



Las lecciones de
JUEGO DE TRONOS
para la vida

SE ACERCA EL INVIERNO

JESÚS NIETO

LIBROS CÚPULA

Índice

PORTADA

SINOPSIS

PORTADILLA

DEDICATORIA

PRÓLOGO

INTRODUCCIÓN

1.^a TEMPORADA

CAPÍTULO 1

CAPÍTULO 2

CAPÍTULO 3

CAPÍTULO 4

CAPÍTULO 5

CAPÍTULO 6

CAPÍTULO 7

CAPÍTULO 8

CAPÍTULO 9

CAPÍTULO 10

2.^a TEMPORADA

CAPÍTULO 1

CAPÍTULO 2

CAPÍTULO 3

CAPÍTULO 4

CAPÍTULO 5

CAPÍTULO 6

CAPÍTULO 7

CAPÍTULO 8

3.^a TEMPORADA

CAPÍTULO 1

CAPÍTULO 2

CAPÍTULO 3

CAPÍTULO 4

CAPÍTULO 5

CAPÍTULO 6

CAPÍTULO 7

CAPÍTULO 8

CAPÍTULO 9

4.^a TEMPORADA

CAPÍTULO 1

CAPÍTULO 2

CAPÍTULO 3

CAPÍTULO 4

CAPÍTULO 5

CAPÍTULO 6

CAPÍTULO 7

CAPÍTULO 8

CAPÍTULO 9

5.^a TEMPORADA

CAPÍTULO 1

CAPÍTULO 2

CAPÍTULO 3

CAPÍTULO 4

CAPÍTULO 5

CAPÍTULO 6

CAPÍTULO 7

CAPÍTULO 8

CAPÍTULO 9

CAPÍTULO 10

6.^a TEMPORADA

CAPÍTULO 1

CAPÍTULO 2

CAPÍTULO 3

CAPÍTULO 4

CAPÍTULO 5

CAPÍTULO 6

CAPÍTULO 7

CAPÍTULO 8

CAPÍTULO 9

7.^a TEMPORADA

CAPÍTULO 1

CAPÍTULO 2

CAPÍTULO 3

CAPÍTULO 4

CAPÍTULO 5

CAPÍTULO 6

CAPÍTULO 7

GUÍA DE PERSONAJES

BIBLIOGRAFÍA

AGRADECIMIENTOS

ÁRBOL GENEALÓGICO

CRÉDITOS

Gracias por adquirir este eBook

Visita Planetadelibros.com y descubre una nueva forma de disfrutar de la lectura

¡Regístrate y accede a contenidos exclusivos!

Primeros capítulos
Fragmentos de próximas publicaciones
Clubs de lectura con los autores
Concursos, sorteos y promociones
Participa en presentaciones de libros

PlanetadeLibros

Comparte tu opinión en la ficha del libro
y en nuestras redes sociales:



Explora

Descubre

Comparte

SINOPSIS

«Se acerca el invierno», «Los Lannister siempre pagan sus deudas» o «El caos es una escalera» son algunas de las frases que han pasado de la serie Juego de Tronos a la cultura popular. Pero ¿qué hay detrás de ellas más allá de lo puramente televisivo para que tengan tanta repercusión y las utilicen millones de personas en los cinco continentes, seguidoras o no de la serie?

Gracias a un minucioso y exhaustivo estudio, este libro revela en forma de lecciones la sabiduría que subyace en las frases y los diálogos de los carismáticos personajes de la serie, convirtiéndose en todo un referente como obra de consulta al alcance de todos para facilitar el autoconocimiento y el desarrollo personal y profesional, algo imprescindible para entender y superar crisis y dificultades, porque, lo admitamos o no, siempre «Se acerca el invierno».

Las lecciones de
JUEGO DE TRONOS
para la vida

SE ACERCA EL INVIERNO

JESÚS NIETO

LIBROS CÚPULA

*A mis padres, Clementina y Jesús,
mi eterno agradecimiento por vuestro
respeto y confianza hacia mis decisiones
y vuestro sacrificio para facilitarme
que pudiera llevarlas cabo.*

PROLOGO

Ciertamente es todo un honor y un privilegio poder plasmar negro sobre blanco algunos comentarios sobre la obra que tienes delante y sobre su autor. En primer lugar, agradecerte a ti, lector, que en los tiempos que corren, donde lo rápido e inmediato prima, hayas decidido dedicar parte de tu tiempo a la lectura. Eso ya es un triunfo. ¡Gracias!

Cuando mi gran amigo Jesús me ofreció la posibilidad de realizar este pequeño prólogo, fue toda una ilusión y a la vez un reto, ya que cuando uno escribe sobre un amigo y más de una obra como la que ha realizado, es difícil no caer en el halago fácil, pero te aseguro que después de releer el manuscrito todavía en caliente, fue imposible no quedar entusiasmado. Así pues, he tratado de ser lo más objetivo posible y espero que una vez termines el libro, querido lector, así lo pienses.

De tal manera, puedo atestiguar que esta obra es un manual maravilloso, muy elaborado y tenazmente trabajado, que no solo entusiasmará a los numerosos seguidores de la saga de *Juego de Tronos*. Si no lo eres y este libro cae en tus manos, querrás y ansiarás ver todas y cada una de las temporadas. Este libro va más allá de lo que puedas pensar a priori, ahonda en aspectos profundos que harán que reflexiones de una manera diferente; las frases y pequeños diálogos te ayudarán a revisar enfoques de tu vida diaria e incluso cambiar alguna perspectiva sobre la misma.

Llevo casi dos décadas dentro del mundo de la educación y orientación escolar. Como terapeuta que trabaja con jóvenes que presentan problemas de conducta, estoy en condición de afirmar que esta obra es absolutamente inspiradora para aquellos que también conviven, trabajan y se implican en la educación de jóvenes y adolescentes. A su vez, es un texto totalmente recomendable para cualquier lector que busque un libro que le entretenga y aporte ideas, pensamientos y puntos de vista nuevos.

Para finalizar, podría definir *Las lecciones de Juego de Tronos para la vida* como una obra fresca y moderna, y aunque relacionada con la saga de *Juego de Tronos*, encaja perfectamente en cualquier otro ámbito, siendo inspiradora y muy recomendable. No te va a defraudar.

Disfrútala tanto como yo la he disfrutado.

*En mi alcoba, a las 6 de la mañana.
El día promete. La vida promete. Saboréala.
Javier G. Vegue*

INTRODUCCION

¿Qué tiene *Juego de Tronos* para haberse convertido en la serie más aclamada de la historia de la televisión? ¿Por qué frases como «Se acerca el invierno», «Los Lannister siempre pagan sus deudas» o «Valar Morghulis, Valar Dohaeris» han salido de la serie y se han convertido en expresiones cotidianas?

He de admitir que, cuando aún no había visto la serie, tenía la idea preconcebida de que se basaba en acción, violencia y sexo. Una vez la comencé a seguir y a valorar por mí mismo, fui consciente de que su éxito reside en que no se trata solo de una magnífica serie; descubrí una trama apasionante, unos personajes carismáticos y, sobre todo, unos diálogos en los que aparecen numerosas frases que condensan una sabiduría y un conocimiento que por sí solas constituyen toda una serie de lecciones para afrontar la vida con éxito. El contenido y desarrollo de estas enseñanzas pueden aplicarse tanto al ámbito personal, al tratarse de aspectos prácticos del *coaching*, PNL, psicología, filosofía, literatura, espiritualidad y el crecimiento personal, como al mundo de la empresa y la gestión de grupos y equipos, por los temas relacionados con el liderazgo, negociación, estrategia, marketing, marca personal, etcétera.

Si eres seguidor de la serie, te divertirás de nuevo desde otro punto de vista al conocer las lecciones que encierra. Descubrirás sentidos y significados ocultos en las frases de los personajes más destacados, que serán comentadas en el contexto en el que las expresaron.

Si no eres seguidor, disfrutarás igualmente de las frases y de su desarrollo, puesto que pondrán a tu disposición conocimientos de diferentes disciplinas que podrás aplicar a cualquier ámbito de tu vida.

Seguidor o no de *Juego de Tronos*, no es necesario que empieces a leer las lecciones de inicio a fin, puedes empezar por la lección que te apetezca y pasarlo tan bien como yo he disfrutado escribiéndolas. Con cualquiera de ellas descubrirás el saber que encierran, al mismo tiempo que despertarán tu curiosidad para seguir aprendiendo acerca de los temas que tratan o cuestionarán lo que ya sabes, ofreciéndote nuevas perspectivas y puntos de vista.

Usa el libro como si de un consejero personal se tratara, léelo, reléelo, ponlo en tu mesilla de noche o llévalo contigo siempre que necesites una buena compañía que te ayude a sortear los obstáculos del día a día en tu particular *Juego de Tronos*.





1.^a TEMPORADA

CAPÍTULO

1

Lección 1

Ned Stark (a Catelyn Stark):
—Se acerca el invierno.

Eddard «Ned» Stark ordena que su hijo pequeño, Bran, también esté presente en la ejecución del miembro de la Guardia de la Noche que ha desertado huyendo de los Caminantes Blancos. A Catelyn, su mujer, le parece que Bran es demasiado pequeño para presenciar una ejecución, a lo que Ned le responde que no será un niño siempre y se acerca el invierno.

Se avecina la llegada del invierno y en Invernalía, los primeros en recibirlo, son conscientes de su crudeza. En Poniente, las estaciones son diferentes a como las conocemos. Allí pueden durar años, por lo que la llegada del invierno es temida por su dureza y es necesario prepararse con antelación y prever las dificultades que pueda conllevar.

Del mismo modo que Ned advierte que se avecinan tiempos duros con la llegada del invierno y hay que estar preparados, previene a su mujer de que Bran, el pequeño de la casa, también debe ir preparándose. El tiempo pasa para todos y cuando deje de ser un niño necesitará tener los conocimientos necesarios para salir adelante.

La actitud precavida de Ned trata de minimizar los riesgos que pueda conllevar la amenaza del invierno. Como si de la fábula de la hormiga y la cigarra se tratara, gestiona los riesgos que pueden producirse. Hay que aprovechar las épocas de bonanza para no sufrir en los períodos de escasez. Más vale prevenir que sufrir posteriormente por no haberlo hecho.

Podemos enfrentarnos a riesgos que supongan amenazas u oportunidades, pero como ocurre con Ned Stark, es necesario ser responsables, preverlos y no improvisar.

Los riesgos se deben administrar estableciendo una estrategia, identificándolos, clasificándolos, analizándolos, previendo su impacto y cómo reducirlo, y responder ante ellos. No asumir riesgos ni prepararse ante ellos, así como confiar su gestión a la persona inadecuada puede tener fatales consecuencias, como posteriormente le sucede a Ned Stark durante su estancia en Desembarco del Rey, desbordado ante riesgos desconocidos para él, contra los que no supo prepararse ni rodearse de las personas adecuadas para sus intereses.

Lección 2

.....

Ned Stark (a Bran Stark):

—El hombre que dicta la sentencia debe blandir la espada.

Un miembro de la Guardia de la Noche parece haber desertado de su puesto en la vigilancia en el Muro, alegando que huía de los Caminantes Blancos. Ned Stark no solo no lo cree, sino que lo acusa de traición a su misión y acto seguido lo ejecuta decapitándolo a la vista de sus hijos para que aprendan de su ejemplo como gobernante.

Ned Stark, señor de Invernalía, aparece desde el principio de la serie como uno de los principales líderes de Poniente. Parte esencial de este liderazgo se basa en que predica con el ejemplo. Como ocurre en el caso de la condena y ejecución del miembro de la Guardia de la Noche, no delega en nadie para que haga lo que él no estaría dispuesto a hacer: dicta la sentencia y decapita al desertor, con lo que demuestra que es el primero en llevar a cabo lo que requiere cada momento. Nadie puede negarse a cumplir con sus obligaciones cuando él es el que las realiza en primer lugar sirviendo de ejemplo de conducta a los demás. Se autoexige como fundamento de la exigencia a los demás.

Por otro lado, tener que tomar la espada para ser el verdugo de su propia sentencia lo obliga a ser consciente de la trascendencia de la consecuencia de la condena y a pasar el mal trago de ejecutar al condenado. A pesar de la crudeza de la decisión, no es un acto que realice alegremente, sino una obligación propia de su condición de líder. Es consecuente con sus decisiones y, por lo tanto, cumple con lo que se compromete a hacer.

El buen líder que es Ned Stark quiere plantar la semilla del liderazgo en su familia, por eso aprovecha cada experiencia para que sirva de lección a sus hijos. En el caso de la ejecución, todos ellos deben estar presentes, incluido el pequeño Bran, porque no hay diferencia entre liderar un grupo y educar a los hijos: ambas cosas se realizan a través del ejemplo y tratando igual a todos.

Ned Stark vuelve a dar una lección de liderazgo a través del ejemplo cuando el rey Robert Baratheon condena injustamente a sacrificar a *Dama*, la loba huargo de Sansa, por las heridas causadas a Joffrey por *Nymeria*, la loba de Arya, que había huido tras atacarlo. Ned no consiente que otros la maten, se ocupa él.

Ned Stark muestra que hemos de hacernos responsables de nuestros actos, tanto si recibimos el castigo, como si lo imponemos; asimismo se gana el respeto por su coherencia. Cumple con su palabra, genera confianza en los que le rodean porque saben que pueden contar con él.

Lección 3

.....

Jaime Lannister (a Cersei Lannister):

—Sus días son muy largos y sus vidas son muy cortas.

Ocurre que no nos conocemos a nosotros mismos y no aceptamos las partes más desagradables. No nos queremos de verdad, solo queremos la parte más bonita de nuestro ser o la imagen que, benévolamente, hemos creado de nosotros, lo que no elimina la parte fea, que sigue existiendo, a la vista de los demás y que precisamente es objeto de ataques, críticas y burlas. Además, cuando actuamos a la defensiva, mostramos nuestras debilidades, así les damos a nuestros adversarios unas pistas valiosísimas sobre nuestro talón de Aquiles, así que conviene no tomarse nada de modo personal para no ponérselo tan fácil.

Queremos ocultar nuestros defectos y debilidades porque está mal visto ser frágil. Aspiramos a tener una imagen perfecta e impecable, como vemos en la publicidad, la televisión, el cine, etc., que no se corresponde con la vida real. Por supuesto tenemos defectos, pero se compensan con nuestras virtudes; somos imperfectos perfectos. Como le ocurre a Tyrion, su escasa estatura se compensa sobradamente con su lucidez e inteligencia.

Para recuperar el poder perdido, tendríamos que conocernos, aceptarnos y querernos íntegramente, con lo bueno y lo malo. No autoengañarnos para, desde la conciencia de qué es lo que tenemos que mejorar, tratar de cambiarlo. Así, cualquier ataque exterior chocará con la roca inexpugnable de nuestra sincera autoimagen y, literalmente, nos resbalará.

Lección 5

.....

Ned Stark (a Jaime Lannister):

—No combato en torneos porque, cuando lucho de verdad, no quiero que se sepa de lo que soy capaz.

Jaime Lannister quiere provocar a Ned Stark, tentándolo a que combata contra él en el torneo que se celebrará por el nombramiento de Ned como Mano del rey Robert Baratheon. El patriarca de los Stark, sin embargo, no coge el guante y rehúsa participar.

Somos exhibicionistas. Nos gusta alardear de nuestras mejores cualidades, de nuestro físico, de lo que queremos presumir ante los demás, como los pavos reales desplegando sus alas tan coloridas y vistosas. Ese es uno de los secretos del éxito de las redes sociales: Facebook, Instagram, Twitter, donde la gente publica fotos de sus vacaciones, sus compras, sus conquistas, sus comidas... Como somos así, también lo somos en las provocaciones y en las disputas. Nos falta tiempo para amenazar, comportarnos como gallos de pelea o como perros ladrones, todo para tratar de impresionar. No caemos en la cuenta de que, mostrándonos tanto, somos muy vulnerables y de que, resistiendo la tentación de responder a una provocación, tenemos tiempo para pensar con la cabeza un poco más fría, para planear y para tener perspectiva. Ni siempre es bueno avanzar, ni retirarse tiene por qué ser síntoma de debilidad.

En lugar de caer en las provocaciones o ser demasiado cautelosos cuando no debemos serlo, sería mejor pasar a la acción con celeridad. En ese caso el factor sorpresa juega a nuestro favor, el golpe imprevisto es el de mayor impacto (no por fuerte, sino porque no lo ves venir), de ahí que se diga que el que da primero, da dos veces.

En el caso de un conflicto, si en lugar de desafiar, gallear, provocar o amagar, concentráramos nuestras energías a la hora de entrar en acción, seríamos mucho más eficaces y contundentes, aparte de no haber desvelado nuestras cartas y nuestros recursos y tener a favor el factor sorpresa. Mejor ser un lobo con piel de cordero inofensivo, que perro ladrador, poco mordedor.

CAPÍTULO

2

Lección 6

.....

Tyrion Lannister:

—Visitarás a lord Stark y a su dama para mostrarles tus condolencias.

Joffrey Baratheon:

—¿De qué les servirán mis condolencias?

Tyrion Lannister:

—Para nada, pero se espera que lo hagas.

Tras la caída del torreón de Bran Stark, que lo deja en coma, Tyrion le pide a su sobrino, el príncipe Joffrey, que presente sus condolencias al matrimonio Stark. Ante la falta de interés de Joffrey, caprichoso y maleducado, la respuesta de Tyrion se asemeja a la de Julio César: «La mujer del César no solo debe serlo, sino también parecerlo». Cuando al emperador le pedían que no se divorciara de su esposa Pompeya Sila, que en una Saturnalia había asistido a una orgía como espectadora, Julio César apeló a la importancia de guardar la compostura, la apariencia y la buena reputación.

En estos tiempos en que se habla de la marca personal como el signo diferenciador de cada persona a través de sus características más genuinas y originales, cualquiera debe cuidar y conservar su reputación al ser parte de nuestra apariencia e imagen. La reputación basada en cualidades como la honestidad, la generosidad, la bondad... hace que nos diferenciamos de los demás y que sea nuestra embajadora, precediéndonos antes de que actuemos y trabajando por nosotros sin que tengamos que hacer más que conservarla y cuidarla, porque como dice el refrán castellano: «Cría fama y échate a dormir».

Lección 7

.....

Tyrion Lannister (a Cersei y a Jaime Lannister):

—Solo quiero subirme a lo alto del Muro y mear desde el confín del mundo.

A los hermanos de Tyrion, Cersei y Jaime, les sorprende que un vividor como Tyrion quiera ir a conocer el Muro y la Guardia de la Noche. Incluso Jaime le pregunta si desea ser miembro de la Guardia.

Tyrion no quiere ir al Muro para formar parte de la Guardia de la Noche. Su curiosidad y avidez de conocimiento son los que le mueven a querer conocer el Muro, la mayor estructura jamás construida, la Guardia de la Noche, comprobar por sí mismo la existencia de los Caminantes Blancos...

La curiosidad es la mejor condición para aprender, como le ocurre a Tyrion. El ser humano es curioso por naturaleza, si no, no hubiera salido de la cueva en el Paleolítico para ir a descubrir otros lugares, intentar otras formas de vida. En el ámbito educativo una de las posibles soluciones a la falta de interés y motivación hacia el estudio es estimular y fomentar la curiosidad, porque aquello sobre lo que los jóvenes sienten curiosidad, lo memorizan, retienen y aprenden mejor. Incluso lo aprendido movido por la curiosidad perdura en la memoria por más tiempo que lo aprendido por obligación o sin la motivación de la curiosidad.

La curiosidad también lleva aparejada una dosis de inconformismo; el que se conforma no sale del entorno que conoce por comodidad, mientras que el curioso no se aferra a lo conocido, ya que considera que hay tanto por descubrir, que merece la pena asomarse a lo desconocido.

Una característica de las personas inteligentes es la curiosidad, de hecho ya se habla de cociente de curiosidad como otra forma de medir la inteligencia, adicional al cociente intelectual y emocional. Las personas con un cociente de curiosidad elevado están abiertas a nuevas experiencias, encuentran emocionantes las novedades y, en consecuencia, se aburren con la rutina. Sus ideas son originales y su desarrollo intelectual y la adquisición de conocimientos se desarrollan a lo largo del tiempo, al estimularse y enriquecerse continuamente con todo aquello que descubren y aprenden.

Decía Albert Einstein que no tenía grandes talentos, sino una gran curiosidad. El desarrollo del talento tiene como punto de partida la curiosidad, dado que primero algo llama nuestra atención, despierta nuestro interés y gracias a eso profundizamos en ese campo.

La curiosidad nos puede conducir a buscar información sobre algo que nos llama la atención, leer libros, formarnos, viajar a países extranjeros y conocer de primera mano otras culturas y en el ámbito laboral, a resolver problemas creativamente, aportando soluciones nuevas, diferentes a las conocidas.

Lección 8

.....

Tyrion Lannister (a Jaime Lannister):

—La muerte es definitiva y la vida está llena de posibilidades.

Tyrion Lannister (a Joffrey Baratheon):

—La muerte es aburrida, sobre todo habiendo tanta animación en el mundo. [2.^a Temporada, capítulo 1.]

Jaime y Tyrion Lannister dialogan acerca del estado de salud de Bran Stark. Parece que las posibilidades de supervivencia del chico son mínimas y, de sobrevivir, quedaría discapacitado, por lo que Jaime piensa que sería mejor que muriera. En cambio, Tyrion discrepa; para él la vida es un campo lleno de posibilidades.

La segunda frase la pronuncia Tyrion al regresar a Desembarco del Rey tras volver de su cautiverio y de la campaña militar de su padre Tywin contra Robb Stark.

A pesar de que Tyrion vive situaciones y circunstancias en las que su vida está en peligro, sobrevive a todas ellas como si fuera un gato con siete vidas, gracias a que tiene la actitud adecuada: confía en sí mismo, busca las oportunidades y el modo de aferrarse a sus opciones de seguir con vida, por remotas que parezcan. No se rinde, siempre encuentra el lado positivo de cualquier situación. Contempla la vida como un escenario lleno de posibilidades.

