunos acontecimientos imprevisibles, algunos giros equivocados, algunos errores de cálculo.

De nuevo, ninguna de estas cosas tiene por qué ser tu fin. **El antídoto es la resiliencia**.

El aspecto clave de la resiliencia es: **después de una caída, volver a levantarse**. Hay otros, pero ninguno tan importante como éste. Hay varias razones por las que no puedes levantarte después de una caída:

- Te atormenta la vergüenza de haber fracasado (la gente lo ha visto y ahora piensa mal de ti).
- Sientes vergüenza por haber fracasado (otras personas contaban contigo, o hicieron mucho por ayudarte, y les has defraudado).
- Derrotismo / falta de confianza ("Si fracasé una vez, seguro que volveré a fracasar").
- Obsesionarse con el motivo del fracaso. Esto puede llevar a la autocompasión y a la parálisis por análisis.
- Te preocupa no ser capaz de volver a fracasar, que eso acabe contigo, así que es mejor no intentarlo estás al límite: necesitabas ganar, pero has fracasado.
- La depresión se apodera de ti (pérdida crónica de energía, moral, confianza). Ve al médico.
- Crees que los demás te hacen fracasar y que seguirán haciéndolo.
- Venganza, complejo de víctima (obsesionarse con quién le ha hecho fracasar).

De éstas, sólo las dos últimas son legítimas. Pero ten cuidado, porque puede ser una ilusión, una forma de descargar la responsabilidad de tu fracaso en opresores imaginarios. Sin embargo, en el raro caso de que realmente haya personas que te pongan la zancadilla o te saboteen, ni siquiera eso es motivo para quedarte de brazos cruzados: tienes que encontrar la manera de derrotarlas o eludirlas.

Otros consejos para desarrollar la resiliencia:

- Haz lo que te da miedo hacer.
- Identifica las cosas que se te dan bien. Esto puede ser crucial para tu moral: todo el mundo quiere saber que al menos puede hacer algo.
- Aprende las lecciones correctas (p. ej., útiles y verdaderas) de una mala experiencia, no las incorrectas (p. ej., fatalismo, autocompasión, absolutismo).
- Prepárate para vivir experiencias que te enseñen buenas lecciones (por ejemplo, el éxito en lugar del fracaso).
- Date "victorias", es decir, cosas que tienes que hacer y que sabes que puedes conseguir. Esto es útil para la moral durante los periodos bajos. Si estás deprimido, instala esa estantería que has estado posponiendo, arregla ese grifo, y ve al médico, al psicólogo...
- Ahorra dinero. La fortaleza financiera ayuda a la fortaleza psicológica.

En general, la resiliencia es la diferencia psicológica clave entre un niño y un hombre. El niño necesita ayuda externa; el hombre puede resolver sus problemas y curar sus heridas por sí mismo, y sabe cuando pedir ayuda profesional cuando la salud física y mental peligra.

Miscelánea

Otras lecciones de vida, advertencias o perlas de sabiduría que ofrecería:

- Priorizar y volver a priorizar, a diario.
- Mantener una lista de tareas pendientes. Para ello utilizo un canal privado de Telegram, de modo que puedo actualizarla en cualquier momento y sin importar dónde me encuentre.
- Cuando te enfrentes a un problema o dilema complejo, escríbelo todo para tener los distintos factores a la vista y poder manejarlos. (Digo "escribir" pero para ello utilizo el Bloc de Notas del PC.) Es una técnica muy útil.
- Tus emociones no son importantes en sí mismas. Son importantes en la medida en que indican lo que funciona o no funciona para ti. No te obsesiones con ellas, pero intenta comprender qué las provoca y utiliza ese conocimiento de forma productiva.
- Las opiniones de los demás no importan mucho. A los demás les importas mucho menos de lo que crees, así que no te preocupes por si notan algún defecto en ti: no les importa y lo habrán olvidado en 5 minutos.
- Si puedes hacer algo ahora, hazlo ahora.
- Intenta depender lo menos posible de otras personas. Normalmente, lo harás mejor y más rápido por ti mismo. Nunca pierdas el tiempo. Cualquier cosa que te cueste -y todo te cuesta tiempo- también debería beneficiarte.
- La relajación es una necesidad y, por tanto, no es una pérdida de tiempo. Encuentra las cosas que te ayudan a relajarte.
- Aprende a descansar, descansar también es entrenar.
- El conocimiento será útil algún día.
- El apetito crece con la alimentación. No persigas hábitos o intereses que sean malos para ti. La mayoría de los vicios son aceptables con moderación, pero hay que moderarse. Yo recomendaría menos de una hora al día de, por ejemplo, videojuegos o televisión.
- Nunca te endeudes y no tengas tarjetas de crédito. Si las tienes, págalas cuanto antes y no vuelvas a usarlas.
- Nunca te avergüences de pedir consejo a hombres mayores. Antes de los 30, asume que no sabes realmente lo que estás haciendo, porque probablemente no lo sepas.
- Pedir consejo e incluso ayuda es una cosa, pero si no lo intentas antes por ti mismo, los demás hombres desarrollarán desprecio por ti.
- A la hora de hacer un trabajo, lo que importa es el resultado. No te obsesiones con irrelevancias.
- Compra de segunda mano siempre que sea posible (y suele serlo).
- No compres cosas que no vayas a utilizar: no seas consumista, te hará más esclavo del capitalismo.
- La gente que te dice que no intentes superarte, o que debes permanecer en el puesto en el que naciste, probablemente debería ser apartada de tu vida.
- Nadie puede arreglar tu vida por ti. Eres el dueño de tu barco y puedes (casi seguro) manejarlo, a pesar de lo intimidante que suele parecer cuando eres joven. **Eres mucho más resistente de lo que crees.**

Conclusión

Creo que el camino del joven debe ser el llegar a ser tan independiente y útil para los demás, pero tan poco necesitado de su aprobación, como sea posible.

Por supuesto, no alcanzarás ese ideal. Por mucho que te esfuerces, por muchos recursos que tengas y por mucho que te "cuides", seguirás teniendo algunas vulnerabilidades, inseguridades, debilidades, etc. que te son propias y que no puedes superar. Pero eso no es excusa para no intentarlo. Deja que esos defectos den testimonio, no de lo mucho que no pudiste superar, sino de lo mucho que sí superaste.

En la vida, lo más fácil es ser un perdedor. Puedes hacerlo simplemente no intentándolo. También puedes justificar ser un perdedor, aunque eso requiere un poco más de trabajo. En nuestra época, la cultura guía específicamente a los hombres jóvenes para que se conviertan en perdedores: menospreciados por sus compañeros, despreciados por sus mujeres, explotados por los poderosos, tratados como mano de obra prescindible y fácil de sustituir, y olvidados por sus descendientes (si es que los tienen, un objetivo que se desalienta y obstaculiza).

Pero al final, estás aquí en el mundo, y a pesar de toda la mierda de la sociedad actual, sigues aquí, atrapado aquí, así que ¿qué vas a hacer? Probablemente no puedas arreglar el mundo, pero puedes tener una buena vida. Ya creas en Dios, en la Naturaleza, en Gaia, en Odín o simplemente en la suerte o en el Destino... por la razón que sea, has adquirido la existencia, y ésta es la única vida que tendrás. Haz de ella lo que puedas.

Sé capaz. Sé sociable. Vuélvete resistente. Sé, existe, hazte realidad.