Hemos escuchado infinidad de veces la expresión «ojalá me muriera» cuando alguien se encuentra sobrepasado por los problemas y preocupaciones, sin reparar en que la muerte no es reversible. No es un botón de *Off* y *On* que sirva para apagar y encender a voluntad, para desaparecer y hacer desaparecer todo cuando las cosas no van como quisiéramos y volver para encontrarnos un panorama nuevo y más alentador.

Contaba el veterano periodista José María Carrascal en una entrevista para el periódico *El Mundo* que las personas mayores no deben centrarse en lo que no pueden hacer, sino en lo que sí pueden: ver el sol, escuchar música, leer... ¡No estar bajo tierra!

Cuando la vida se termina no hay vuelta atrás y se acabó todo: lo bueno y lo malo, lo que estemos viviendo y lo que podríamos vivir. Se acabaron todas las posibilidades.

Al entrar en un cementerio, muchos lo describen como un lugar que transmite paz, cuando lo que ocurre, como dice Tyrion, es que no pasa absolutamente nada tras sus muros, no hay vida y sin vida no puede suceder nada. Si alguna vez estamos afligidos, deberíamos pensar en la definitiva y pesada paz de los camposantos, ya que tenemos la suerte de vivir, con todas las posibilidades que la vida proporciona.

Tyrion es enano, su padre no le quiere, se burlan de él y lo tratan despectivamente a menudo, pero disfruta de la vida, de cada ocasión de saborearla. Sabe que la vida da muchas vueltas y, aunque a veces se ve en situaciones arriesgadas y difíciles, mientras hay vida, hay esperanza. Mientras hay vida, todo puede ocurrir, porque la vida está llena de posibilidades.

Lección 9

.....

Tyrion Lannister (a Jon Nieve):

—Una mente necesita libros, como una espada, una piedra de afilar.
Por eso leo tanto, Jon Nieve.

A Jon Nieve le sorprende que Tyrion lea tanto en un mundo tan poco dado a la cultura y a la instrucción. Tyrion lo hace porque conoce su talento, la inteligencia, y sabe que para alimentar la mente hay que aprender y uno de los mejores medios es leer.

Otro síntoma de la inteligencia de Tyrion es que al saber cuál es su talento se ocupa de cuidarlo y desarrollarlo. Todos llegamos al mundo con un don y nos toca no solo descubrirlo, sino también desarrollarlo. Tyrion demuestra un alto conocimiento de sí mismo, de sus debilidades y sus fortalezas. Trabaja sus cualidades, lo que le da la posibilidad de igualarse con los demás a pesar de sus limitaciones, por eso cultiva la mente, su mejor arma, con libros.

Hay personas que tratan de mejorar sus peores facetas y consiguen pasar de pésimas a mediocres. Además, si te empeñas en pulir tus defectos, dejas de tener tiempo y energía para potenciar tus virtudes. Sin embargo, otras cultivan y mejoran sus talentos y de buenas se convierten en excelentes. Tyrion conoce sus cualidades y defectos; potencia los primeros y minimiza los segundos.

Si pensamos en cualquier genio o persona exitosa en su faceta: pintura, música, deporte... ¿Te imaginas dónde hubiera llegado si en lugar de implicarse en su don se hubiera dedicado a mejorar en lo que no estaba dotado? La respuesta es evidente: no habría alcanzado el éxito.

Aún es peor tener talento y pensar que con poseerlo es suficiente. Mientras unos se autocomplacen solo por el hecho de tenerlo, las eternas promesas, otros se implican para aprovecharlo y llegar tan lejos como puedan. Para mejorar y aprender, es fundamental comprender el papel de la formación continua, algo a lo que Tyrion emplea todo su tiempo libre, aunque sea en los descansos de los incómodos viajes que realiza.

Beethoven, Miguel Ángel, Bernini, Velázquez, Pavarotti, Messi..., cada uno en su ámbito, son genios, gracias a sus talentos innatos, a que se comprometieron con determinación en desarrollarlos. Además, suele ocurrir que dedicarnos a aquello para lo que estamos dotados nos gusta, lo que nos aporta entusiasmo y placer. ¿Qué mejor que convertir nuestro *hobby* en nuestro trabajo? Muy propio de un vividor inteligente como Tyrion, ¿verdad?



CAPÍTULO
3

Lección 10

Cersei Lannister (a Joffrey Baratheon):

—El que no es de los nuestros es un enemigo.

Mientras Cersei Lannister cura a su hijo, el príncipe Joffrey Baratheon, de las heridas que la loba de Arya Stark le ha causado en el brazo, intercambian opiniones acerca de quiénes son sus enemigos y sus aliados, con lo que Cersei concluye que todo el que no es de los Lannister es un enemigo.

Cersei entiende la vida como una guerra; o estás con ella, o contra ella. A pesar de transmitir un tono bélico, una frase parecida aparece en el evangelio de Lucas 11, 23: «Quien no está conmigo está contra mí».

En caso de conflicto, este mensaje permite aclarar el panorama y combatir con mayor eficacia al identificar a los enemigos. Al mismo tiempo, tus partidarios te apoyarán con más fuerza y compromiso.

A Cersei no le importa no gustar a los demás, que la odien. No se puede gustar a todo el mundo; prefiere ser respetada y temida. Para ella la vida es enfrentamiento y sin antagonismo y posturas polarizadas no hay batalla, y sin batalla no hay posibilidad de victoria.

Son muchos los ejemplos a lo largo de la historia que muestran la ventaja de polarizar una situación y definir a los enemigos. Es el modo con el que actuó Hitler para crear una identidad poderosa contra los adversarios que combatía. Sus partidarios, comprometidos con su causa, se convirtieron en verdaderos fanáticos capaces de llegar a cualquier cosa por su líder y sus ideales.

Hay padres que sobreprotegen a sus hijos y evitan que se enfrenten a los problemas y situaciones conflictivas que aparecen en sus vidas, con lo que les privan del desarrollo de la capacidad, estrategias y recursos necesarios para adaptarse al mundo.

Decía Hegel que «el hombre existe solo en la medida en que se le oponen»; otra ventaja de tener enemigos es que estos sirven para medir tus capacidades, son el examen perfecto de nuestra valía en el terreno en el que los enfrentamos. Un enemigo temible saca lo mejor de uno y ser atacado es síntoma de que eres valorado y tenido en cuenta como alguien importante.

Lección 11

.....

Ned Stark (a Septa Mordane):

—La guerra es más fácil que las hijas.

Ned Stark, señor de Invernalía, está acostumbrado a batallar toda su vida: guerras, duelos, luchas... En su traslado a Desembarco del Rey para desempeñar la función de Mano del rey se lleva a sus hijas: Sansa, prometida del príncipe Joffrey, y Arya, rebelde, intrépida y aventurera, con las que tendrá los desencuentros que suelen darse entre un padre y unas hijas adolescentes.

El bueno de Ned no está acostumbrado a lidiar con la educación de sus hijos y tener que convivir con la montaña rusa emocional que es la adolescencia de sus hijas: sus dudas, inseguridades, repentinos cambios de humor y de ánimo, tremendismo... Con razón, Ned casi cambiaría todo esto por los combates a espada, claros y directos.

Quizá el patriarca Stark no se ha parado a pensar en que, sin darse cuenta, está aportando a sus hijas algo más valioso que las palabras: el ejemplo, dado que aprendemos por imitación.

Es un padre modélico, íntegro, honrado, valiente, abnegado en el cuidado y defensa de su familia. Valores y actitudes que sus hijas nunca olvidarán y que les servirán de brújula y referencia en las difíciles situaciones a las que se enfrentarán.

Lección 12

.....

Ned Stark (a Arya Stark):

—Si vas a tener una espada, más te vale saber usarla.

Arya recibe la espada *Aguja* de su hermano Jon Nieve antes de que este parta a la Guardia de la Noche, regalo que le entusiasma, pues a ella le gusta todo lo relacionado con los combates que tanto ansía vivir.

A su padre, Ned Stark, le sorprende en un primer momento que Arya tenga una espada y, aunque es un hombre tradicional, también es inteligente y sabe que la felicidad de sus hijos pasa porque sean lo que quieran ser, así que anima a Arya a aprender a utilizar la espada y le proporciona un profesor particular de esgrima de primer orden como es Syrio Forel.

Todos hemos deseado alguna vez tener algo porque nos encanta y porque creemos que se nos da bien. O decidimos tomar un camino profesional porque pensamos que es nuestra vocación y hemos soñado que nos dedicamos a esa ocupación alcanzando el éxito.

Desear algo y soñar es gratis y sencillo. Otro cantar es emplear bien aquello que tanto anhelábamos tener, aplicarnos con constancia y determinación para llegar al triunfo que tanto hemos ansiado siempre.

Un cuento sufí del mulá Nasrudín muestra cómo la determinación está por encima de cualquier dificultad e inconveniente:

Al pasar frente a una confitería, Nasrudín sintió muchas ganas de comer turrón. A pesar de que no tenía una sola moneda en el bolsillo, entró y se puso a comer. Al cabo de un rato, el confitero le entregó la cuenta, pero Nasrudín no le prestó la menor atención. Entonces, el confitero sacó un palo y se puso a golpearlo sin parar. Al mismo tiempo que recibía los golpes, Nasrudín seguía comiendo. Sonriendo, dijo:

—¡Qué maravilla de ciudad! ¡Qué agradables sus habitantes! ¡A golpes lo obligan a uno a seguir comiendo turrón!

A pesar de no tener dinero y de recibir los golpes del confitero, nada desvía a Nasrudín de su objetivo de comer turrón.

Queramos admitirlo o no, una vez emprendamos un camino, la única vía es ser fiel a la meta marcada y al compromiso adquirido. Como manifestó la campeona olímpica de halterofilia Lydia Valentín en una entrevista: «Estás marcada por un objetivo. Si no lo haces, hay otras que sí lo están haciendo. Son esos pequeños detalles los que te separan de un oro o una plata».

Arya sabe que si quiere combatir bien debe esforzarse, ser determinada y constante. Llegado el momento, más le valdrá saber usar la espada.

Lección 13

.....

Robb Stark:

—¿Qué le estás contando?

Cuidadora de Bran Stark:

—Solo lo que el pequeño señor desea oír.

Robb Stark llega a la estancia en la que la anciana cuidadora entretiene al convaleciente Bran contándole historias. Las de miedo, las que a él le gusta oír.

La frase hubiera sido más precisa cambiando *oír* por *escuchar*, ya que, en general, únicamente escuchamos lo que nos interesa, lo demás, solamente lo oímos como si fuera ruido de fondo.

Nos hablan y en lugar de escuchar y atender a lo que nos están diciendo, nos dedicamos a pensar en lo que vamos a contestar. Parece que la sociedad sufre del famoso trastorno por déficit de atención. No es que no prestemos la debida atención a nuestro interlocutor, sino que estamos más pendientes del móvil que de la persona que tenemos enfrente.

Olvidamos una evidencia que habla por sí misma: si tenemos dos orejas y una boca es para escuchar el doble y hablar la mitad.

Limitamos nuestra escucha al sentido del oído, cuando deberíamos escuchar con los cinco sentidos. Lo que captan los ojos y el resto de los sentidos es tanto o más importante que lo que nos entre por las orejas. Es lo que se denomina *escucha activa*.

Por si fuera poco, caemos en lo que se llama *sesgo de atención selectiva* y *sesgo de confirmación*. El primero consiste en atender solo a la información que reafirme nuestras ideas previas y evitar la que las contradiga, así escuchamos lo que encaja con nuestras creencias, lo que conduce a rodearnos de personas y de fuentes de información de nuestra misma opinión. El sesgo de confirmación indica que una vez formada una opinión sobre un tema, buscamos evidencias de su validez e interpretamos la información que nos llega para confirmarla, aunque no sea verdad, por lo que difícilmente se cambian las creencias sobre el asunto.

Sabiendo todo esto, es lógico que la cuidadora de Bran se ahorre esfuerzos y le cuente solo lo que él quiere oír.

Lección 14

Benjen Stark (a Tyrion):

—Nada de lo que se diga antes de la palabra *pero* cuenta realmente.

Tyrion Lannister dialoga con Benjen Stark, capitán de la Guardia de la Noche, sobre la labor que realiza la Guardia en la vigilancia del Muro y los peligros que hay más allá de este. Tyrion valora la labor de la Guardia, pero cuestiona a Benjen que haya Caminantes Blancos o seres fantásticos al norte del Muro.

No sabíamos que Benjen era un experto en PNL (Programación Neurolingüística). Según señala la PNL, la palabra *pero* es una verdadera goma de borrar que elimina todo lo que hayamos dicho o escrito antes de esta, además de romper todo *rapport* (conexión) con la persona con la que nos estemos comunicando.

Solemos decir algo agradable en la primera parte de la frase y a través del *pero*, la segunda parte anula la primera. No deberíamos decir algo positivo, elogiar a alguien y, a continuación, usar la palabra *pero*, puesto que lo eliminará.

Algo más suaves suelen resultar las palabras *aunque* o *sin embargo*.

Con el uso de la conjunción *pero* se suele recordar lo que se dice después de esta. Más recomendable si cabe es el uso de *y* o *y además*, que permite recordar lo que dijimos antes y después. O bien decir lo negativo en la primera parte de la frase y lo positivo después del *pero*.

CAPÍTULO

4

Lección 15

.....

Varys (a Ned Stark):

—El reino prospera con tales eventos. Dad a los grandes la ocasión de la gloria y a los plebeyos un respiro de sus cuitas.

Durante una reunión del Consejo Privado del Reino, se informa a Ned Stark de los altercados y disturbios que se están produciendo en Desembarco del Rey los días previos a la celebración del torneo para celebrar su nombramiento como Mano del rey. Ned no es partidario de este combate, pero a Varys le parece oportuno festejarlo, porque así el pueblo se distrae de sus cuitas y de sus preocupaciones y se divierte.

Varys conoce bien que más allá de los desórdenes que la afluencia de personas puede causar debido a una celebración, todo evento popular ofrece ventajas para los mandatarios que lo organizan que no se deben desaprovechar.

En torno al año 100 a. C., el poeta romano Juvenal acuñó en su *Sátira X* la locución *panem et circenses* («pan y circo»), expresión que describe cómo en la Antigua Roma se regalaba trigo y se celebraban juegos en el circo romano para ganar poder político y distraer al pueblo de problemas o hechos polémicos que pudieran generar descontento.

Esta expresión se asemeja a «pan y espectáculo», utilizada en Rusia, o a «pan y toros», empleada en España desde finales del siglo XVIII. Actualmente, diríamos «pan y fútbol», vista la popularidad de este deporte, fomentada por los poderes públicos y los medios de comunicación como un entretenimiento útil para canalizar la agresividad de las clases populares y entretenerlas de problemas económicos, políticos y sociales de mayor importancia. De ahí que Varys trate de convencer a Ned Stark de lo favorable de celebrar el torneo que tan poco le interesa.

Lección 16

.....

Arya Stark (a Ned Stark):

—Syrio dice que cada lesión es una lección y cada lección te hace mejor.

Ned Stark encuentra a su hija Arya haciendo equilibrios en una escalera y le advierte del riesgo de caerse y hacerse daño, algo que parece no importarle, puesto que siguiendo los consejos de su maestro de esgrima, Syrio Forel, cada lesión es una lección.

Arya está entusiasmada con las clases de esgrima y todo lo que le enseña su maestro Syrio Forel, por lo que acepta de buen grado todos sus consejos para aprender, aunque corra el riesgo de hacerse daño.

Ante los fracasos y los golpes de la vida, hay una primera lección que aprender: no repetir lo que salió mal (al menos no repetirlo igual, porque el resultado será el mismo). La verdadera lección aparece cuando reflexionamos sobre aquello en lo que nos hemos equivocado y pensamos cómo hacerlo mejor en la siguiente ocasión.

Arya espera no caerse de la escalera, pero si eso ocurriera, parece no importarle demasiado. Le compensa más la lección que trae consigo la caída que el propio golpe. Su actitud y capacidad para ir más allá de la adversidad hace de ella una persona resiliente, capaz de seguir adelante con actitud positiva, perseverancia y tenacidad para recuperarse de los golpes y convertir una circunstancia adversa en una oportunidad.

Para salir adelante después de un infortunio, debemos ver los problemas como desafíos, retos a los que encontrar una solución con nuestros recursos, con creatividad, con la ayuda de los demás. Los contratiempos se pueden tomar como oportunidades para desarrollar nuestras capacidades, pensando con perspectiva que los fracasos nos harán mejores.

El compromiso con uno mismo y con las metas que se deseen alcanzar nos proporciona la fuerza de voluntad necesaria para seguir adelante a pesar de los tropezones que podamos sufrir en el camino.

Centrarnos en lo que podemos controlar y gestionar aumenta nuestro poder. No vale la pena preocuparse, quejarse y ocuparse de lo que está fuera de nuestro alcance, porque nos desgastaremos en vano; tendremos que aceptar las situaciones sobre las que no podemos actuar para no descentrarnos de lo que sí podemos hacer y no pasar a tener una mentalidad victimista.

Lección 17

Jorah Mormont (a Daenerys Targaryen):

—El pueblo reza para que llueva, tener salud y un verano que nunca acabe. Le dan igual los juegos de los grandes señores.

Daenerys Targaryen discute con Jorah Mormont acerca de su hermano, Viserys Targaryen, como legítimo candidato al Trono de Hierro. Daenerys cuestiona que su hermano pueda ser un candidato adecuado, no obstante le preocupa que el pueblo espere, incluso rece para que alcance el trono. Jorah Mormont trata de convencerla de que a la gente corriente le da igual quién llegue al trono, lo que le importa realmente son las cuestiones cotidianas.

No está desencaminado Jorah acerca de las preocupaciones reales del pueblo. Vemos constantemente en los medios de comunicación, redes sociales, etc., cómo los partidos políticos mayoritarios se enzarzan en cuestiones que poco tienen que ver con el interés real de los ciudadanos: mayor o menor autonomía de un territorio, disputas y debates entre líderes políticos, monarquía sí o monarquía no, campañas electorales... cuando lo que en realidad les importa a la mayoría de las personas es saber si llegarán a fin de mes, si podrán afrontar las cada vez más costosas facturas de servicios básicos como electricidad, gas, agua o telefonía, si llegado el momento tendrán unos servicios sanitarios que les salven la vida o les ayuden a recuperar la salud, si encontrarán y conservarán un empleo estable y bien remunerado, si los bancos cumplen su función o se dedican a la usura despiadada, si podrán soportar los cada vez mayores impuestos...

Como le recuerda Jorah a Daenerys, sería más aconsejable poner el foco en las preocupaciones reales de la mayoría, algo que los partidos políticos olvidan al desconectarse del pueblo al que se deben y por el que existen.

CAPÍTULO

5

Lección 18

.....

Tyrian Lannister (a Catelyn Stark):

—Todo el mundo sabe que un Lannister siempre paga sus deudas.

Catelyn Stark ha apresado a Tyrian Lannister al creer que encargó el intento de asesinato de Bran. Tyrian advierte a Catelyn de que su padre estará buscándolo ofreciendo una jugosa recompensa, porque los Lannister siempre pagan sus deudas.

Los miembros de la familia Lannister repiten hasta la saciedad la famosa frase: «Los Lannister siempre pagan sus deudas». Este lema ofrece varios significados. Por un lado, supone una garantía para el que la recibe de que la familia Lannister mantiene las promesas que realiza y las cumple. Por otro lado, es una advertencia seria y firme; nadie pone en duda en Los Siete Reinos que para ellos cumplir sus promesas es un mandato inapelable. Si Tywin Lannister ofrece una recompensa, la pagará sin regatear una moneda; si promete castigar a un enemigo, lo hará.

Los Lannister respetan y hacen respetar los acuerdos a los que llegan con otras partes; en el caso de que los otros no los cumplan, se atenderán a las consecuencias.

Si queremos que nos tomen en serio en las negociaciones, la gente debe confiar en que cumpliremos nuestra palabra. Esta debe ser si cabe más valiosa que el oro. Nuestros actos deben estar en consonancia con lo que hayamos dicho o no seremos tenidos en cuenta, perderemos el respeto de los demás, poder e influencia.

Lección 19

.....

Varys (a Ned Stark):

—Algunas puertas se cierran para siempre y otras se abren a los lugares más inesperados.

Varys acude al despacho de Ned Stark y le pregunta acerca del estado de salud de Bran. Ned le informa de que no volverá a andar, pero su mente está sana, lo que alegra a Varys, que lo considera una bendición y un cambio que puede llevar a Bran a caminos y destinos que de otro modo no habría conocido.

La vida es cambio, como no nos cansamos de oír. También sabemos o deberíamos saber que, como dijo el filósofo Heráclito, lo único permanente es el cambio. Sucede que muchos de los cambios a los que nos empuja la vida no son buscados o intencionados, al menos conscientemente, como le ocurrió a Bran Stark cuando cayó del torreón por el que había trepado al ser empujado por Jaime Lannister.

Una vez ocurrido el cambio, ¿qué es lo mejor que podemos hacer? Podemos resistirnos, negarlo y desgastarnos en una lucha de antemano perdida... no obstante, la realidad siempre se impone y, sin duda, lo que propone Varys es la mejor opción: tomar el cambio como una oportunidad y una puerta nueva que se abre ante nosotros.

Se habla a menudo de salir de la zona de confort o, mejor dicho, de la zona de familiaridad, ese estado y entorno que conocemos y al que estamos acostumbrados, aunque no sea sinónimo de felicidad o realización personal. Si tenemos los objetivos bien definidos y la motivación suficiente, asumir el proceso de cambio nos resultará menos penoso que tener que cambiar *in extremis*, empujados por las circunstancias.

Si bien el concepto de la zona de confort y su salida parece reciente, hay casos en la historia en los que parece que se manejaba de un modo parecido. Según se cuenta, cuando el conquistador español Francisco Pizarro llevaba dos años viajando hacia Perú, padeciendo todo tipo de calamidades, en un momento de descontento de sus hombres, trazó una raya en el suelo con su espada y les anunció que si le seguían y la traspasaban, alcanzarían Perú, las riquezas, la gloria... y si retrocedían, volverían a la miseria de la que venían y conocían. Trece la atravesaron y pasaron a la historia, de los que retrocedieron, nada sabemos.

Algo parecido hicieron Hernán Cortés y Alejandro Magno, los inspiradores de la expresión «quemar las naves». Cortés quemó sus barcos al emprender la conquista de México para evitar todo intento de desistir y volver a casa y el rey de Macedonia hizo lo mismo antes de luchar contra los fenicios estando en una desventaja numérica evidente, para que así sus hombres se entregaran a la lucha con la convicción de que solo empleándose a fondo podrían salir vivos.

Otro ejemplo que podría asemejarse al caso de Bran es el de Isidre Esteve. El campeón catalán de ralis en moto sufrió un grave accidente en 2007 en la Baja Almanzora. Como consecuencia de las lesiones, quedó parapléjico, lo que le ha llevado a convertirse en un magnífico piloto de coches y a participar y acabar en puestos destacados en el durísimo rali Dakar.

La naturaleza también nos ofrece ejemplos de cambio y transformación, como el del gusano que mutará en mariposa o el de los árboles, a los que cuando se les seca la parte que se les daña, dedican toda su energía y sus recursos para que les crezca una rama nueva al lado. Tomemos el ejemplo de los árboles, que al sufrir una desgracia no gastan sus energías en eliminar el sufrimiento, sino en sobrevivir y crear algo nuevo.

Lección 20

.....

Petyr Baelish:

—Os movéis con sigilo.

Varys:

—Todos tenemos algunas cualidades.

El inquietante y ambicioso Petyr Baelish, Meñique, observa a solas el Trono de Hierro cuando aparece en la estancia el discreto y sigiloso Varys, la Araña, consejero de los Rumores, jefe de los pajaritos (espías), para dialogar con él acerca de las intrigas que se traman en torno a la Mano del rey.

Jon Nieve:

—¿Habéis hablado con Tyrion?

Daenerys:

—Es mi Mano.

Jon Nieve:

—Goza hablando.

Daenerys:

—Cada uno goza de su fuerte. [7.^a Temporada, capítulo 3.]

A Jon Nieve no deja de sorprenderle la elocuencia y locuacidad de Tyrion, cualidades que Daenerys conoce de sobra.

Dice acertadamente Varys que todos tenemos algunas cualidades. Justamente, las que nos permiten llevar a cabo nuestra misión en este mundo y en esta vida, facultades con las que venimos «de fábrica». Sin embargo, ¿las conocemos?

La frase «conócete a ti mismo» traducida al latín como *nosce te ipsum*, presente a la entrada del templo de Apolo en Delfos, debería ser el primer mandamiento de la vida de cualquiera que aspire a descubrirse y explorarse para desarrollarse. No podemos desplegar nuestra naturaleza si no sabemos cuál es. Solo desde el autoconocimiento podemos llegar a penetrar en misterios más elevados.

Por otro lado, se puede decir que únicamente es dueño de uno mismo el que se conoce a sí mismo, por lo que supone un excelente consejo para gobernantes: solo los capaces de gobernarse a sí mismos pueden gobernar a los demás.

Reflexionando sobre la respuesta de Varys, esta encaja con lo que, actualmente, se conoce como inteligencia emocional, ya que se antoja necesario conocerse a uno mismo para comprendernos, saber qué nos mueve y qué nos detiene, cuáles son nuestros defectos y virtudes.

Podemos identificar una cualidad usando como criterio la habilidad que tengamos en un ámbito de forma innata. Decía Albert Einstein que todos somos ignorantes, pero no todos ignoramos las mismas cosas; si se juzga a un pez por su capacidad de trepar un árbol, vivirá toda su vida pensando que es un inútil. Otro aspecto que nos da pistas para identificar nuestras cualidades es que poner en juego esa fortaleza nos haga sentir rebosantes de energía, disfrutando

de lo que hagamos y sintiéndonos a gusto con nosotros mismos. La coherencia de nuestros puntos fuertes con nuestros valores y convicciones nos terminará de confirmar cuáles son nuestras fortalezas.

Lección 21

Robert Baratheon (a Ned Stark):

—El miedo y la sangre mantienen la paz.

El rey Robert y Ned Stark discuten en una reunión del Consejo Privado sobre el modo de reinar. Robert ha encargado que se asesine a Daenerys y Viserys Targaryen, únicos supervivientes de la anterior dinastía que ocupó el Trono de Hierro, porque interpreta que su vida puede poner en riesgo su reinado. Ned argumenta que matarlos deshonraría al rey, mientras que Robert replica diciendo que solo con el miedo y la sangre se puede reinar sobre Siete Reinos.

Olenna Tyrell (a Daenerys Targaryen):

—Plebeyos, nobles... no son más que niños, la verdad. No os obedecerán si no os temen. [7.^a Temporada, capítulo 2.]

Daenerys y sus aliados discuten la forma de tomar Poniente. Olenna Tyrell le aconseja que sea contundente usando sus dragones y su ejército porque gracias al miedo que infunda, la obedecerán.

Define el *Diccionario de la lengua española* el miedo como la «angustia por un riesgo o daño real o imaginario». En efecto, el miedo provoca un estado de tensión y sufrimiento que se activa ante lo que entendamos como una amenaza. El miedo tiene por lo tanto una malísima prensa, algo no tan negativo si eres un gobernante, no tienes mejores recursos y tienes que mantener el orden a toda costa.

El miedo paraliza la voluntad de la gente, se contagia como todas las emociones y se extiende creando una atmósfera de terror, empezando por los más débiles y llegando hasta los aparentemente más fuertes. También el miedo se ve favorecido por la imaginación, que agranda cualquier amenaza. Como dice un proverbio árabe: «La victoria no se obtiene por el número de muertos, sino por el número de aterrorizados».

Una vez instalado el terror, no podemos controlar ni librarnos del temor. Por algo se conoció como «El Terror» el período de la Revolución francesa en que los revolucionarios jacobinos dirigidos por Robespierre ejecutaron a miles de personas acusadas de contrarrevolucionarias, con lo que crearon un estado de miedo e incertidumbre que paralizó a sus adversarios.

El hecho de que el rey Robert ordene asesinar a los hijos del anterior rey, Aerys Targaryen, tiene dos objetivos. Por un lado, eliminar la amenaza de otros candidatos legítimos a la corona y por otro, transmitir el mensaje de que sería despiadado con cualquier amenaza al trono.

A pesar de que el rey Robert gobierna Los Siete Reinos, un encargo tan cruel como el de matar a los hermanos Targaryen denota debilidad e inseguridad.

La estrategia del miedo es la utilizada por los grupos terroristas, puesto que como dijo el filósofo, sociólogo y politólogo francés Raymond Aron: «El terrorismo es un acto de violencia cuyo impacto psicológico excede con creces el físico», de modo que los terroristas parecen más poderosos de lo que son, por lo que toda estrategia que quiera contrarrestar los efectos del terror tiene que tratar de frenar y contrarrestar las consecuencias psicológicas que provoca.

Ante actos de terror, el nivel de pánico indicará hasta qué grado ha triunfado el enemigo.

Lección 22

Renly Baratheon:

—No todo el mundo tiene don de manejar la espada.

Loras Tyrell:

—No es un don, ni un regalo. Soy bueno porque me esfuerzo cada día de mi vida desde que pude sostener un palo.

Renly Baratheon, hermano del rey Robert, y Loras Tyrell son amantes. Mientras que a Loras le encanta entrenarse para participar en combates y torneos, Renly desprecia la violencia y le repugna la sangre. A Renly, sus hermanos Robert y Stanis lo califican de blando y débil, algo que achaca a que lo suyo no es el manejo de las armas, destreza que alaba y reconoce a Loras.

Cuántas veces hemos dicho o hemos escuchado «esto no es lo mío, no se me da bien», cuando ni siquiera hemos llegado a intentarlo un número razonable de veces para saber si realmente es así o si nos quedamos a las puertas de destapar el tarro de las esencias, de hacer aflorar nuestro talento.

Es posible que un buen número de personajes públicos y celebridades que admiramos por su talento consigan realizar aquello que nos maravilla sin apenas esfuerzo. La realidad no es tan idílica. El talento que tanto nos asombra y nos deslumbra se ha pulido como un diamante a base de horas y horas de una preparación perseverante, sufrida y agotadora. Han unido unas aptitudes extraordinarias a la actitud adecuada para explotarlas.

Si algo nos interesa, debemos emplearnos a fondo. Después veremos si alcanzamos los resultados que deseamos, si disfrutamos, si nos merece la pena. En el caso de que nos demos cuenta de que no es lo nuestro, no pasa nada. Como dice el escritor Alejandro Jodorowsky, el fracaso no existe, solo es un cambio de camino. Si en nuestro recorrido encontramos un obstáculo y no podemos eliminarlo, no pasa nada, lo sorteamos y continuamos.

Tal vez, el verdadero mérito no consiste en desempeñarnos en algo de manera excelente como artistas, campeones, héroes o santos; más bien en conectar con nuestra esencia para desarrollarla. Convertirnos en instrumentos de algo superior para aportar nuestro grano de arena en la tarea de dejar un mundo mejor que el que nos encontramos al llegar.

Lección 23

.....

Robert Baratheon:

—¿Qué número es más alto, cinco o uno?

Cersei Lannister:

—Cinco.

Robert Baratheon:

—Uno. Un ejército, un auténtico ejército unido tras un caudillo con un propósito.

El rey Robert y la reina Cersei hablan acerca de la amenaza que supone que los Targaryen puedan desembarcar en Poniente y tratar de hacerse con el reino. Cersei trata de tranquilizar a su marido, dado que superan en número a los hombres de los Targaryen. Sin embargo, Robert argumenta que de poco sirve ser mayores en número si los señores súbditos del rey Robert tienen cada uno propósitos diferentes, al contrario que los Targaryen que tendrían el único objetivo de recuperar el Trono de Hierro.

El rey Robert ha sido un buen guerrero y sabe que cuando se trata de alcanzar un objetivo, siempre tienen las de ganar los bandos unidos, con una finalidad clara, un «para qué» definido, unas creencias compartidas y unos ideales y valores extensos, aunque se enfrenten a adversarios superiores en número, pero con diferentes propósitos. Sería algo así como un enfrentamiento entre un «ecosistema» en el que cada miembro desempeña una función en pos del bien común y «egosistemas» en los que el individualismo y los intereses particulares prevalecen.

Cuando se compromete a las personas en una causa, se activa su motivación y se consigue que piensen menos en ellas y más en el grupo. No hay mejor modo de conseguir la unión y mantener la moral de los individuos que hacerlos sentir miembros de un grupo que trabaja por una causa que merece la pena y, como los estados de ánimo se contagian, el entusiasmo se multiplica. Eso los distrae de sus intereses personales y satisface la necesidad de formar parte de algo mayor. Se creará una conciencia de grupo y cualquier conducta egoísta será censurada.

Todos necesitamos creer en algo por lo que valga la pena luchar y para ello, unidos somos más fuertes. La unión hace la fuerza.

Lección 24

.....

Bran Stark:

—Las Islas del Hierro; blasón, un kraken; lema, «Nosotros no sembramos»; Señores, los Greyjoy. Las Rebeliones Fallidas; blasón, un ciervo, un ciervo coronado ahora que Robert es rey; lema, «Nuestra es la

furia»; Señores, los Baratheon. Las Tierras de Occidente; blasón, un león; lema, «Un Lannister siempre paga sus deudas».

Maestre Luwin:

—No. Es un dicho común, pero no es su lema oficial.

Bran:

—Señores, los Lannister.

Maestre Luwin:

—Seguimos con su lema.

Bran:

—No sé cuál es.

Maestre Luwin:

—Los conoces, piensa.

Bran:

—«Nunca doblegado, nunca roto.»

Maestre Luwin:

—Esa es la casa Martell.

Bran:

—«Justo en la ira.»

Maestre Luwin:

—Casa Hornwood.

Bran:

—«Familia, deber, honor.»

Luwin:

—Ese es el lema de los Tully, de tu madre.

Bran repasa con el maestre Luwin los signos identificativos de las casas de Poniente: el nombre de sus dominios, su blasón, su lema... Al llegar a la casa Lannister no recuerda su lema oficial y, ante la insistencia del maestre, prueba a decir los lemas de las casas restantes hasta llegar a la de su madre.

Los lemas de las diferentes casas de Poniente se han ido fraguando a lo largo de su historia, por lo que fácilmente evocan cuáles son las características y el carácter de cada casa. Cada lema habla por sí solo y transmite claramente la imagen que corresponde a sus familias. Por consiguiente, cada lema es parte esencial de la marca personal de cada casa.

Como en la marca personal, los lemas se han creado fundamentalmente gracias a actos significativos repetidos a lo largo del tiempo que han labrado una reputación sólida a sus propietarios.

Aunque no es el lema oficial de los Lannister, la frase «Un Lannister siempre paga sus deudas» transmite de manera inequívoca que si un Lannister promete algo, sin lugar a dudas lo cumplirá. Igualmente, temible es «Oye mi rugido» (su lema oficial, que sí aparece en *Canción de fuego y hielo*, la serie de novelas que han inspirado la serie *Juego de Tronos*), que transmite la imagen de un león fuerte e intimidatorio ante cualquiera que ose cuestionar su liderazgo. Asimismo, el rugido es suficientemente fuerte para hacerse oír sin que nadie malinterprete el mensaje o alegue no haberlo oído.

En el caso de los Greyjoy su lema es «Nosotros no sembramos», coherente con la forma de actuar de esta casa, a la que no le interesa asentarse y echar raíces, sino el saqueo, el pillaje y obtener rápidamente la ganancia fácil del botín.

El de los Baratheon, «Nuestra es la furia», encaja con la personalidad de Robert y Stannis, excelentes guerreros dispuestos a lanzarse sin reservas al combate. Incluso se ajusta a Renly, que no duda en enfrentarse con todo su ejército a su hermano Stannis.

«Nunca doblegado, nunca roto» es el lema de los Martell, que indica la resiliencia del que a pesar de las adversidades se levanta, resiste, aguanta, sigue adelante y no se viene abajo, transmitiendo una confianza absoluta en uno mismo y en sus posibilidades.

La frase que caracteriza a los Tyrell es «Crecer fuerte», que muestra como para ellos lo más importante es el beneficio y el crecimiento de su casa, aunque tengan que dejar sus escrúpulos de lado si aliarse con los poderosos Lannister les reporta ventajas.

Los Arryn se presentan con el lema «Tan alto como el honor», en coherencia con el comportamiento de Jon Arryn, Mano del rey Robert Baratheon, dispuesto a morir envenenado antes de ocultar el secreto de las relaciones incestuosas de la reina Cersei y su hermano Jaime.

El de la querida casa Stark es «Se acerca el invierno», con el que expresan su conocimiento de las adversidades y penurias que trae el invierno de Poniente y la necesidad de prepararse antes de su llegada, al igual que hacen con el resto de las situaciones en las que se muestran prevenidos y previsores.

Como en el caso de los lemas de estas y las demás casas de Poniente, nos conviene encontrar un lema, una frase que de un modo sencillo, directo y original nos presente a los demás, muestre qué ofrecemos y qué se puede esperar de nosotros.

CAPÍTULO

6

Lección 25

.....

Syrio Forel (a Arya Stark):

—No estás aquí, estás con tu problema y si estás con tu problema cuando tengas que pelear, más problemas para ti.

Arya Stark acude preocupada y triste a su clase de esgrima con su maestro Syrio Forel porque su padre ha sido herido y Jory, capitán de la guardia de Invernalía, ha muerto al sufrir un ataque por parte de Jaime Lannister y sus soldados.

Dijo Buda que el dolor es inevitable y el sufrimiento, opcional. Arya sufre por el ataque que ha sufrido su padre y por la muerte de Jory. Arrastra la pena por lo ocurrido y el resentimiento hacia los que lo hicieron. Evidentemente, no tenemos un botón para activar y desactivar las emociones, lo que sí podemos hacer para mitigar las negativas es centrarnos en lo que estemos viviendo en cada momento. Por un lado, deberíamos aceptar la realidad tal cual es, no resistirnos a ella. Hacer las cosas de acuerdo con lo que tenemos en el presente, no según lo que tuvimos o lo que nos gustaría tener. Por otro, es necesario concentrar la atención en lo que nos rodea, en lo que está sucediendo, en lo que estamos haciendo.

El pensamiento sirve para llevar a cabo aquello que pensamos, aunque si pensamos y no podemos realizarlo, sufrimos. Y no solo eso, si en lugar de estar con los cinco sentidos donde tenemos que estar, estamos con la cabeza en otras cosas, en otro lugar, estaremos de cuerpo presente, pero no viviendo lo que tenemos que vivir en ese momento.

Si la atención de Arya no está en su clase de esgrima, pierde poder y recursos de cara al combate, de ahí que Syrio Forel le diga que si está con su problema cuando tenga que pelear, más problemas para ella.

Cuántas veces ocurren accidentes por no estar atentos a lo que deberíamos estar haciendo, por no concentrarnos, por no vivir el presente de la realidad, viviendo en su lugar el que tenemos en la mente.

Cuando nos zambullimos en el aquí y en el ahora, nuestro poder se da en su máxima expresión, nuestra intención y nuestra atención se concentran y somos capaces de cumplir con nuestro objetivo. Si nuestra atención está en pensamientos que poco tienen que ver con la tarea que

estamos desempeñando, nuestro poder disminuye. Como dice una historia japonesa, cuando un aspirante a samurái le pregunta a su maestro qué debe hacer para llegar a serlo, él le responde: «Atención». El joven sorprendido le inquiriere: «¿Solo eso?», a lo que el maestro le contesta: «Sí, atención». El muchacho aún incrédulo demanda: «¿Y qué más?», a lo que el maestro le replica: «¡Atención, atención, atención!».

Nuestra sociedad peca de falta de atención y de presencia plena. Nuestra cabeza no está en el aquí y el ahora. Se encuentra en otro lugar y en otro momento, pasado o futuro, pero nunca en el instante que estamos viviendo. Comemos y chateamos al mismo tiempo perdiendo la oportunidad de disfrutar de la comida, vemos una película y estamos pendientes de WhatsApp o escribiendo en Facebook que estamos en el cine... Como remedio, se han puesto de moda formas de meditación como el *mindfulness* o conciencia plena.

Si concentráramos toda nuestra fuerza física y mental en lo que estemos pensando, sintiendo o haciendo, nuestra energía no estaría dispersa y fragmentada, viviríamos intensamente cada momento y alcanzaríamos con mayor facilidad los objetivos que nos propusiéramos.

Decía Mark Twain: «He tenido muchas preocupaciones en mi vida, la mayoría de las cuales nunca sucedieron». El ahora es el único tiempo en el que podemos actuar. Con nuestra atención concentrada en el presente, en el aquí y ahora, apartamos el miedo de nuestra mente y somos mucho más poderosos.

Lección 26

.....

Petyr Baelish:

—El oro gana las guerras y no los soldados.

Ned Stark:

—¿Y cómo es que Robert es el rey y no Tywin Lannister?

Ned Stark cita a juicio a Tywin Lannister por los crímenes cometidos por su portaestandarte, Ser Gregor Clegane, la Montaña. Petyr Baelish advierte a Ned Stark de lo arriesgado de la decisión, al ser el patriarca de los Lannister el hombre más rico de Los Siete Reinos.

Pensamos a menudo que el dinero todo lo puede, poderoso caballero don dinero, que diría Francisco de Quevedo. Si creemos que el dinero sacará lo mejor de nosotros, nos estamos equivocando.

Como estudiaron científicamente los psicólogos Harry Harlow y Edward Deci, el dinero como recompensa motiva a corto plazo. Lo que motiva y mantiene el compromiso a largo plazo es el placer en el desempeño de la tarea.

A lo largo de la historia han sido numerosos los ejemplos de batallas en las que ejércitos numerosos de mercenarios han sucumbido frente a tropas menos numerosas, pero implicadas en la causa por la que luchaban.

Hay ejemplos recientes como el de Wikipedia, en el que voluntarios comparten su conocimiento ofreciéndolo a los demás en forma de enciclopedia virtual y que eclipsó a Encarta, propiedad de Microsoft. O la NASA, para la que colaboran astrónomos aficionados a la búsqueda de nuevos planetas.

Si, además, se comparte el propósito, el nivel de implicación aumenta. Participar en una causa justa que conecta valores y emociones es garantía de éxito por encima de cualquier recompensa material.

CAPÍTULO

7

Lección 27

.....

Tywin Lannister (a Jaime Lannister):

—El león no se preocupa por las opiniones de la oveja.

Tywin Lannister le reprocha a su hijo Jaime que no rematara a Ned Stark cuando este fue herido por la espalda en la reyerta en la que se enfrentó la guardia de Ned contra la de Jaime. Este alega que haber matado a Ned Stark no habría sido limpio, sin embargo, Tywin recrimina a su hijo que se preocupa demasiado por las opiniones de los demás.

Vivimos angustiados por las opiniones y juicios que hacen los demás de nosotros. Si nos alaban, nuestra moral sube como la espuma; si nos critican o hablan mal de nosotros, nos hundimos en la miseria sin remedio. Nuestro estado de ánimo parece una montaña rusa, no tenemos término medio.

La causa de que esto nos ocurra es la falta de autoestima. No nos queremos y depositamos nuestro valor en el exterior, en los demás, y si no está en nosotros, no nos pertenece y cualquiera puede apropiárselo y hacer con él lo que desee. Nuestro valor parece a veces un valor bursátil: si hacemos algo que les gusta a nuestros prójimos, sube; si no es así, desciende a números rojos. Y sufrimos. Mucho.

¿Qué podemos hacer para solucionar este problema? Querernos, trabajar nuestra autoestima e ignorar un poco a los demás, que el exterior no nos afecte. Tampoco es conveniente pasarse de la raya y convertirse en un arrogante. Como dice el viejo aforismo castellano: «Nadie es más que nadie», o como dijo don Quijote: «No es un hombre más que otro, si no hace más que otro». En la virtud, como en tantas cosas, reside entonces el término medio.

Cuentan que en la Antigua Grecia, el filósofo Diógenes de Sinope o Diógenes el Cínico se fue a vivir a un tonel para seguir la misma vida de los perros, que para él eran su modelo de conducta. De hecho, el adjetivo *cínico* viene de *kynikos*, que tiene como origen la palabra *kyon*, «perro» en griego antiguo. Defendía Diógenes que debemos vivir como los perros, hacer lo que nos apetezca sin esperar la aprobación de los demás. A Diógenes le pusieron el apodo de el Perro y como tal se comportó en un banquete en el que le arrojaron huesos y carne, orinando sobre ellos.

El mismo Alejandro Magno fue a buscar a Diógenes y le hizo esta propuesta: «Tú, Diógenes, pídemme cualquier cosa, ya sean riquezas o monumentos, y te lo concederé», a lo que el filósofo respondió: «Apártate, que me tapas el sol». También le dijeron: «¡Ay, Diógenes! Si aprendieras a ser más sumiso y adular más al emperador, no tendrías que comer lentejas», a lo que Diógenes contestó: «Si tú aprendieras a comer lentejas, no tendrías que ser sumiso y adular al emperador».

Las reacciones externas son solo información que no debemos tomar como algo personal. En lugar de afectarnos, es más útil ser prácticos y aprovechar ese *feedback*.

Aprendamos de Diógenes, vivamos más nuestra vida y no la que quieren los demás. No se puede gustar a todo el mundo. Como diría Alaska, ¿a quién le importa?

Lección 28

Tywin Lannister:

—Te daré la mitad de nuestras fuerzas, treinta mil hombres. Los conducirás a la casa de la infancia de Catelyn Stark y le recordarás que los Lannister pagan sus deudas.

Jaime Lannister:

—No sabía que concedieseis tan alto valor a la vida de mi hermano.

Tywin Lannister:

—¡Es un Lannister! Será el más bajo de los Lannister, pero es de los nuestros y cada día que pase prisionero, nuestro apellido inspira menos respeto.

Catelyn Stark, la mujer de Ned Stark, ha cogido prisionero a Tyrion Lannister. Aunque es el hijo despreciado de Tywin Lannister, este encarga a Jaime, su hijo favorito, que vaya con buena parte de su ejército a rescatarlo.

Aunque Tywin Lannister no soporta a su hijo Tyrion, da una valiosa lección con su decisión de no escatimar medios para recuperarlo. Pertenecen a la casa Lannister, rica y poderosa, y si uno de sus hijos permanece prisionero de sus enemigos, cada día que pase, el nombre de su familia y su reputación se devalúan. Esta enseñanza es aplicable al mundo de la empresa. Muchas empresas se confunden pensando que lo que importa es obtener el mayor beneficio posible, a costa incluso del cuidado de sus empleados, cuando los mejores cimientos para crecer se crean atendiéndolos y mimándolos, lo que redundará en mayor productividad, implicación, sentido de pertenencia, valor e imagen de la empresa. Es lo que suele llamarse el salario emocional que favorece que el trabajador se sienta reconocido y recompensado. Los valores generan valor. A su vez, quien es bien tratado suele tratar bien a los demás. Como dice el dueño de Virgin, Richard Branson: «Los clientes no son lo primero, lo primero son los empleados. Si cuidas de tus empleados, ellos cuidarán de tus clientes».

Cada gesto cuenta y más aún si tiene que ver con las personas que nos rodean y son importantes para nosotros. No se puede ser negligente en lo más importante: las relaciones personales. Como suele decir Antonio Pérez, secretario general del sindicato Fetico, cada gesto cuenta, cada detalle marca la diferencia y, por insignificante que parezca, importa.

Tywin Lannister proporciona otra valiosa lección: al proteger y defender a los suyos les demuestra a ellos y a los demás que su equipo es su familia; no permite que nadie los menosprecie o los ataque, porque si eso ocurre empleará todos los medios para salvar a los suyos y escarmentar al agresor. Envía el mensaje de que son intocables y refuerza la identidad del grupo, porque ser un Lannister les hace diferentes y fuertes frente a los demás. Asimismo, los miembros de la familia Lannister saben que Tywin no los abandonará en ninguna situación.

Lección 29

.....

Tywin Lannister (a Jaime Lannister):

—El apellido de la familia es lo que pervive, es todo cuanto pervive. Ni la gloria personal, ni el honor: la familia.

Tywin Lannister le recuerda a Jaime la importancia de ser contundente contra cualquier amenaza y velar por los intereses de la familia Lannister para que continúe siendo la más poderosa y temible en el futuro.

Para el patriarca de los Lannister, que su familia siga manteniendo su posición de poder está por encima del honor, la gloria y cualquier aspiración personal.

Siendo el nacimiento de las empresas posterior a la época en que se desarrolla *Juego de Tronos*, Tywin Lannister muestra una mentalidad corporativa en pos de la continuidad de la situación privilegiada e influyente de su familia. Hoy en día vemos cómo el interés de las grandes empresas está por encima del de sus empleados, así como ha ocurrido a lo largo de la historia con las grandes dinastías y linajes: la familia Medici, Borgia, Tudor, Habsburgo, Borbones...

Tywin Lannister es un hombre controlador que ama el poder y usa cualquier medio para alcanzar sus fines. Su forma de proceder se asemeja a la de don Vito Corleone en *El Padrino*. Nada importa más que sus objetivos. Como su fin es que su familia siga siendo poderosa, trata de transmitir esa visión de empresa a Jaime, su hijo predilecto. Tener una visión y un propósito claros en cualquier empresa orienta a los empleados. Asimismo, les hace saber los valores y la mentalidad que deben tener para continuar en la posición hegemónica que disfrutaban.

No solo le comunica la visión y los valores de la familia, sino que, además, lo empuja a ponerlos en práctica yendo al rescate de su hermano Tyrion, ya que si lo que se predica no se cumple, pierde efecto y la familia se desprestigia.

Lección 30

.....
Petyr Baelish (a Ros):

—Solo reconociendo lo que somos, obtenemos lo que queremos.

Petyr Baelish le explica a la prostituta Ros cómo trató de conseguir a través de un duelo a Catelyn Stark, de la que siempre ha estado enamorado. Debido a la mayor fortaleza de su oponente perdió el duelo, pero se dio cuenta de que para alcanzar sus objetivos tendría que hacerlo siendo lo que es, con sus cualidades.

Petyr Baelish es un personaje inteligente y a través de la derrota en el duelo contra Brandon Stark, hermano mayor de Ned Stark y pretendiente de Catelyn, aprendió que no podía vencer con armas que no fueran las suyas. Baelish no es fuerte físicamente, pero es inteligente, frío, calculador e individualista, peculiaridades que usa en cada momento para medrar en la corte.

Nos rodean a veces personas brillantes o que al menos tienen cualidades que no tenemos y nos gustaría tener. Esa admiración puede llevarnos a la envidia de querer tener lo que no tenemos y ser lo que no somos y pensar erróneamente que podemos llegar a ser como ellas por imitación, incluso llegar a tener el atrevimiento de lanzarnos a vivir con las características y actitudes que no son nuestras. Un genio que tratara de ser alguien diferente solo sería un mediocre.

Mejor nos irá si usamos nuestras aptitudes y destrezas. La autenticidad es el camino para lograr el reconocimiento de los demás y alcanzar los objetivos que nos proponemos porque lo auténtico forma parte de lo cierto y lo verdadero, tal y como es, sin engaños ni burdas imitaciones.

CAPÍTULO

8

Lección 31

.....

Syrio Forel:

—¡Derecha, derecha! Estás muerta.

Arya Stark:

—Has dicho derecha, pero has ido a la izquierda.

Syrio Forel:

—Y ahora tú eres una chica muerta.

Arya Stark:

—Porque me has engañado.

Syrio Forel:

—Mi lengua lo ha hecho, mis ojos gritaban la verdad.

Durante una lección de esgrima, Arya se enfada con Syrio Forel porque la ha engañado diciéndole que cubriera su flanco derecho, cuando, en realidad, ha atacado donde estaba mirando, a la izquierda.

Pensar que al comunicarnos el núcleo del mensaje nos llega por las palabras supone descuidar la información que nos da el lenguaje corporal, mucho más fiable. No debemos olvidar que seguimos siendo animales dominados por reglas biológicas que controlan nuestras acciones y reacciones, que se reflejan en los gestos y el lenguaje del cuerpo. Al perder esto de vista, nos encontramos más de una vez diciendo una cosa, mientras nuestro cuerpo dice la contraria.

Ante la duda entre lo que decimos con nuestras palabras y con nuestro cuerpo, la verdad siempre está del lado de este. Podemos preparar un discurso perfecto que se puede desmoronar en un segundo por un gesto, una expresión, un movimiento, una mirada, etc., que no sea coherente con lo que estamos diciendo.

Como siempre, la coherencia también es la clave para comunicar con eficacia. En la escena de la lección de esgrima, Syrio avisa de un ataque por un lado, sin embargo, su mirada es la que informa correctamente del lado por donde atacará, tal como hacen los delanteros al mirar por qué

lado lanzarán el penalti mientras se preparan para ejecutarlo. Da igual lo que digamos, porque si no es coherente con lo que nuestro cuerpo comunica, el mensaje no verbal siempre gana.

Tal vez no podamos saber qué piensa alguien a través de su lenguaje no verbal, pero este nos permite deducir cómo se siente, cuáles son sus intenciones, información más fiable que las palabras.

Lección 32

Theon Greyjoy:
—¿Tienes miedo?

Robb Stark:
—Creo que sí.

Theon Greyjoy:
—Bien.

Robb Stark:
—¿Por qué está bien?

Theon Greyjoy:
—Significa que no eres estúpido.

Cuando Robb Stark, primogénito de Ned y Catelyn Stark, conoce la noticia de que su padre ha sido detenido y se encuentra prisionero de los Lannister, decide declararles la guerra y acudir a Desembarco del Rey, no para jurar lealtad al nuevo rey Joffrey, sino para liberar a su progenitor, a pesar del temor y la inseguridad que le supone ponerse al mando de las tropas por primera vez.

Tyrian Lannister (a Daenerys Targaryen):

—¿Tenéis miedo? Bien, ahora se juega la gran partida y la gran partida es aterradora. Los únicos que no temen el fracaso son los locos como vuestro padre. [6.^a Temporada, capítulo 10.]

Tyrian reflexiona con Daenerys acerca del temor que puede provocarle la decisiva campaña que están a punto de comenzar para tomar Poniente y hacerse con el Trono de Hierro.

Aparecen cada vez más a menudo mensajes utilizados por algunos autores de obras de crecimiento personal y *coaches* del estilo «desafía tus miedos», «libérate del miedo que te limita y te impide tener una vida plena», etcétera. Como si fuera tan fácil.

Para nuestra tranquilidad, tenemos que asumir que tener miedo en ciertas situaciones es algo natural. El miedo se activa cuando pensamos que algo es peligroso y cuanto más pensamos en ese peligro, más miedo tenemos. Por eso y para enfrentarse al miedo, Robb Stark y Daenerys deciden pasar a la acción, que es el mejor antídoto contra el miedo.

Normalmente, cuando no pasa nada extraordinario en nuestras vidas, no tememos nada; solemos encontrarnos entonces en la zona de confort o familiaridad. Ni crecemos, ni avanzamos y si surge alguna novedad que implique salir de esa zona, surge el temor, la sensación de angustia que se produce ante la percepción de una amenaza, que no se va por sí solo, sino todo lo contrario, aumenta si pensamos en él y no hacemos nada. Sería algo así como preferir la infelicidad a la incertidumbre. Por lo tanto, el mejor modo de acabar con el miedo es afrontar con la mejor actitud la tarea que hay que abordar y empezar a hacer eso que tanto tememos. Se permite tener miedo, pero hay que pasar a la acción en cualquier caso, porque no emprender algo por miedo es estar derrotado de antemano. Además, la acción alimenta la confianza y la indecisión, la pasividad, el miedo. Como dijo Krishnamurti: «Haz lo que temes y el temor morirá».

Decía Nelson Mandela que el hombre valiente no es el que siente miedo, sino el que lo conquista. La diferencia entre el cobarde y el valiente es que este último mira de frente al miedo y se dirige hacia él, mientras que el primero esconde la cabeza bajo el ala como el avestruz, esperando ingenuamente que desaparezca al no verlo. Robb Stark tiene miedo, pero no le paraliza, le hace frente y asume el reto de enfrentarse a los poderosos Lannister. Del mismo modo, Tyrion hace ver a Daenerys que tener miedo antes de iniciar su viaje a Poniente, con lo que conlleva, es algo natural. Como también le dice a la joven Targaryen que solo los locos como su padre no tienen miedo al fracaso. No es necesario estar loco como su progenitor para no sentir el temor al fracaso, está permitido experimentarlo, pero una vez se pasa a la acción, se tiene que hacer con total determinación y fe en la victoria; cualquier fisura en esa certeza solo traería inseguridad, vacilación y debilidad, que son garantía de fracaso. Por eso se dice que el que teme perder, ya está vencido.

De nada sirve tener miedo al miedo, solo teme no atreverte. Cada vez que afrontes el miedo, te sentirás más fuerte, más confiado y con más recursos para enfrentarte a los desafíos. Más allá del muro del miedo, está lo que quieres alcanzar, y en el peor de los casos, como dice el filósofo José Manuel Lorenzo, «siempre es mejor un no que una duda».

Lección 34

.....

Gran Jon (a Robb Stark):

—No esperes nada de Walder Frey y no te llevarás sorpresas.

Robb Stark necesita cruzar las tierras de Walder Frey para seguir su campaña contra los Lannister y continuar camino de Desembarco del Rey para rescatar a su padre. Gran Jon, uno de sus leales, le recomienda que no se fie de Walder Frey, a pesar de que es abanderado del abuelo de Robb.

Aunque todos parecen desconfiar de Walder Frey, Robb Stark aún parece tener esperanzas de que colabore con su causa dejándole el paso franco. Nos ocurre en ocasiones lo mismo que a Robb: depositamos en el exterior anhelos, esperanzas que muchas veces no se cumplen porque chocan las expectativas de nuestra mente con la realidad, que siempre se impone.

Debemos mentalizarnos de que nada ni nadie del exterior nos dará la verdadera felicidad. Como dijo Jonathan Swift: «Dichoso el que no espera nada porque siempre estará satisfecho». Hemos de sentirnos plenos con lo que somos y con lo que podemos hacer por nosotros mismos. Es muy peligroso hipotecar nuestra dicha a que los demás nos den lo que queramos cuándo y cómo deseemos. Nadie nos puede salvar ni hacer felices, si no nosotros. El que nos prometa la felicidad o es un ingenuo bienintencionado o alguien peligroso que quiere aprovecharse.

Cuando alguien nos decepciona, no nos decepciona la persona, si no las expectativas que teníamos acerca de cómo creíamos o deseábamos que se comportara. Suponemos que todo será como queremos, en cambio, la realidad es que nada está garantizado ni que tu pareja sea tu mayor apoyo las veinticuatro horas del día ni que tu familia te arregle tus problemas ni que tus amigos estén disponibles como si fueran una farmacia de guardia. Además, depositar unas expectativas muy altas en los demás es un modo de coacción, algo así como la obligación de que cumplan nuestros deseos, una forma de coartar su libertad.

Si recibimos algo de los demás, que sea porque actúan libremente, de corazón, no porque estemos empujándoles a que lo hagan. No esperes nada de nadie, espéralo todo de ti.

Lección 35

.....

Maestre Aemon (a Jon Nieve):

—El amor es la muerte del deber. [...] Todos cumplimos nuestro deber, cuando no nos cuesta trabajo.

El maestre Aemon y Jon Nieve dialogan acerca de los sacrificios y renunciaciones que conlleva pertenecer a la Guardia de la Noche: no poder tener relaciones con mujeres, no tener hijos, pasar el resto de la vida formando parte de la Guardia...

Pasamos la mayor parte de nuestra vida ocupados, gran parte de ese tiempo de nuestros mejores años no nos queda más remedio que dedicarlo a trabajar. Por eso es conveniente que los jóvenes orienten sus estudios a aquellas materias que más les gustan, con las que disfrutan y se sienten felices y realizados, así al introducirse en la vida laboral recibirán un sueldo por hacer lo que aman, como predica la frase «elige un trabajo que te guste y no tendrás que trabajar ni un día de tu vida», ya que entonces el trabajo se convierte en fuente de gozo y no en una pesada carga.

Pero ¿qué ocurre si aun teniendo una vocación definida no te puedes dedicar a ella? Hay que vivir y todo el mundo necesita un trabajo que al menos cubra sus necesidades primarias. Si nos encontramos ante esta tesitura, habría que usar la filosofía de la frase «haz lo que amas y ama lo que haces», especialmente la segunda parte de esta. No siempre se puede hacer lo que se quiere, muchas veces solo se puede hacer lo que se debe. Entonces entra el juego, no la pasión, sino la actitud y la voluntad. El reto es encontrar el encanto a lo que nos toca hacer, darnos cuenta de que todos los trabajos son dignos y necesarios y de que el más importante y el mejor es el que se hace con amor, porque incluso en los trabajos vocacionales encontramos tareas arduas y desagradables y, como en la vida, la diferencia la marca el amor con que las hagamos.

CAPÍTULO

10

Lección 36

Maestre Pycelle (a Ros):

—Ganar un reino y regir un reino son cosas muy distintas.

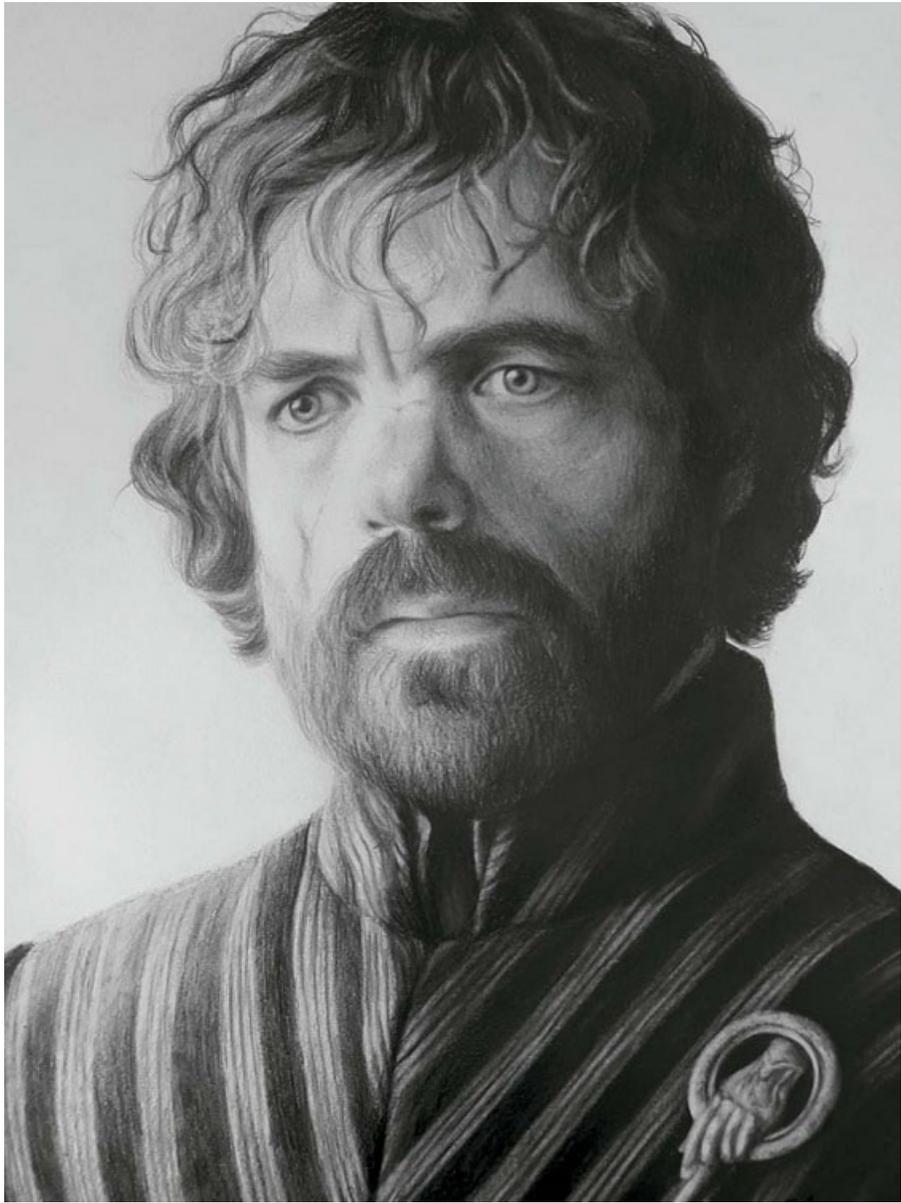
El maestre Pycelle reflexiona con Ros acerca de los reyes que ha conocido durante su vida. De Robert Baratheon piensa que fue un gran guerrero, pero un mal rey.

Siempre se ha dicho que es más fácil llegar al poder que mantenerse en él, conseguir un logro que conservarlo y prolongarlo. Algo así como el ejemplo de lograr una conquista amorosa y conseguir que perdure.

Alcanzar el poder se puede lograr por muchas razones: un golpe de suerte, razones hereditarias, caer en gracia, la victoria en una guerra... Lo difícil viene después, perdurar en el gobierno cuando los peligros evidentes y ocultos acechan, las tareas se multiplican y hay subordinados y ciudadanos a los que regir ecuanimemente.

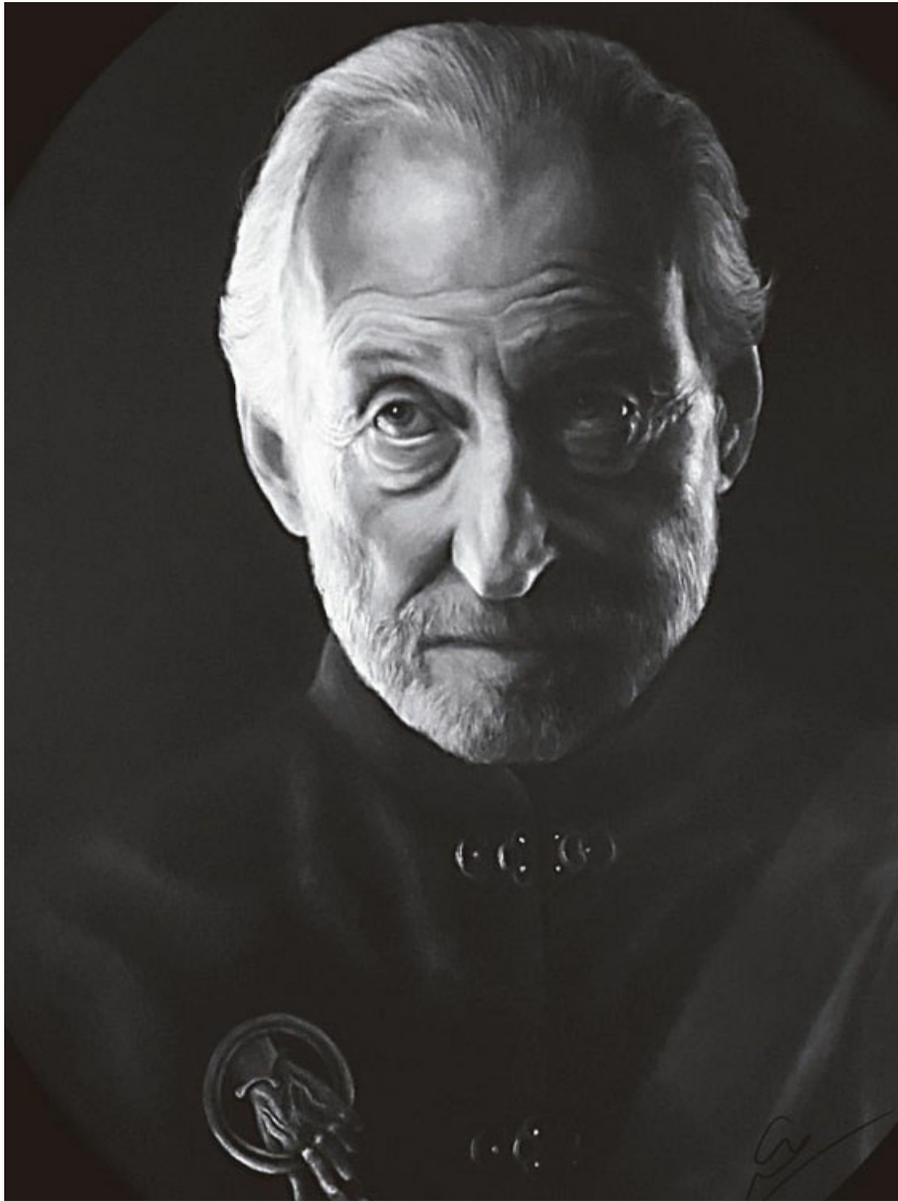
Son muchos los ejemplos de gobernantes que alcanzaron el poder y lo perdieron con la misma rapidez con la que llegaron a él. Otros fueron titulares del poder simbólicamente, porque eludieron sus responsabilidades, dejándolas en manos de consejeros y ministros, como sucedió en tiempo de los validos de reyes como Felipe III, Felipe IV, Carlos II o Carlos IV, con funestas consecuencias. Algo parecido le ocurrió al rey Robert, más preocupado por la caza, el vino, la comida y las mujeres que por ejercer el trono.

Para gobernar hay un repertorio de consejos que bien podrían haberle servido al rey Robert y a cualquiera que alcance el poder. Cicerón indicaba que un gobernante debía ser íntegro, inteligente, lúcido, buen orador y negociador. El práctico Maquiavelo recomendaba que el príncipe se transformara en zorro y en león, porque el león no sabe protegerse de las trampas, ni el zorro de los lobos. Hay, pues, que ser zorro para conocer las trampas y león para espantar a los lobos. También aconsejaba ser y mostrarse piadoso, fiel, humano, recto y religioso, pero estar dispuesto a irse al otro extremo si fuera necesario.









2.^a TEMPORADA

CAPÍTULO

1

Lección 37

.....

Sandor Clegane, «el Perro» (a Joffrey Baratheon):

—Lo que se siembra el Día del Nombre se cosecha todo el año.

El Día del Nombre se celebran duelos para entretenimiento de los reyes. Ser Dontos Hollard aparece borracho en el que le corresponde participar y el sádico rey Joffrey ordena ahogarlo bebiendo vino. Sansa Stark le advierte que da mala suerte matar a un hombre en el Día del Nombre, lo que confirma Sandor Clegane, el Perro, previniéndole de que lo que se siembra ese día se cosecha todo el año.

Jaquen H'ghar (a Arya Stark):

—Un hombre paga sus deudas.

Arya salvó la vida de Jaquen H'ghar y dos de sus compañeros cuando iban camino del Muro para formar parte de la Guardia de la Noche. Casualmente, Arya y Jaquen se encuentran en Harrenhal y él le dice que al haber salvado tres vidas se las robó al dios Rojo y han de devolverlas porque solo la muerte puede pagar la vida. Según el misterioso Jaquen, un hombre paga sus deudas y debe tres vidas al dios Rojo, por lo que le pide a Arya que le dé tres nombres y él los matará para saldar la deuda.

Dice la ley del karma, que manejan religiones como la budista y la hinduista, que a cada causa le corresponde un efecto de la misma naturaleza. Sería entonces como si nuestros actos tuvieran un efecto bumerán y nos vinieran devueltos con sus consecuencias. Como si fuéramos campesinos, cosechamos lo que sembramos o como dice el refrán: «El que siembra vientos, recoge tempestades». Una especie de ley de causalidad o de acción-reacción. No hay por lo tanto ningún fenómeno que se genere por sí solo, sino que siempre hay detrás una causa que lo provoca.

Al fin y al cabo, *karma* significa etimológicamente «hecho» o «acción». No hay entonces lugar para la casualidad. Así nos afectaría positivamente o negativamente a lo largo de nuestra vida. Aunque la idea de karma no pertenece a la tradición cristiana, la Biblia advierte en Romanos 13, 8: «No debáis nada a nadie».

Joffrey es un sádico despiadado que no piensa en las consecuencias de sus atrocidades, aunque Sansa y el Perro le advierten de los efectos que puede tener matar. Jaqen es consciente de la responsabilidad de sus acciones y de lo que conlleva realizarlas. Prefiere saldar una deuda que crear una deuda kármica con el dios Rojo. Imposible sentirse víctima (no hay azar, casualidades, suerte o coincidencias) cuando uno es responsable de los efectos de sus actos. Una verdadera forma de justicia que se impone sin que tengamos que hacer nada para ello, más allá de los hechos puntuales en los que vemos cómo alguien comete un delito y parece quedar impune. A su tiempo y forma, lo realizado le será devuelto por esta ley de retribución y compensación.

Lección 38

.....

Cersei:

—¿Qué sabes tú de la guerra?

Tyrion:

—Nada, sé de las personas.

Tyrion, recién nombrado Mano del rey, llega al Consejo Privado y discute con su hermana Cersei acerca de su influencia en acontecimientos, como la ejecución de Ned Stark, que ha llevado a la guerra que están perdiendo. Cersei le reprocha a Tyrion que no sabe nada acerca de la guerra.

Cersei entiende la vida como un conflicto y no tiene problemas en resolverlos violentamente. De hecho, piensa que es la opción más eficaz.

En cambio, a Tyrion no le gusta la violencia, no es guerrero. Le encanta tratar con la gente, conocer su psicología, negociar. Detecta rápidamente, cuáles son los talones de Aquiles de cada uno, sus puntos débiles. Sabe que todo el mundo tiene el suyo y una vez encontrado, se puede utilizar en beneficio propio.

Para descubrirlo, es necesario atender a los gestos y detalles que inconscientemente se escapan al control de quien tenemos enfrente y delatan su verdadero mensaje, sus intenciones reales. También dan una valiosa información la forma de vestir, de arreglarse, los gustos, la forma de tratar a los desconocidos... Incluso un comportamiento extremo y excéntrico puede informarnos de la debilidad que se intenta ocultar. Quizá alguien que viste de forma muy llamativa solo esté queriendo ser el centro de atención porque fue ignorado en la infancia. O alguien que se comporta como un bravucón tal vez disfrace su cobardía de ese modo. Si se necesita aprobación para lo que se dice o se hace, tendremos delante a un inseguro. Una persona vanidosa puede esconder una baja autoestima.

Los puntos débiles que se esconden detrás de cada uno suelen ser los que están fuera del control de la persona, por lo tanto desde ellos somos controlables.

Hay múltiples debilidades: la fama, el placer, el ansia de poder, la avaricia... Tyrion sabe que conociendo las motivaciones de las personas, tiene en sus manos su voluntad.

Lección 39

.....

Maestre Luwin (a Bran Stark):

—Escuchar a gente que preferirías no escuchar es una de vuestras responsabilidades como señor de Invernalía.

Bran queda en Invernalía como regente del reino a falta de sus hermanos mayores y sus padres, así que le corresponde recibir en audiencia a sus súbditos. La fila de personas que quieren hablar con él es numerosa, así como sus problemas. Bran parece harto tras las reclamaciones de uno de sus vasallos.

Escuchar a todo el mundo forma parte del ejercicio de líderes y gobernantes, no por el hecho de ser correctos y aparentar interés, sino por razones mucho más convincentes.

Nada nos gusta más que sentirnos reconocidos, apreciados, tenidos en cuenta, y así nos sentimos cuando nos escuchan con interés y atención, por lo que la escucha activa se convierte en una excelente herramienta para ganar la simpatía de aquellos a quienes escuchamos, ya que crea un vínculo emocional.

Además, escuchar transmite la actitud de estar abierto a los demás, a sus opiniones y puntos de vista. La escucha favorece el enriquecimiento personal gracias a lo que nos aportan los otros porque, aunque *a priori* pensemos que no nos interesa lo que nos van a decir, quizá lo que nos cuenten nos sorprenda.

La escucha no solo debe ser atenta, sino que es necesaria la voluntad de entender al otro, indagar sobre sus necesidades y deseos. El que no escucha transmite la imagen de egoísta, al estar solo interesado en lo suyo.

Muchas veces tendemos a evitar escuchar a personas con problemas porque pensamos que tenemos que solucionárselos o cargar con ellos, cuando simplemente con la escucha, la persona se da por satisfecha al sentirse acompañada.

Como dice un dicho cheroquí que los líderes deberían tener en cuenta: «Escucha los susurros y nunca tendrás que escuchar los gritos».

Lección 40

.....

Jeor Mormont (a Jon Nieve):

—¿Quieres mandar algún día? Pues aprende a obedecer.

A Jon Nieve no le gusta la forma de proceder ni el estilo de Craster y se lo muestra con sus gestos y respondiendo a sus provocaciones cuando este se reúne con Jeor Mormont, que le promete respeto hacia él y sus hijas. Terminada la reunión, Jeor le recuerda a Jon Nieve que debe obedecerle, puesto que es su Lord Comandante y Jon, su Mayordomo.

Saber obedecer implica ser disciplinado, para conocer de primera mano el esfuerzo que les supondrá a los demás realizar lo que se les encargue.

Saber obedecerse a uno mismo, tener autodisciplina, es también necesario para mandar. Repetimos cada principio de año deseos y propósitos de renovación que no llegamos a iniciar o abandonamos a las primeras de cambio por falta de disciplina: dejar de fumar, hacer deporte con regularidad, aprender un idioma, hacer una dieta...

Se enseña con el ejemplo y un buen líder debe ser coherente con aquello que manda si quiere que le obedezcan. Se dice que Steve Jobs era muy exigente con sus subordinados y empleados, que a pesar de eso estaban deseando trabajar en su compañía, en cierto modo porque Jobs daba ejemplo exigiéndose a sí mismo.

Muchas estructuras de las que formamos parte no son democráticas, sino jerárquicas, por lo que obedecer es necesario o terminarían siendo anárquicas.

La palabra *obedecer* viene del latín *oboedire*, que a su vez tiene como raíz *audire*. El primer significado de *obedecer* era «saber escuchar», puesto que solo practicando una escucha atenta, se logra comprender la orden. Sin una comprensión adecuada de lo que se nos ha pedido, no podríamos llevarlo a cabo o lo haríamos incorrectamente. Asimismo, el que obedece correctamente es porque antes ha escuchado con atención y logrará el hábito de la escucha activa, que podrá utilizar a su vez cuando le toque mandar.

Puede ocurrir que lo que nos manden no nos parezca razonable, pero la responsabilidad recae en quien ejerce el poder. Como dice el refrán: «El que obedece, nunca se equivoca».

Lección 41

.....

Stannis Baratheon (a su Consejo Privado):

—Que ningún hombre esgrima la ignorancia como excusa.

En una reunión de su Consejo Privado, Stannis Baratheon dicta una carta en la que se proclama legítimo heredero del Trono de Hierro tras la muerte de su hermano Robert y pide que se envíe a todo el reino.

La ignorancia de la ley no exime de su cumplimiento (el desconocimiento de la ley no sirve de excusa para incumplirla), principio del Derecho proveniente del Derecho Romano (*Ignorantia iuris non excusat* o *ignorantia legis neminem excusat*), también recogido en el artículo 6.1 del Código Civil, dado que todas las leyes son promulgadas y publicadas para que sean conocidas por todos.

Las leyes deben ser respetadas y cumplidas por todo el mundo sin excepciones, aunque este principio pueda ser discutido o revisado.

El mundo del Derecho es enrevesado, presenta dificultades de comprensión provocadas por su terminología y expresiones, arcaísmos, errores gramaticales y sintácticos, al alcance la mayoría de las veces solo para los juristas. Por otro lado, el número de normas es inabarcable. En ámbitos como el penal, todos sabemos que no se puede matar, robar, etc., pero en campos como el civil,

mercantil, administrativo... cualquiera puede infringir una norma sin ser consciente de ello, de forma ajena a su voluntad. A su vez, no hay que pasar por alto que hay extranjeros que no dominan el idioma como para entender las normas más complicadas o peor redactadas o, simplemente, aquellas que son diferentes a las de sus países de origen.

Dado que todos los ciudadanos son iguales ante la ley, sería de agradecer que se mejorase y simplificase la redacción del texto de las normas, ya que no es razonable que cada ciudadano consulte a un profesional del Derecho cada vez que se publique una norma. De lo contrario, nos sentiremos como súbditos atemorizados ante el inflexible Stannis Baratheon.

Lección 42

.....

Petyr Baelish (a Cersei Lannister):

—El conocimiento es poder.

En una conversación con Cersei, Petyr Baelish le insinúa que conoce las relaciones incestuosas entre ella y su hermano Jaime.

Petyr Baelish es un personaje calculador, ambicioso e intrigante que va ascendiendo en la escala social de Desembarco del Rey gracias al manejo de la información, la extorsión y la manipulación.

El autor de la frase fue Francis Bacon, aunque fue Thomas Hobbes el que la acuñó con un fin político: *Scientia potentia est*, que se traduce por «conocimiento es poder» o «saber es poder». Baelish utiliza mejor que nadie el conocimiento, pues le proporciona más opciones para lograr sus objetivos.

Baelish es un hombre de apariencia amable, discreto, servicial, que rara vez habla de sus propias ideas y consigue que los demás le cuenten las suyas creando una atmósfera de intimidad y confianza. En este tipo de relaciones, revela un secreto, la mayor parte de las veces falso, y gracias a la reacción de la otra persona consigue conocer lo que le interesa realmente. Haciendo una confesión falsa, obtiene a cambio una auténtica. Simulando que abre su interior, los demás le revelan sus secretos y él los utiliza según sus intereses. En otras ocasiones, contradice a sus interlocutores para enfadarlos y provocar que pierdan el control sobre lo que dicen y así descubrir lo que en un estado calmado nunca dirían.

La frase de Bacon está más vigente que nunca. Los países desarrollados, que suponen en torno al 15 % de la población mundial, producen la mayor parte de la información que se utiliza: artículos científicotécnicos, patentes, derechos de propiedad intelectual, universidades... Dado que la economía global se basa en la creación y aplicación del conocimiento y los nuevos modos de producción se asientan en los flujos de información y circulación de bienes intangibles, resulta evidente la ventaja que supone poseer conocimiento e información.

CAPÍTULO

2

Lección 43

.....

Tyrion (a Petyr Baelish):

—Para los hombres de nuestra posición, guardar rencor puede ser un estorbo.

A pesar de que Tyrion Lannister estuvo a punto de ser ejecutado en el castillo de Lysa Arryn, le cuenta a lord Baelish que quiere casar a su sobrina Myrcella con Robin, el hijo de Lysa.

Para un hombre práctico como Tyrion, el resentimiento es un estorbo. Este estado de ánimo limitante se basa en no aceptar hechos del pasado.

El resentido se siente como una víctima, viendo culpables a su alrededor, y toma decisiones buscando la venganza, no es capaz de pensar en el futuro, solo piensa en función del pasado. Lo peor de todo es que esta amarga emoción genera sufrimiento para el propio resentido. Como decía Nelson Mandela: «Es como tomar veneno y esperar que mate al enemigo».

Para resolver un conflicto hay que mirar adelante, porque solo se puede perdonar olvidándose del pasado, aceptando que lo que ha sucedido no se puede cambiar. Como dijo Martin Seligman: «No puedes hacer daño al culpable no perdonando, pero puedes liberarte perdonándolo». Incluso es necesario ir más lejos y perdonarse a uno mismo. Puede que nos hicieran daño y parte de culpa fuera nuestra por meternos en la boca del lobo y dar opción a que nos dañara alguien que de antemano sabíamos que nos perjudicaría, pero hay que pasar página y no torturarse.

Resentir significa «volver a sentir» o, en este caso, «revivir en el presente un dolor y una ira que se produjeron en el pasado», lo que nos conduce a no vivir en el presente, a seguir anclados en el pasado.

Agua pasada no mueve molino. Aceptar que lo que ha sucedido no se puede cambiar nos lleva a un estado de ánimo mucho más sano: la serenidad.

Lección 44

.....

Varys (a Tyrion):

—El poder reside donde los hombres creen que reside. Es un truco, una sombra en la pared y un hombre muy pequeño puede proyectar una sombra muy grande.

Varys y Tyrion conversan acerca de las decisiones de este como Mano del rey y el ejercicio del poder. Como cuenta Varys, en el caso de ejecución de Ned Stark, ¿quién tenía realmente el poder, el rey Joffrey o el verdugo?

Solemos creer que el poder reside en los gobiernos, políticos, pero ¿es en realidad así? ¿Qué hace que un partido pueda llegar a gobernar? ¿El carisma de su líder? ¿Los medios de comunicación que lo dan a conocer y lo convierten en popular? ¿Las multinacionales que facilitan los medios económicos para sostener y aupar a un partido político? Entonces ¿en manos de quién está realmente el poder y quién creemos que lo ejerce?

En nuestra sociedad cuenta más lo que se aparenta que lo que se es, de ahí el culto por la imagen personal, el cuidado del aspecto, el arte de realzar atributos y disimular defectos. Nos pasamos la vida engañados por los trampantojos que nos hacen ver lo que, en realidad, no es. Además, como en un espectáculo, nuestra atención se dirige hacia donde ilumina el foco; poco importa si hay cosas más vistosas o importantes fuera de él.

El poder se convierte en un juego de engaños y apariencias, algo así como las sombras chinescas, que tomamos como reales. Si, como le ocurre a Tyrion, la apariencia no es destacable, habrá que conseguir una imagen que llame la atención, recurrir a la simulación, el engaño y despuntar del resto. Como sucedía en las antiguas batallas, el ruido y el escándalo que provocaban los tambores hacía creer al enemigo que el número de soldados era mayor que el real. Por lo tanto, no importa el poder que tienes, sino el que el enemigo cree que tienes.

Un ejemplo actual del poder de la imagen que se proyecta son las redes sociales, en las que siendo pequeños entre la multitud, se puede conseguir mover a masas sabiendo utilizar las redes para difundir los mensajes adecuados.

No pocas veces no sobresale el que vale más, sino el que llama más la atención, el que desconcierta, el que sorprende... personas que la mayor parte de las veces parecen más grandes de lo que son en realidad. Hay que guardar las apariencias o no fiarse de ellas, según nos convenga, porque aunque no es oro todo lo que reluce, tampoco reluce todo lo que es oro. Como dijo Churchill: «Esfuézate por mantener las apariencias, que el mundo te dará crédito para todo lo demás».

CAPÍTULO

3

Lección 45

.....

Bronn (a Tyrion):

—No hay cura para la necesidad.

Joffrey Baratheon maltrata a su prometida, Sansa Stark, porque su hermano Robb está venciendo las batallas contra los Lannister. El castigo al que la somete es propio de un sádico que no está en su sano juicio. Tyrion y Bronn hablan acerca de si es posible corregir el comportamiento majadero de Joffrey, si bien Bronn no es optimista al respecto.

Todos conocemos personas desafortunadas que han sido golpeadas por las circunstancias desfavorables de la vida y necesitan ayuda y apoyo. No hay que confundirlas con los que atraen a su vida las desgracias e infortunios por su forma habitual de pensar y actuar.

Las adversidades ajenas despiertan nuestra compasión y el deseo de ayudar y salvar al que las sufre, sin embargo, no solo no lo logramos, sino que si permanecemos mucho tiempo con este tipo de personas, terminamos contagiados por su mentalidad, su forma de entender la vida, sus emociones..., lo que nos conduce al fracaso y a la ruina.

La intensidad de las emociones negativas de estos desgraciados crónicos se transmite con más facilidad que una gripe. Aunque se presentan como víctimas, son los autores de sus propias desgracias. Si nos descuidamos nos arrastran al abismo o nos ahogan con ellos. Por si fuera poco, hacen perder un tiempo y una energía preciosos para nuestros propósitos, actúan como vampiros energéticos.

¿Cómo detectar a estas personas? El mejor indicador es ver cómo les va en sus relaciones personales, carrera, economía... y no fiarse de las razones que señalan como origen de sus desgracias, porque el árbol se conoce por sus frutos. Para no implicarse emocionalmente con ellos, hay que considerarlos como niños o mascotas, sin capacidad para alterar gravemente nuestra estabilidad emocional.

La desgracia suele deberse a la necesidad y, aparte de no tener cura, es contagiosa.

Lección 46

.....

Petyr Baelish (a Margaery Tyrell):

—Si la guerra fuera aritmética, las matemáticas dominarían el mundo.

Renly Baratheon es uno de los aspirantes al Trono de Hierro y, aunque su ejército es numeroso, eso no le garantiza la victoria, por lo que Petyr Baelish le indica a través de la reina Margaery que se ofrece a colaborar con él.

Son numerosos los ejemplos de contiendas en las que el ejército inferior en número terminó venciendo. Las matemáticas son una ciencia exacta, aunque cuando el resultado depende de la naturaleza humana, puede haber sorpresas.

Napoleón, Aníbal, Hernán Cortés, las guerrillas... son ejemplos de personajes que vencieron o desgastaron al enemigo combatiendo con un número inferior.

¿Cómo consigue una fuerza menor vencer a una mayor? Las opciones para lograrlo son variadas: dividir al enemigo, descubrir y aprovechar sus debilidades y atacarlas, sorprenderlo, engañarlo, distraerlo, aparentar ser más fuerte de lo que se es, ser más flexible y adaptarse a unas circunstancias nuevas, etc. Ingenio y estrategia unidos a la moral alta de unas tropas motivadas por el ejemplo de sus líderes.

La superioridad de un enemigo puede jugar a favor del más débil, si el teóricamente más fuerte peca de arrogancia y desprecia de antemano a su rival, como ocurrió en el caso de David y Goliat. Los enemigos cometen errores y la victoria pasa por aprovecharlos.

Las fuerzas que suelen partir en desventaja cuentan con otra baza a su favor: el hábito de sobreponerse a las dificultades y sacar el máximo partido a sus recursos; hacer de la necesidad una virtud.

Lección 47

.....

Stannis Baratheon (a Ser Davos Seaworth):

—Una buena acción no limpia una mala, ni una mala, una buena.

Ser Davos recuerda cómo el rey Stannis le cortó cuatro dedos por ser contrabandista y que ese castigo le sirve para recordarle su origen y la justicia del rey, algo de lo que no presume Stannis.

Toda acción produce unos efectos. Si la acción no fue buena, las consecuencias tampoco lo serán y viceversa. Una vez realizada, no hay marcha atrás, solo queda asumir las consecuencias y responsabilizarnos por el hecho que hayamos llevado a cabo. Sería infantil pensar que tras cometer un mal acto, realizar uno bueno lo limpiaría. O que si hemos hecho una buena acción, esta queda sin efecto si nos equivocamos haciendo algo indebido.

Cada acto, correcto o incorrecto, tiene sus consecuencias, su premio o su castigo. Si alguien comete un delito y es juzgado y condenado por ello, la pena es una consecuencia, no borra la mala acción. Incluso puede darse el caso de que no se haga justicia o no como esperamos porque si errar es humano, sería ingenuo pensar que quienes se encargan de la justicia no cometen errores.

Como no se puede volver atrás, la mejor opción es tomar conciencia de que todo lo que hagamos provoca efectos, positivos o negativos, según sea el acto original, y responsabilizarnos de todo lo que creamos con nuestras acciones.

Lección 48

Stannis Baratheon (a Ser Davos Seaworth):
—Los modos limpios no ganan guerras.

Stannis le pide a Ser Davos que lleve a tierra a Melisandre, la mujer Roja, para que esta realice un ritual de magia para aumentar sus opciones de victoria de cara a la guerra contra Renly Baratheon. Aunque Davos es leal a Stannis y obedecerá, no le parece un modo limpio de combatir.

Siendo la guerra la mayor muestra de barbarie, tuvo sus códigos morales y éticos que se fueron desvaneciendo a medida que se puso el fin por delante de los medios.

Desaparecidos los códigos de honor, cualquier medio disponible sirve para lograr los objetivos. El que trata de jugar limpio está abocado a perder y el que juega sucio lo hace con ventaja.

Muchos atribuyen la frase «el fin justifica los medios» a Maquiavelo, aunque parece ser que fue Napoleón el que anotó en el libro *El Príncipe* algo parecido: «Triunfad siempre, no importa cómo, y siempre tendréis razón». Baltasar Gracián es el autor de la frase: «Todo lo dora un buen fin, aunque lo desmientan los desaciertos de los medios», y a Hermann Busenbaum se debe: «Cuando el fin es lícito, también los medios son lícitos». Entonces, según estas máximas, los actos se deben juzgar por los resultados, ya que si se alcanzan, hay que aceptar los medios usados.

Estas sentencias tan faltas de escrúpulos y de moral se contrarrestan en cierto modo por el refrán castellano que dice «quien mal anda, mal acaba». Si se usa cualquier medio, por ilícito que sea, con tal de lograr lo que se desea, será frecuente que el que lo use termine encontrándose en más de un apuro, como mínimo legal.

Lección 49

Melisandre (a Ser Davos):

—Las sombras no pueden vivir en la oscuridad, Ser Davos. Son servidoras de la luz, son hijas del fuego y cuanto más brilla la llama, más oscuras son.

A Ser Davos le extraña que siendo Melisandre una sacerdotisa del señor de Luz, este le pida que haga sus rituales en una gruta lóbrega donde predomina la oscuridad.

Señala el *Kybalión* que todo es dual, todo tiene dos polos, todo su par de opuestos, los opuestos son idénticos en naturaleza, difiriendo solo en grado, los extremos se tocan, todas las verdades son semiverdades, todas las paradojas pueden reconciliarse.

Así como el calor y el frío son de la misma naturaleza, diferenciándose solo en grados, la luz y la oscuridad son polos de una misma cosa.

Para que exista sombra debe haber una luz que la genere. Cuando se dice que alguien tiene mucha «luz» al ver solo sus cualidades, hemos de tener en cuenta que también tendrá una sombra, una cara oculta con la que no conviene luchar, sino integrarse. No considerar como parte de uno los defectos supone vivir a sus espaldas, al estilo de Doctor Jekyll y Mister Hyde. Y dar la espalda a los peligros que uno lleva consigo es, cuando menos, imprudente y arriesgado.

Para integrar la sombra en nuestro ser hay que reconocerla, aceptarla, asumirla y tomar conciencia de ella.

Que algo que consideramos bueno como la luz genere algo mal visto como la sombra sirve también para que nos decantemos por una u otra faceta de nuestro ser, que ejerzamos el libre albedrío y elijamos entre dos bandos antagónicos.

Hay que conciliar consciente y subconsciente para no autosabotearnos y llegar a buen puerto. Sirve de ejemplo el siguiente cuento sufi:

Bien entrada la noche, un vecino ve al mulá Nasrudín a cuatro patas y hurgando bajo un farol.

—Mulá, ¿qué buscas?

—¡La llave de mi casa!

—Pero tu casa está allá lejos, ¿por qué buscas la llave aquí?

—¡Es que aquí hay más luz! —responde Nasrudín.

Como el mulá Nasrudín no quería buscar la verdad en la oscuridad de su espíritu, su subconsciente, va a buscarla donde no está, en el terreno conocido de su consciente.

CAPÍTULO

4

Lección 50

.....

Petyr Baelish:

—¿Queréis ser una reina?

Margaery Tyrell:

—No, quiero ser la reina.

Petyr Baelish trata de reina a Margaery Tyrell, la esposa de Renly Baratheon, aspirante asesinado al Trono de Hierro. Como Renly no era rey, tampoco ella es reina, por mucho que la llamen así. Margaery aspira a ser la única reina de Los Siete Reinos.

El único objetivo de Margaery Tyrell es ser la reina de Los Siete Reinos y no parar hasta conseguirlo. Tiene la actitud idónea para cualquiera que quiera lograr un sueño: la determinación.

Los ganadores nunca tiran la toalla y si abandonan, no son ganadores. Todos soñamos con alcanzar logros, la diferencia cualitativa es que unos persisten y resisten a pesar de las dificultades y contratiempos y otros desisten. Calvin Coolidge, presidente de Estados Unidos entre 1923 y 1929, dijo: «Nada puede sustituir a la persistencia. El talento no puede; nada es más común que los fracasados con talento. El genio no puede; los genios no reconocidos son moneda común. La educación no puede; el mundo está lleno de perdedores que recibieron la mejor educación. La persistencia y la determinación son omnipotentes».

Un indicador de la determinación es saber hasta qué punto se está dispuesto a darlo todo por lograr una meta. No es tanto qué quieres lograr, sino qué estás dispuesto a perder. Si cuando defines un objetivo te comprometes a que pase lo que pase seguirás adelante hasta lograrlo, no cabe duda de que lo alcanzarás. Para ello, es necesario servirse de la voluntad (la tendencia a mantener el interés y el esfuerzo para conseguir los fines que nos proponemos), la perseverancia, el amor propio...

Will Smith no tenía ninguna conexión con Hollywood, sin embargo, es uno de los actores más cotizados de la industria cinematográfica. Al preguntársele por su éxito, dijo: «Mi única cosa diferente es que no me da miedo morirme en una cinta de correr. Puedes tener más talento que yo,

ser más listo, pero si nos subimos los dos a una cinta de correr, pueden pasar dos cosas: que te bajes antes o que yo me muera. Mientras los demás duermen, yo trabajo, mientras los demás comen, yo trabajo».

Lección 51

Quaithe (a Jorah Mormont):
—El fuego es poder.

Jorah Mormont se encuentra en los jardines de Qarth con Quaithe, una misteriosa mujer con el rostro oculto. Ella le indica que Daenerys necesitará verdaderos protectores porque sus dragones harán que su poder aumente, por lo que será codiciada.

Desde que existe el hombre, nos hemos sentido fascinados por la fuerza y el poder del fuego. En tiempos prehistóricos, la humanidad pasó de maravillarse por el fuego provocado por fenómenos atmosféricos como la caída de un rayo, a encenderlo por sí misma y utilizarlo para vencer la oscuridad, combatir el frío o ahuyentar a las fieras.

Es recurrente la imagen de tribus reunidas alrededor del fuego o invocando espíritus benéficos. Cuando una tribu se quedaba sin fuego, se consideraba como héroe a aquel que lograra recuperarlo, como muestra la película *En busca del fuego* de Jean Jacques Annaud.

La cultura griega tenía dos divinidades del fuego: Hestia (Vesta para los romanos), como diosa del fuego del hogar, y Hefestos (Vulcano), dios del fuego de las entrañas de la Tierra. Según la mitología griega, Prometeo les robó el fuego a los dioses para dárselo a los hombres.

En Roma existía el templo Aedes Vestae, donde ardía el fuego sagrado cuidado por las sacerdotisas vestales y se consideraba que si el fuego se apagaba era presagio de desgracias para Roma.

El fuego constituye un símbolo mágico de fuerza, destrucción, pero también purificación y transmutación, estando presente en los rituales, en las velas de las celebraciones religiosas y en fiestas como la noche de San Juan, en la que alrededor del fuego se festeja el solsticio de verano y se encienden hogueras para quemar todo lo viejo y dar fuerza al sol, ya que desde esa fecha los días comienzan a menguar.

Lección 52

Bran (al maestro Luwin):
—Si no protegemos a nuestros vasallos, ¿por qué van a protegernos ellos?

Ser Rodrik informa a Bran de que unos dominios de los Stark han sido atacados, probablemente por la Montaña y mercenarios pagados por Tywin Lannister. Bran decide no escatimar a la hora de enviar a los hombres necesarios para neutralizar el ataque, a pesar de la oposición del maestre Luwin.

Jorah Mormont (a Daenerys Targaryen):

—Los ricos no se hacen ricos dando más de lo que reciben.

Durante su estancia en Qarth, el príncipe Xaro Xhoan Daxos le ofrece a Daenerys barcos y un ejército para dirigirse a tomar Poniente, aunque Jorah Mormont le advierte de que el ofrecimiento no es desinteresado y si se lo ha hecho es porque espera aprovecharse y ganar más de lo que ofrece.

En la Edad Media, el vasallaje era un tipo de contrato entre un siervo y su señor, que implicaba lealtad, dependencia y sumisión. El vasallo servía o pagaba tributos a cambio de la protección del señor feudal. También podía ofrecer apoyo político y militar, a cambio del usufructo de tierras que el señor le ofrecía. Inicialmente era voluntario, pero poco a poco se fue convirtiendo en obligatorio.

Aunque en la relación de vasallaje ninguna de las dos partes salía perdiendo, lo que se llama relaciones *win to win*, la connotación actual de la palabra *vasallo* es negativa. Supone considerar a alguien como inferior o subordinado, que debe someterse a alguien superior. Incluso en las relaciones políticas internacionales escuchamos a menudo que los dirigentes de una nación manifiestan que no quieren ser vasallos de otra que se considera potencia. También se habla de vasallaje financiero del poder económico de las multinacionales sobre el político.

Como decía Jorah Mormont acerca de que los ricos no se hacen ricos dando más de lo que reciben, actualmente, se habla de una especie de vasallaje moderno en torno a la deuda externa de los países. El tributo que pagaría la nación vasalla serían los intereses de la deuda, ya que la nación prestamista recibe grandes cantidades de dinero en concepto de intereses, por lo que las riquezas del país vasallo o pobre van a parar al rico, prestamista o avasallador. La aceptación de un préstamo por parte de un país rico en recursos, pero pobre en desarrollo, supone hipotecar sus riquezas prácticamente a perpetuidad. Al final del préstamo, el país vasallo habrá perdido sus recursos y años de progreso a favor del país prestamista.

De la misma forma, la sociedad de consumo incentiva relaciones de este tipo, incitando a que los ciudadanos se endeuden a través de préstamos, hipotecas, tarjetas de crédito, la sensación de continua necesidad que solo puede saciarse a través del consumo excesivo e innecesario.

Conviene, pues, cuidarse de las relaciones de vasallaje que son como el cebo del anzuelo, que solo beneficia y enriquece a quien tira de él.

CAPÍTULO

5

Lección 53

Tywin Lannister (a Petyr Baelish):

—A los hombres les gusta culpar a los demonios cuando sus planes fracasan.

Tywin Lannister y Baelish conversan sobre la causa de la muerte de Renly Baratheon. Baelish menciona que en su asesinato participaron «fuerzas oscuras», lo que al incrédulo Tywin le suena a excusa de perdedor.

Si en algo es experto el ser humano es en crear excusas. Llevándolo al terreno escolar, uno puede escuchar todo tipo de pretextos de los alumnos que no suelen estudiar y hacer las tareas. Desde que se les olvida todo lo que tiene que ver con los estudios, hasta que el perro se comió el cuaderno. Las justificaciones pueden dar desde pena hasta risa, pero el resultado final es que no alcanzan sus objetivos.

En cuanto preguntamos a alguien por algo que debía haber hecho y no hizo, lo más común que solemos escuchar es una frase iniciada con «es que». A este tipo de personas se les podría llamar *esquizofrénicas* que viven inventando excusas para no asumir sus responsabilidades.

El que vive aferrado a estas coartadas justifica con ellas sus miedos, incompetencia, negligencia... Su uso reiterado genera una imagen de víctima y fracaso. Son perfectas para permanecer en la zona de confort, sin pasar a la acción para trabajar en pos de lo que se debe hacer o se desea. Con seguridad, no podemos ordenar que deje de llover, pero sí podemos coger un paraguas.

Como dijo Pau Gasol: «No soporto las quejas ni las excusas porque no nos conducen a ningún lado. Esa es una mentalidad que solo puede abocar al fracaso». Los perdedores solo se justifican buscando excusas; los ganadores, soluciones.

El hábito de buscar responsables de lo que nos ocurre para justificar nuestros actos lleva a situaciones tan absurdas como la del siguiente chiste:

Un joven padre entra en la habitación en la que se encuentra su mujer tras haber dado a luz. La abraza emocionado, se inclina sobre la cuna y ve que el bebé es negro. Retrocede espantado y, antes de que le dé tiempo a decir nada, su mujer le dice:

—Ahí tienes el resultado de tu manía de hacer el amor a oscuras.

La mujer, en lugar de reconocer que se ha acostado con un hombre de raza negra, afirma que su marido es el responsable. Como la mujer del chiste, continuamente, buscamos el responsable de lo que nos ocurre, cuando somos nosotros los autores de nuestra vida y sus consecuencias.

Si en lugar de culpar a algo o a alguien de no ponernos manos a la obra, pensáramos que somos responsables de lo que nos pasa, seríamos poderosos, puesto que significa que depende de nosotros y no de las circunstancias que alcancemos nuestras metas. El que se empeña en negar errores, buscar excusas y culpables, no asume su responsabilidad y, por lo tanto, no ejerce su poder.

Lección 54

Petyr Baelish (a Tywin Lannister):

—Estoy convencido de que después de un momento de caos vuelven las oportunidades que parecían perdidas.

Tywin Lannister y Petyr Baelish se reúnen para hablar acerca de la convulsa situación de Los Siete Reinos, las amenazas del ejército de Robb Stark y Stannis Baratheon que se ciernen sobre los Lannister, la muerte de Renly Baratheon y una posible alianza de los Lannister con los Tyrell.

En ciertos momentos, cuando creíamos que todo estaba estable y en orden alrededor de nosotros, las circunstancias conducen al fin de ese estado que parecía permanente y al reinado del caos. La confusión y el desorden provocan un efecto parecido al de la niebla; apenas logramos ver lo que nos rodea, lo que nos produce temor e inseguridad. Otras veces el efecto se asemeja al de una tormenta en el mar. Nuestra vida, cual navío, zozobra por todas partes; se abren vías de agua y quedamos a merced del vendaval.

¿Qué podemos hacer en estas situaciones? Cuando todo en torno a nosotros parece desbaratarse, el mejor asidero es aferrarse a los principios y valores más firmes, más estables e imperecederos que tengamos en nuestro interior, no perder el tiempo en lo que no podemos controlar. Los contextos cambian y si nos dejamos llevar fácilmente, nos convertimos en veletas que se mueven al antojo del viento.

A medida que el temporal amaina, empezamos a ver que todo vuelve a su estado inicial, que lo que aparentaba ser amenazador en poco se diferencia del escenario habitual. Volvemos a ver las oportunidades que parecían perdidas, incluso si somos observadores, podemos distinguir otras nuevas que no existían antes de toda la confusión.

No hay que desesperar, ni dejarse impresionar, porque como dice el refrán: «Después de la tempestad, viene la calma».

Lección 55

.....

Tywin Lannister (a Petyr Baelish):
—Una crisis es una oportunidad.

En la conversación que mantienen Tywin Lannister y Petyr Baelish sobre el estado de Los Siete Reinos, el primero, al que le gusta tener todo bajo control, ironiza sobre las oportunidades que las crisis traen, según Baelish.

Si algo bueno tienen las situaciones realmente duras y difíciles es que son las que más nos movilizan para producir un cambio y salir de ellas; nos obligan a emplear todos nuestros recursos y energía. Por desgracia, tenemos que verle las orejas y los colmillos al lobo para pasar a la acción.

Dado que las crisis son situaciones nuevas que, además, obligan a cambiar, porque suponen abandonar mentalidades, formas de actuar, etcétera, que servían y ya no sirven, los recursos que hay que utilizar para ver las nuevas oportunidades que puedan aparecer son la flexibilidad para adaptarnos al cambio, la imaginación y la creatividad.

A las crisis no se llega voluntariamente. En chino la palabra *crisis* significa «peligro» y también «oportunidad», por ello es esencial elegir el segundo significado y vivirlas con un enfoque positivo que contribuye a salir de ellas más fuerte y a descubrir habilidades que ni se sabía que se tenían.

Ante un acontecimiento negativo, hay que buscar los aspectos positivos y centrarse en ellos, adoptar la actitud de estar al acecho de las oportunidades y preguntarse qué beneficios me aporta esta situación.

Otra ventaja es que se refuerzan y profundizan los vínculos personales que han superado una crisis. Es mayor la calidad de las relaciones de aquellos que están dispuestos a seguir adelante en las buenas y en las malas.

Las crisis también sirven para reajustar las prioridades. Vivir una situación difícil puede modificar que nos enfoquemos más en vivir el presente que proyectándonos en metas a largo plazo.

El cuento de la vaca de Camilo Cruz ilustra cómo se puede afrontar una crisis convirtiéndola en oportunidad:

Hace muchos años, un estudiante norteamericano con muchos deseos de aprender decidió ir a un monasterio en el Tíbet en el que le iban a enseñar los secretos para vivir una vida próspera y feliz.

Un día, su maestro le dijo que iban a viajar. El aspirante muy ilusionado se preparó para ello. Estuvieron andando unos cuantos días y, finalmente, tras una curva del camino en aquellas montañas, llegaron a un lugar triste y desolador donde vivía una familia muy humilde en un pequeño caserío, en medio de un terreno baldío. Les pidieron alojamiento y comida y la humilde familia los acogió y compartió con ellos lo que tenía. El estudiante les preguntó cómo podían subsistir en aquellas circunstancias y el cabeza de familia le dijo:

—Pues... tenemos una vaca con la que vamos tirando. —El aspirante lo miró con interrogación y el hombre continuó—: La vaca nos da todo lo que necesitamos, nos da leche, nos da queso que luego cambiamos por otra comida, y ya está.

Aquella noche, el estudiante le comentó al maestro las ganas que sentía de poder ayudar de alguna manera a aquella familia y le preguntó cómo podría hacerlo.

El maestro le preguntó si realmente estaba dispuesto a ayudarles.

—Por supuesto —dijo el estudiante.

—Entonces, ahora, cuando estén dormidos, tira la vaca por el barranco.

El aspirante asombrado contestó:

—Pero... ¿cómo voy a hacer eso? ¿Qué lección es esa que dejará a esta familia en la ruina total? ¡La vaca es lo único que tienen para subsistir!

El monje no dijo nada, se dio la vuelta y se fue.

El estudiante estuvo mucho tiempo pensando qué debía hacer y, como respetaba mucho a su maestro, fue a buscar la vaca y la espantó una y otra vez hasta conseguir que se cayera por el barranco.

Sintió tanta culpabilidad que se fue y ya no volvió al monasterio. Regresó a Estados Unidos y muchos días pensó en aquella pobre familia a la que había dejado sin su sustento. Así que siguió pensando y decidió ahorrar para algún día regresar al Tíbet y comprarles una vaca. Se sentía muy culpable.

Al cabo de dos años, después de trabajar duramente y reunir el dinero para comprar la vaca, el aspirante volvió a aquel lugar perdido en las montañas. Llegó al lugar y le costó reconocer la granja. Al girar en la curva del camino, donde estaba aquel edificio oscuro y lleno de desperfectos, rodeado de tierras abandonadas, había ahora una hermosa mansión bien cuidada, con terrenos sembrados, rodeada de un cercado, con muchas personas trabajando en una plantación de algodón. También había un gran huerto, un lago y patos nadando en él.

Era obvio que la muerte de la vaca había sido un golpe demasiado fuerte para aquella familia, que seguramente había tenido que abandonar aquel lugar y ahora, una nueva familia, con mayores posesiones, se había adueñado de aquel sitio y había construido una vivienda mejor. Se acercó al hombre que estaba sentado en la entrada de la finca. Temiendo lo peor, se le hizo un nudo en la garganta, pero tomó impulso y preguntó:

—Perdone, yo buscaba información de los antiguos dueños de este terreno, una familia muy humilde, ¿sabría usted qué fue de ellos?

El hombre lo miró y dijo:

—Sí sí, aquí siguen.

—No no. Yo me refiero a unos campesinos que solo tenían una vaca para vender su leche y vivir de eso.

—Le digo que aquí siguen.

El hombre lo acompañó hasta la puerta de la granja, donde se encontró a aquel hombre que le había brindado su hospitalidad años atrás. Parecía incluso más joven. El hombre lo reconoció enseguida.

—Hombre, qué alegría verle de nuevo por aquí.

El estudiante lo miró y dijo:

—Pero... Hace dos años, en mi visita por aquí, fui testigo de la profunda pobreza en que ustedes se encontraban. ¿Qué ha ocurrido durante estos años para que todo esto cambiara?

El señor le dijo:

—Pues mire, poco después de su visita, la vaca de la que vivíamos desapareció. Al principio nos preocupamos mucho, ¿de qué íbamos a vivir? Entonces, tuvimos que pensar. La angustia y la desesperación ante el invierno que se acercaba nos llevó a buscar otra forma de ganarnos la vida. Cambiamos con los vecinos parte de la leche y el queso que nos quedaba por harina, verduras y algunas semillas de algodón.

Vimos que nuestra tierra era muy buena para plantar algodón, así que limpiamos y aramos el terreno y comenzamos una pequeña plantación, que floreció enseguida. Con el algodón comenzamos a crear hilos y telas y empezamos a hacer intercambio por alimentos, y el resto lo vendíamos en los mercados. Con el dinero que ganamos compramos algo de ganado y lo vendíamos; con ese dinero pudimos ampliar la casa y también plantamos verduras y comenzamos esta huerta y... ¡ya ve! Nos ha ido muy bien. Vamos, ¡que fue una suerte que desapareciera la vaca!

Convendría que nos planteásemos cuál es la vaca de cada uno y qué oportunidades estamos perdiendo por no tirarla o por buscarla si desapareció.

Lección 56

Catelyn Stark (a Robb Stark):

—Las responsabilidades tienen un coste.

Robb Stark está enamorado de Talisa Maegyr, sin embargo, su madre le recuerda que está prometido con una hija de Walder Frey, una deuda que debe pagarse en palabras de Catelyn Stark, ya que Walder Frey le permitió atravesar sus tierras para combatir a los Lannister a cambio de casarse con una de sus hijas.

Decía Winston Churchill que el precio de la grandeza es la responsabilidad. Si, según el *Diccionario de la lengua española*, *responsable* es quien está «obligado a responder de algo o por alguien», quien asume un cargo está obligado a contraer un número de responsabilidades proporcional a su importancia. La grandeza tiene un precio y este es la responsabilidad. Si no se paga, lo que aparentemente es grande e imponente se queda en aparente, ostentoso y vacío. Son numerosos los ejemplos de cargos públicos que llegan al poder sin la humildad de darse a los demás y sin asumir las cargas que conlleva, y en su lugar lo hacen por pavonearse, sentirse superiores a los demás e importantes a cualquier precio.

Todo poder es deber, como dijo Víctor Hugo. El que aspira a un puesto relevante solo debe ocuparlo si lo hace al servicio de los demás, servir y no servirse, responder de sus acciones ante él y la sociedad. De aquí surge el deber que se muestra en el compromiso que los cargos públicos manifiestan al jurar o prometer su cargo. Lástima que en demasiados casos sea un simple acto formal vacío de contenido e implicación.

CAPÍTULO

6

Lección 57

Ygritte (a Jon Nieve):

—Tú no sabes nada, Jon Nieve.

Ygritte le habla a Jon Nieve de las diferencias entre ser un hombre libre y un miembro de la Guardia de la Noche, sujeto a prohibiciones absurdas como la de no tener relaciones sexuales con mujeres.

Como a Jon Nieve, nos ocurre a menudo que nos sentimos seguros acerca de lo que sabemos, cuando en realidad, apenas sabemos nada. «Solo sé que no sé nada» dijo Sócrates, porque no se puede afirmar que se sabe algo con absoluta certeza, incluso cuando creemos estar seguros. En la misma línea, Alejandro Jodorowsky afirma que cuando un sabio no sabe, sabe que no sabe. Un necio no sabe que no sabe. Cuando el sabio sabe, sabe que sabe. El necio no sabe que sabe.

La ciencia también nos los explica a través del efecto Dunning-Kruger, según el cual los individuos con conocimientos escasos se sienten superiores, considerándose más inteligentes que otros más preparados, midiendo sus capacidades por encima de lo real. Los incompetentes tienden a sobreestimar sus habilidades, al mismo tiempo que son incapaces de reconocer las de los otros, así como su propia incapacidad. Por el contrario, las personas altamente cualificadas tienden a subestimar su competencia, creyendo que las tareas que son fáciles para ellos también lo son para los demás.

Según David Dunning y Justin Kruger, psicólogos de la Universidad de Cornell, la sobrevaloración del incompetente nace de la mala interpretación de la capacidad de uno mismo, mientras que la subestimación del competente nace de la mala interpretación de la capacidad de los demás.

Estas teorías se sintetizan en el refrán «la ignorancia es atrevida», con el consiguiente riesgo de que no hay peor peligro que el de un tonto motivado.

La única salida que nos queda es la de prepararnos, prepararnos y seguir preparándonos, para al menos poder decir que sabemos un poco de algo o darnos cuenta definitivamente de que apenas conocemos algo; ser conscientes de que cualquier disciplina es prácticamente inabarcable.

En la serie los mejores no dejan de prepararse: Tyrion leyendo, Arya aprendiendo a usar la espada, Jaime entrenando con su mano izquierda tras haber perdido la diestra. Como les ocurre a ellos, a nosotros nos corresponde prepararnos, aprender, formarnos. Debemos estimular nuestra mente continuamente, porque lo que no se cuida, se deteriora. La función crea el órgano, dice José Manuel Lorenzo.

Ante la preparación, debemos ser proactivos y decidir qué necesitamos e ir por ello, en lugar de ser reactivos ante la formación que nos ofrecen y nos proponen nuestras empresas.

Hoy en día, todo el que realmente desee aprender de cualquier ámbito puede hacerlo gracias a los libros en papel y digitales, internet, YouTube, tutoriales, revistas, periódicos, blogs, *newsletters*, *webinars*, cursos presenciales y en línea, ponencias, conferencias, congresos... No hay excusa, porque nunca hemos tenido a nuestra disposición tanta información, quizá lo que les falte a algunos sean las ganas.

Lección 58

.....

Tyrion Lannister (a Cersei):

—Cuesta ponerle una correa a un perro después de ponerle una corona en la cabeza.

Cersei favoreció que su hijo Joffrey llegara a ser rey, confiando en que al ser adolescente podría manejarlo a su antojo y así gobernar ella en la sombra. Al altivo y arrogante Joffrey nunca se le pusieron límites al educarlo y tener la corona no ha hecho, sino reforzar su carácter soberbio e insolente. Como a muchos de nuestros adolescentes, la falta de límites ha perjudicado su educación. Los niños y jóvenes actuales conocen la lista de derechos de que disfrutaban, pero desconocen la contrapartida de los deberes.

Igual que le sucede a la reina Cersei con su mimado y consentido hijo Joffrey, muchos padres quieren ganarse la simpatía de sus hijos dándoles lo que pidan y se les antoje en cada momento, como si fueran pequeños tiranos domésticos. De esta manera presumen de que son «amigos» de sus hijos, cuando lo que tienen que hacer es ejercer de padres, porque si un padre se convierte en amigo de su hijo, deja de ser padre y lo deja huérfano, como dice el juez de menores Emilio Calatayud cuando se le pregunta por la crisis de autoridad de los padres con sus hijos.

No hay que confundir educar con amor, autoridad y respeto con convertirse en esclavos de los hijos, porque hacerles creer que son el centro del universo les perjudica, les hace menos tolerantes a la frustración y a la aceptación de la autoridad, tanto en casa como en la escuela.

Muchos jóvenes se aprovechan de este estatus de reyezuelos, lo que conduce a situaciones en las que los padres siempre apoyan al hijo, siendo su palabra y criterio más valioso que el de los profesores en caso de conflicto.

Si a los niños no se les educa enseñándoles a conocer los límites que no deben traspasar, a fuerza de hacer todo lo que quieran y les apetezca se terminan convirtiendo en auténticos maltratadores.

Para crear un auténtico tirano doméstico en casa, con muchas papeletas para convertirse en un inadaptado social, habría que «seguir» el decálogo para formar un delincuente que señala el juez Calatayud:

1. Comience desde la infancia dando a su hijo todo lo que pida. Así crecerá convencido de que el mundo entero le pertenece.
2. No se preocupe por su educación ética o espiritual. Espere a que alcance la mayoría de edad para que pueda decidir libremente.
3. Cuando diga palabrotas, ríaselas. Esto lo animará a hacer cosas más graciosas.
4. No le regañe ni le diga que está mal algo de lo que hace. Podría crearle complejos de culpabilidad.
5. Recoja todo lo que él deja tirado: libros, zapatos, ropa, juguetes. Así se acostumbrará a cargar la responsabilidad sobre los demás.
6. Déjele leer todo lo que caiga en sus manos. Cuide de que sus platos, cubiertos y vasos estén esterilizados, pero no de que su mente se llene de basura.
7. Riña a menudo con su pareja en presencia del niño, así a él no le dolerá demasiado el día en que la familia, quizá por su propia conducta, quede destrozada para siempre.
8. Dele todo el dinero que quiera gastar. No vaya a sospechar que para disponer del mismo es necesario trabajar.
9. Satisfaga todos sus deseos, apetitos, comodidades y placeres. El sacrificio y la austeridad podrían producirle frustraciones.
10. Póngase de su parte en cualquier conflicto que tenga con sus profesores y vecinos. Piense que todos ellos tienen prejuicios contra su hijo y que de verdad quieren fastidiarlo.

Si, como Cersei con Joffrey, ponemos una corona a los niños y adolescentes, en lugar de educarlos con amor, los estaremos maleducando, sobreprotegiéndolos.

CAPÍTULO

7

Lección 59

.....

Robb Stark (a Talisa Maegyr):

—Ser un señor es como ser un padre, salvo que tienes miles de hijos y debes protegerlos.

Robb Stark le habla a Talisa de su padre, Ned Stark, recordando y ensalzando sus virtudes como padre y señor de Invernalía.

Un buen padre vela por el bienestar y la protección de sus hijos, aunque cabe preguntarse si la actitud paternalista debe extenderse a la relación de un gobernante y los ciudadanos. El paternalismo parte de la premisa de que, puesto que los propios ciudadanos pueden poner en peligro su bienestar individual, alguien debe ocuparse de protegerlos. Este concepto, que surgió en Inglaterra en el siglo XIX, es definido por el *Oxford English Dictionary* como el principio de actuar del modo que lo hace un padre con sus hijos, regulando en el ámbito público la vida de una nación o comunidad de esa manera. El *Diccionario de la lengua española* lo define como la «tendencia a aplicar las formas de autoridad y protección propias del padre en la familia tradicional a relaciones sociales de otro tipo: políticas, laborales, etcétera».

El paternalismo fuerte se justifica con la idea de que la incompetencia es el estado normal de la mayoría de los individuos, mientras que un tipo de paternalismo débil se basa en que quien lo ejerce lo hace para evitar que se realicen acciones y omisiones que supongan un riesgo de perjuicio, siempre que sea incompetente el individuo al que se desee proteger. Ejemplos de este tipo de paternalismo serían la prohibición del consumo de drogas o la obligación del uso de casco para motoristas y cinturón de seguridad para conductores y pasajeros de automóviles.

Es encomiable que un gobernante se comporte como un padre con sus ciudadanos. No obstante, es conveniente para ambas partes que haya límites al afán de protección para no invadir la libertad de los protegidos.

Lección 60

.....

Tyrion (a Varys):

—Los juegos de uno en uno.

Tyrion y Varys hablan de cómo preparar la defensa de Desembarco del Rey ante la cercanía del ataque de Stannis Baratheon y Varys le avisa de que Daenerys Targaryen está viva y tiene tres dragones, lo que supondrá una amenaza en el futuro.

Algo tan habitual como perjudicial es tener demasiados objetivos, lo que conduce a que la energía, la atención y la concentración se dispersen, y resta opciones de lograrlos. En cambio, tener pocos, concretos e ir por ellos uno a uno, forma parte del método correcto para conseguirlos, puesto que así se concentra todo nuestro poder y capacidades en una meta. Como dijo el actor Will Smith: «No hay razón para tener un plan B, porque te distrae del plan A». Detrás de muchos fracasos está la dispersión. Ante varios retos o metas, hay que ir uno a uno, partido a partido, que diría el entrenador de fútbol Diego Pablo Simeone.

No solo es mejor ir de objetivo en objetivo, sino que cuando lo que queremos alcanzar es algo demasiado grande o ambicioso, habrá que dividirlo en etapas y pasos. Si nos preguntan cómo se come un elefante, la respuesta tendría que ser bocado a bocado. A modo de ejemplo, nadie que quiera adelgazar lo conseguiría dejando de comer y pasando cuatro horas haciendo deporte solo en un día. No lograría los resultados que espera y, además, sería perjudicial. O como ocurre con el aprendizaje de idiomas, no se puede dominar otra lengua dándonos un atracón de gramática y vocabulario en pocos días, sino que hay que organizar el aprendizaje y dedicarle todos los días un poco de nuestro tiempo. Paso a paso, ya que con pasos cortos pero continuados se llega lejos. Trocear una meta grande en metas intermedias es muy útil para poder enfrentar grandes retos. Además, conseguimos otros beneficios: cambiar el patrón mental de fracaso por el de éxito al acostumbrarnos a lograr las metas propuestas y aumentar la confianza en nosotros mismos.

CAPÍTULO

8

Lección 61

Varys (a Ros):

—Todo el mundo tiene debilidades.

Varys ofrece a Ros trabajar para él, en lugar de para Petyr Baelish; sin embargo, ella duda porque le teme. Varys intenta tranquilizarla recordándole que todo el mundo, incluido Meñique, tiene debilidades.

Petyr Baelish es un hombre misterioso, difícil de conocer, inquietante. Juega bien sus piezas en el complicado tablero de la corte, influyendo y manipulando sin escrúpulos. Por este motivo, Ros, prostituta de su lupanar, teme que si trabaja en secreto para Varys, consejero de los Rumores, Baelish la pueda perjudicar.

Como afirma Varys, todo el mundo tiene debilidades. Por mucho que algunas personas aparenten ser murallas inexpugnables, siempre hay al menos una grieta, por pequeña que sea, por donde entrar. Puede ser algo que provoque inseguridad, una emoción que no se pueda controlar, un vicio, un deseo, una necesidad... Varys es buen conocedor de todos los secretos, incluidos los de los personajes más poderosos e influyentes de Desembarco del Rey, por herméticos que parezcan. Sabe que una de las mejores formas de ejercer poder y presión es conocer los puntos débiles de los demás.

Algo tan común como una discusión en la mayor parte de los casos descubre los defectos que disimulaban la corrección y la educación. Del mismo modo, manifestar las quejas y las alegrías muestra las debilidades, así como lo que hay detrás de las motivaciones de cada uno: placer, dinero, vanidad, poder... Un defecto como la codicia es la debilidad que aprovechan los estafadores para conseguir las víctimas propicias para sus engaños. Algo parecido ocurre en la siguiente fábula de Krilov:

Un león estaba persiguiendo un gamo por un valle. Parecía como si fuera imposible que la víctima escapara porque un profundo barranco cerraba el camino tanto para el perseguidor como para la víctima. Pero el ágil gamo, reuniendo todas sus fuerzas, salió disparado como una flecha por encima del barranco y alcanzó el otro lado. El león se detuvo y un viejo zorro amigo suyo se le acercó.

—¿Cómo —le dijo—, con tu fuerza y agilidad es posible que se te escape ese gamo? Solamente, tienes que querer saltar y aunque el abismo sea profundo, estoy seguro de que lo pasarás. Puedes contar con mi amistad desinteresada. No expondría tu vida a tal peligro si no fuera consciente de tu fuerza y tu destreza.

La sangre del león se calentó y empezó a hervirle en las venas. Finalmente, se lanzó con todas sus fuerzas al vacío, pero no pudo alcanzar el otro lado del barranco y cayó, por lo que se despeñó contra el fondo. ¿Qué hizo entonces su querido amigo? Descendió cuidadosamente hasta el fondo del barranco y allí, viendo que el león ya no necesitaba adulación ni obediencia, le dispensó su despedida dando cuenta de él hasta dejar sus huesos limpios.

Conociendo las debilidades ajenas se puede controlar la voluntad de las personas, tan fácilmente como quien pone una zanahoria delante de un burro.









3.^a TEMPORADA

CAPÍTULO

1

Lección 62

Margaery Tyrell (a Cersei Lannister):

—Los más humildes no son distintos de los más encumbrados si les das una oportunidad y los tratas con el corazón abierto.

La reina Cersei le reprocha a Margaery que hiciera actos de caridad en un orfanato del Lecho de Pulgas, dado que fue atacada allí poco tiempo atrás por una turba de desarrapados.

El principio de igualdad es una vieja aspiración que se vio reconocido por la Revolución francesa que acabó con el Antiguo Régimen. Actualmente, aparece recogido en el artículo 14 de nuestra Constitución: «Los españoles son iguales ante la ley, sin que pueda prevalecer discriminación alguna por razón de nacimiento, raza, sexo, religión, opinión o cualquier otra condición o circunstancia personal o social».

Si bien este principio se ha extendido a las democracias, no garantiza la igualdad de oportunidades que reivindica la reina Margaery. Este tipo de igualdad conecta con el ideal de justicia, dado que no puede haberla si no hay mecanismos que garanticen la igualdad de los individuos.

La igualdad jurídica o ante la ley no garantiza la igualdad económica, social o cultural, por lo que se necesitan medidas que favorezcan la igualdad de oportunidades. En la educación se aprecia cómo la falta de condiciones que garanticen la igualdad de oportunidades supedita el desarrollo de las capacidades y el logro de los objetivos personales, ya que si solo pudieran estudiar las personas con medios económicos suficientes, aquellos que no los tuvieran jamás podrían aspirar a desarrollarse intelectual y profesionalmente ni a salir de su situación.

En este ámbito y en tantos otros, además de leyes que reconozcan la igualdad, se necesitan medidas y programas concretos para que las oportunidades estén a disposición de todos los individuos.

CAPÍTULO

2

Lección 63

.....

Brienne de Tarth (a Jaime Lannister):

—Aburrirse no es malo.

A Jaime Lannister, prisionero de Brienne de Tarth, le parece tedioso tener que ir caminando hasta Desembarco del Rey.

Stannis Baratheon:

—¿Estás sola?

Shireen Baratheon:

—Y aburrida.

Stannis Baratheon:

—Mi padre me decía que el aburrimiento indica una carencia de recursos interiores. [5.^a Temporada, capítulo 4.]

Stannis se interesa por la estancia de su hija en el Castillo Negro del Muro, un lugar con pocas diversiones para una niña.

En esta época que nos ha tocado vivir, parece existir una fobia al aburrimiento. Siempre hay que estar entretenido y distraído con algo, con algún estímulo externo. Si nos falta el juego en el móvil, usar las redes sociales, la televisión, el ocio... nos quedamos sin recursos para evitar el temido aburrimiento. Sin embargo, los culpables de aburrirnos somos nosotros. Dijo el escritor Thomas Dylan: «Alguien me está aburriendo; creo que soy yo». ¿Cómo se puede aburrir alguien en un mundo lleno de cosas maravillosas por contemplar, vivir, disfrutar?

Nos ocurren cosas estupendas que hemos anhelado y buscado —un trabajo, una relación, vivir en una ciudad llena de atractivos— y aun así, nos aburrimos. Si fuéramos conscientes en cada momento de la brevedad de la vida, trataríamos de exprimir cada minuto como si de una naranja llena de zumo se tratara.

Vivimos proyectando expectativas, sin valorar la vida y todo lo que tenemos, sin anclarnos en el aquí y en el ahora, siempre frustrados y depositando la felicidad donde no la podemos encontrar, en el futuro: el próximo fin de semana, el próximo coche, las próximas vacaciones..., y tratamos de sobrellevar el hastío y la desmotivación con todo tipo de entretenimientos que nos hagan más soportable la existencia, porque vivir lo que somos, hacemos y tenemos no nos gusta.

Hacer siempre lo mismo, la repetición, también nos aburre. Por eso la gente quiere buscar estímulos: cambiar de casa, de coche, de pareja..., todo para al final terminar tan aburridos como antes. Distraerse constantemente, no es otra cosa que cambiar de aburrimento.

No obstante, nada es estático, nada permanece igual y todo cambia, incluso en cada repetición hay siempre algo nuevo. Para el que se aburre todo se convierte en viejo rápidamente, porque una vez que algo se repite, deja de interesarle; para el que está despierto, aun en la repetición, siempre hay cambios que apreciar.

Las personas que se aburren con frecuencia actúan como el protagonista de la siguiente historia:

Un hombre está preparando una sopa. Para probarla, llena el cucharón, bebe un sorbo y se da cuenta de que le falta sal. Teniendo el cucharón lleno en una mano, añade sal a la cacerola y vuelve a probar la sopa del cucharón. Como la sigue encontrando sosa, vuelve a echar más sal en la cacerola y acto seguido, vuelve a probar la sopa del cucharón, que sigue estando sosa, como al principio. Al no ver resultados, desiste de seguir echando sal a la cacerola.

El cucharón representa la parte de nosotros que deberíamos trabajar y mejorar. Si decimos «me aburro», en lugar de buscar recursos en nosotros mismos, los buscamos en el exterior.

El aburrido crónico, en lugar de quejarse continuamente de que lo que tiene alrededor le aburre, haría mejor en hacerse responsable de su hastío. Es bueno que los niños se aburran para estimular su creatividad y desarrollar recursos propios que les hagan disfrutar de sus circunstancias. El verdadero antídoto para el aburrimento es vivir creativamente cada momento.

Lección 64

Tyrion (a Shae):

—Intento conocer a tanta gente como pueda; nunca se sabe a quién necesitarás.

A Shae, pareja de Tyrion, le molesta que este conozca a Ros, prostituta que trabaja para Petyr Baelish.

Dice el refrán castellano que es bueno tener amigos hasta en el infierno. No sé si hay tantos amigos como para tenerlos en tantas partes, quizá fuera más acertado decir conocidos en lugar de amigos. Uno nunca sabe qué ni a quién va a poder necesitar en las múltiples vicisitudes que la vida presenta.

En estos tiempos, este refrán se podría traducir como *networking* en el mundo laboral. Ni más ni menos que la red de contactos que se va tejiendo a través de las relaciones laborales, reuniones, foros, congresos, jornadas, conferencias, eventos, redes sociales laborales como LinkedIn, etc., encuentros presenciales y en línea —son preferibles los que tienen lugar en persona porque las relaciones directas tienen mayor alcance y son más duraderas— que permiten conocer a personas con intereses en común a los nuestros y sirven para crear y desarrollar las oportunidades de negocio.

Cuanto más amplia sea la red de contactos, más probabilidades habrá de que alguno de ellos pueda sernos útil en algún momento, porque en el caso de buscar a alguien para que nos preste un servicio, solemos preferir a alguien conocido o a alguien del que nos da referencia una persona de nuestra confianza que a un desconocido. Puede servir por lo tanto para conseguir empleo, aumentar ventas, aprender estrategias de otros, compartir información, obtener recomendaciones...

Para que la red de contactos funcione, se debe dar u ofrecer algo a los demás; dar a conocer nuestras necesidades o pedir, para que los otros lo sepan y puedan prestarnos su ayuda; ser agradecido al recibir la ayuda o apoyo y recomendar la buena labor de los profesionales con los que nos relacionemos.

CAPÍTULO

3

Lección 65

.....

Varys (a Tyrion):

—La influencia es una cuestión de paciencia.

Tyrion le confiesa a Varys que desea vengarse de la persona que encargó que un soldado de los Lannister lo asesinara en la batalla del Aguasnegras, para lo que necesita cierta influencia que en ese momento no tiene.

Dado que Tyrion ha perdido poder al dejar de ser Mano del rey tras la batalla del Aguasnegras, ve en la influencia una alternativa al poder que ejercía en su anterior cargo.

Se podría definir la influencia como la capacidad de conseguir el consentimiento de los otros para que presten su apoyo y compromiso para lograr un objetivo. Para ello, es necesaria la paciencia, como decía Varys, ya que no se logra de un día para otro.

Para crearla se necesita transmitir con entusiasmo datos y argumentos de peso que persuadan, apelando a valores y a objetivos personales (siendo maquiavélicos, se podría inducir a la gente a llegar a las conclusiones que uno desea y que piense que llegó a ellas por sí misma); ganarse a las personas haciendo que se sientan importantes, reconocidas y valoradas; practicar la escucha activa; pedir consejo y demostrar al otro que sus aportaciones son valiosas e importantes; depositar confianza en el desempeño del otro porque demuestra que valoras su capacidad y su talento; dar en pequeñas cantidades para que, como indica el principio de escasez, los otros sigan demandando de nosotros lo que no tienen; pedir claramente lo que se quiere —no hay que esperar que los demás tengan telepatía y nos lean el pensamiento—; aumentar la autoridad a través de la experiencia y el ejemplo de las acciones, porque lo que haces habla tan fuerte que no deja escuchar lo que dices, como dijo Emerson.

Parte de algunas de estas estrategias para influir son usadas por los *influencer*; esas personas que aparecen en las redes sociales y cuentan con credibilidad sobre un tema, cuya opinión influye en la de un gran número de seguidores, lo que se aprovecha por parte de las empresas de cara a publicitar sus productos de una manera más disimulada, informal y espontánea.

Lección 66

Olenna Tyrell (a Varys):

—Debéis despreciarlo. Os esforzáis mucho por menoscabarlo.

Varys le advierte a Olenna Tyrell de las intenciones del peligroso Petyr Baelish para llegar a hacerse con el Norte a través de un posible compromiso con Sansa Stark.

Varys sabe que parte del poder reside en la buena reputación y el prestigio, por ello se ocupa de desacreditar a Baelish ante personas influyentes de la corte como Olenna Tyrell. Como dijo el jesuita francés Louis Bourdaloue: «El brillo de una reputación es como el cristal de un espejo: basta con echar un débil aliento para quitarle de repente todo el lustre».

Queramos reconocerlo o no, nos fijamos y juzgamos por las apariencias. La buena reputación forma parte de ellas; una vez creada, trabaja en nuestro favor sin que tengamos que hacer nada más que conservarla, de ahí lo importante de poseerla.

La reputación, basada principalmente en alguna cualidad destacada, se convierte en nuestra tarjeta de presentación, precediéndonos antes de hacer acto de presencia.

Por otro lado, atacar la reputación de otro denota inferioridad por parte del que ataca, aunque la difamación y la crítica son armas poderosas para menoscabar el prestigio de cualquiera. Además, la persona atacada tiene mucho más que perder que aquel que quiere difamar.

Tampoco sirve cualquier tipo de ataque deshonroso, porque delataría al atacante e incluso iría contra su imagen. Son más eficaces la ironía, la sátira y el sarcasmo que utiliza Varys, que al mismo tiempo le dan un aire divertido, inteligente y encantador.

CAPÍTULO

4

Lección 67

.....

Daenerys:

—¿Cuál es tu nombre?

Gusano Gris:

—Gusano Gris.

Daenerys:

—¿Gusano Gris?

Missandei:

—Todos los Inmaculados reciben un nuevo nombre cuando los castran: Gusano Gris, Pulga Roja, Rata Negra..., nombres que les recuerdan cómo los consideran: alimañas.

Daenerys:

—Desde este día en adelante elegiréis vuestros propios nombres. Les diréis a vuestros compañeros soldados que hagan lo mismo. Deshacedos de vuestro nombre de esclavo. Elegid el nombre que vuestros padres os dieron o cualquier otro. Un nombre del que os sintáis orgullosos.

Daenerys se reúne con los oficiales de los Inmaculados y con su líder, Gusano Gris, elegido por ellos. La joven Targaryen los anima a que ejerzan la libertad que les ha concedido y elijan un nuevo nombre con el que se sientan identificados.

La elección del nombre no es una cuestión baladí, ya que nos acompaña toda la vida y forma parte de nuestra identidad, condición *sine qua non* para presentarnos y ser reconocidos en sociedad desde el momento en que nacemos. Un estudio de Catherine Douglas y Peter Rowlinson, de la Universidad de Newcastle, demuestra que incluso los animales domésticos se sienten mejor

si se les trata de manera individualizada llamándolos por su nombre. Un estudio de estos investigadores en más de 500 granjas británicas demostró que las vacas que tenían un nombre y que no se trataban de forma genérica como el resto producían una mayor cantidad de leche.

Los padres de un bebé suelen elegir su nombre siguiendo el criterio de las modas del momento, dando el mismo que el de alguno de los progenitores, recurriendo al nombre de algún familiar o antepasado, etcétera, sin pensar que, según Alejandro Jodorowsky, lo que hay detrás de la elección del nombre influye de forma determinante en la personalidad del individuo al que se le otorga. Si el nombre elegido perteneció a un antepasado con una historia secreta y poco honrosa (suicidio, enfermedad venérea, condena a prisión, prostitución, incesto...), la persona a la que se dé el nombre experimentará unos sufrimientos que poco a poco invadirán su vida. Si un hijo recibe el nombre del antiguo amante de su madre, se convertirá en su novio para toda la vida. Los que reciben nombres asociados a lo sagrado —Purificación, Encarnación, Inmaculada, etc.— pueden vivirlos como órdenes para su subconsciente que les provoquen conflictos sexuales. Los bautizados como Pascual, Manuel, Jesús, Cristóbal, pueden experimentar anhelos de perfección y tener alguna vivencia en torno a los treinta y tres años que suponga un fin de ciclo y un renacer. Un hombre separado de su madre o que la perdió durante su infancia, le pondrá un nombre compuesto a su hijo del tipo José María, materializando así su deseo de estar con ella. En familias con antepasados autores de robos o estafas, suele darse el nombre de Inocencio a algún descendiente. Si nace un niño y se le pone el nombre masculinizado de su hermana, Antonio hermano de Antonia, la hija puede sentir que su nacimiento fue una decepción, ya que la familia esperaba, en realidad, un varón. En el caso de los padres que eligen el nombre tomándolo de alguna celebridad, imponen una meta que puede generar angustia a su portador, si no se tiene el mismo talento. Cuando los padres utilizan el diminutivo para llamar a sus hijos —Pepito, Manolín, Paquita— pueden anclarlos en la infancia.

El inconsciente colectivo también aporta connotaciones relevantes a los nombres. Los de santos pueden transmitir virtudes, pero también martirios. Algunas mujeres llamadas María pueden sentir la angustia de querer tener el hijo perfecto.

Según tradiciones orientales, el uso del nombre funciona como un mantra —palabras que al repetirse constantemente generan un efecto en planos sutiles—, con un efecto favorable o perjudicial.

Sea como fuere, a cada uno de nosotros nos corresponde, como a los Inmaculados, descubrir el misterio del nombre que portamos y aceptarlo integrándolo en nosotros o cambiarlo por uno más beneficioso.

Lección 68

Petyr Baelish (a Samsa Stark):

—No importa lo que queramos. Nada más conseguirlo, queremos otra cosa.

Desde la costa de Desembarco del Rey, Petyr Baelish le muestra a Sansa Stark un barco suyo que navega cerca de la costa y que en su momento ansió tener. Una vez conseguido, le gustaría tener una docena.

No tenemos remedio, somos como niños que después de pasar meses deseando nuevos juguetes, apenas han abierto los regalos que les han dejado Papá Noel o los Reyes Magos, se cansan de los suyos y empiezan a desear otros que no tienen. Siempre los que no tienen, los que no tenemos.

Esta característica, posiblemente innata, se potencia en nuestra sociedad de consumo, que crea necesidades y deseos que no tenemos para estimular la compra de nuevos productos. Alcanzamos una felicidad efímera al conseguir lo que deseamos y acto seguido sentimos la necesidad de adquirir algo nuevo. Somos ansiosos insatisfechos crónicos, estado ideal para que la maquinaria de la sociedad de consumo no se detenga. La compulsividad-impulsividad nos lleva a no solo gastar lo que tenemos, sino lo que es peor, lo que no tenemos. De ahí la existencia de las tarjetas de crédito, los préstamos...

La publicidad nos bombardea con todo tipo de productos y servicios apetecibles imprescindibles para ser felices. Pobres de nosotros si pensamos que la felicidad viene de fuera: de un coche nuevo, de un móvil de última generación, etc. Dejamos, pues, nuestra felicidad fuera de nosotros, fuera de nuestro alcance, la perseguimos ansiosos y como está en manos de otros, juegan con nosotros a su antojo. La falsa felicidad, claro. Porque para vivir una felicidad duradera y real, hemos de darnos cuenta de que se encuentra en nosotros y no se logra con adquisiciones ni compras, sino descubriendo el valor de disfrutar de lo que uno tiene en cada momento de su vida —material e inmaterial—, pensando más en lo que tenemos y no en lo que queremos, aprovechándolo, agradeciéndolo y honrándolo. Como hicieron las generaciones anteriores, llevando una forma de vida mucho más sostenible que la nuestra de apenas usar y tirar.

CAPÍTULO

5

Lección 69

Baelish (a Varys):

—El caos es una escalera. Muchos intentan subirla y fracasan, nunca podrán hacerlo de nuevo. La caída los destroza, pero otros, si se les deja subir, se aferrarán al reino, o a los dioses, o al amor. Espejismos. Solo la escalera es real, el ascenso.

Varys y Baelish hablan en el salón del Trono sobre el papel que están llevando a cabo en las intrigas de la corte y sus intereses cruzados, así como sobre lo que hay detrás de lo que simboliza el reino.

Vivimos tiempos de caos, donde las referencias que parecían fiables han desaparecido o cambiado tanto que cuesta reconocerlas. Todo cambia a una velocidad cada vez mayor y nada parece estable y duradero. Es la época de la modernidad líquida, como la llamó el filósofo Zygmunt Bauman, período en el que el mundo es más provisional, precario, confuso; en oposición a la modernidad sólida en que los valores y formas de vida eran duraderos, constantes.

¿Cómo podemos afrontar la vida con semejante panorama? Para muchos, esta realidad cambiante se asemeja al caos y, precisamente, la clave es la flexibilidad, la adaptación a las circunstancias. Permanecer estático y rígido ante situaciones que necesitan nuevas formas de actuar es la peor estrategia que podemos tomar.

En la mayoría de las ocasiones, no triunfa la persona con más conocimientos, sino la que sabe dejar a tiempo sus ideas preconcebidas y adaptarse al cambio, concentrándose en la realidad que tiene ante sus ojos, no la que tenía en su cabeza. Lo que el filósofo Carl von Clausewitz llamó «fricción»: la diferencia entre nuestros planes y lo que realmente sucede. Puesto que la fricción es muchas veces inevitable, nuestra mente está obligada a adaptarse a lo inesperado.

La mente debería ser como un río, que cuanto más rápido corre, más se renueva, mayor es su energía y mejor se adapta al cambio. Sin embargo, las ideas fijas, obsesivas, las experiencias pasadas ya sean de éxito o fracaso, son como rocas o lodo que impiden que corra el agua, que siga su curso, y provocan que el río se estanque y se convierta en insalubre. Como también hacen los niños, viviendo el presente, abiertos a las nuevas experiencias.

Si entendemos el caos como cambio, no nos queda más remedio que darle la razón a Meñique, ya que el cambio es lo único real y permanente. Tenemos que convivir con un cierto margen de incertidumbre y caos. El que no sucumbe en el caos y lo interpreta como una oportunidad para mejorar demuestra su valía.

Por este motivo, grandes estrategias como Napoleón y Rommel, conocedores del efecto que causaba el caos, sorprendían a sus enemigos por la rapidez y movilidad de sus tropas, lo que provocaba desorden y confusión que aprovechaban en su beneficio.

Tan perjudicial es ser demasiado rígido y estructurado como para no cambiar si es necesario, como tener ideas vagas y no darles estructura y forma por pereza o negligencia. El término medio sería partir de una idea definida y clara de lo que se quiere, teniendo una actitud abierta y dejando margen a las oportunidades inesperadas y las casualidades, lo que sería una forma de canalizar el caos para nuestros fines y sacar provecho de las situaciones de desorden, porque como dice el refrán: «A río revuelto, ganancia de pescadores».

CAPÍTULO

6

Lección 70

.....

Orell (a Jon Nieve):

—La gente colabora cuando le viene bien, es leal cuando le viene bien, se ama cuando le viene bien y se mata cuando le viene bien.

Orell, el salvaje cambiapielos, le revela a Jon Nieve que si Ygritte corre algunos riesgos por él, es por conveniencia, no por otras razones desinteresadas.

Al ingenuo Jon Nieve parecen sorprenderle las palabras de Orell: Somos egoístas y nos mueven los intereses personales, así que en el caso de necesitar ayuda, habrá que tener en cuenta las inclinaciones de los otros para involucrarlos en nuestras pretensiones. Tendremos que buscar qué hay en nuestra petición que al otro le pueda beneficiar para que, buscando su provecho, actúe para nosotros. Algo así como lo que dice el refrán: «Por el interés te quiero, Andrés».

Si simplemente pedimos ayuda sin tener en cuenta los intereses del otro, este sentirá que lo molestamos, le hacemos perder el tiempo o en el peor de los casos podrá dar la impresión de que estamos desesperados, porque incluso los más poderosos están inmersos en sus intereses. Así lo muestra como ejemplo la siguiente fábula de Esopo:

Un campesino tenía en su jardín un manzano que no daba frutos, solo servía de abrigo para los gorriones y los saltamontes. Ante esta realidad, decidió cortar el árbol; empuñó el hacha y asestó un golpe violento a las raíces. Los gorriones y los saltamontes le rogaron que no cortara el árbol que les daba cobijo, que le perdonara la vida, y ellos le cantarían para aliviar sus labores. El campesino no atendió sus súplicas y asestó otro golpe de hacha y otro más. Cuando llegó a un hueco en el centro del manzano, encontró un panal lleno de miel. Después de probarla, dejó el hacha y, admirando al árbol como si fuera sagrado, lo cuidó con gran dedicación. Lo único que motiva al hombre es el interés personal.

Técnicas de negociación como *win to win*, que tiene como objetivo que todos ganen, se basan en que para negociar hay que conocer los intereses de la otra parte. Si hacemos ver al otro que podemos apoyarlo o atender sus necesidades e intereses, su resistencia inicial se irá convirtiendo

en una predisposición positiva hacia nuestra demanda y será un puente para lograr el interés mutuo, porque como dijo el ensayista francés La Bruyère: «La mejor y más rápida forma de hacer fortuna es dejar que los demás vean claramente que está en su interés promocionar el tuyo».

CAPÍTULO

7

Lección 71

.....

Stannis (a Ser Davos):

—Nosotros no elegimos nuestro destino, pero debemos cumplir nuestro deber.

Ser Davos no está de acuerdo con que Melisandre quiera sacrificar a Gendry, el bastardo del rey Robert Baratheon, para conseguir poder para las pretensiones de Stannis. Este argumenta que cada uno debe cumplir el papel que le corresponde, como a él el de ser rey, aunque tampoco lo haya elegido.

Decía el filósofo y economista Ferdinando Galiani que el destino es una ley cuyo significado se nos escapa, ya que nos faltan una inmensa cantidad de datos. Puesto que es una especie de fuerza desconocida que dirige en cierto modo nuestras vidas, inescrutable, fuera del alcance de nuestro conocimiento, lleva aparejado una serie de obligaciones y deberes que no podemos eludir. Llegar a saber cuál es nuestro deber es una pista valiosa para descubrir el destino que nos ha correspondido y la misión que debemos cumplir en la vida.

Si de los héroes de la Antigüedad se esperaba que superaran las duras pruebas a las que eran sometidos, el heroísmo de cualquiera de nosotros consiste en el cumplimiento constante del deber, en las tareas cotidianas, en la vida profesional y familiar. Cumplir nuestras misiones por nuestro bien y el de los demás.

Tradiciones como la budista dicen que el destino está provocado por nuestros actos, que es su consecuencia, por lo que debemos responsabilizarnos de estos y asumirlos, cumplir nuestro deber que tiene detrás un motivo, una causa, una faceta de nuestra persona que tenemos que pulir para poder evolucionar.

Están de moda los mensajes que animan el «querer», el conseguir todo lo que uno desee, incluso diciendo que para conseguir algo, basta con desearlo con mucha fuerza. Otros hablan constantemente de la motivación, tratando de estimular «el poder», la capacidad de realizar o conseguir algo. Incluso se dice que querer es poder. Desgraciadamente, queda marginado el antipático «deber» que nos dicta nuestra conciencia sobre lo que es o no correcto.

Será necesario encajar el querer, el poder, sin olvidar el deber, para alcanzar el éxito en nuestros propósitos.

CAPÍTULO

8

Lección 72

Daario Naharis (a Jorah Mormont):

—Eres muy dado a la sospecha. En mi experiencia, solo los deshonestos piensan así.

Daario explica sus planes para tomar Yunkai, pero Jorah Mormont piensa que es una trampa para traicionarlos.

«Cree el ladrón que todos son de su misma condición», reza el refrán castellano. Solemos pensar que los demás son o actúan como nosotros, acusando a otros de debilidades, defectos y vicios propios, además de no confiar en las buenas acciones que puedan realizar.

Parece que el origen del refrán podría venir de la Antigua Roma, a través del aforismo jurídico: *Malus est qui praesumitur sibi malos esse alios*. O sea, «Malo es quien presume que los demás son malos».

Afortunadamente, no solo pensamos que los demás no son honrados si nosotros no lo somos, sino que pensamos que los demás son como nosotros: si somos confiados, confiamos en los otros; si somos generosos, creemos que la gente también lo será, etcétera.

Vemos por lo tanto solo una parte de la realidad, la que estamos acostumbrados a ver o la que nos conviene; vemos solo una porción de ella. La gente piensa, juzga y decide según su forma de ver el mundo, su perspectiva, sus creencias profundas, sus filtros... Cada uno tiene su verdad, y ninguna de ellas es absoluta. La «verdad» sería entonces la suma de todas las verdades, de todos los puntos de vista.

Si observamos el mapa de un territorio, no vemos el territorio, sino una representación de él sobre el mapa. De ahí la conocida frase de la Programación Neurolingüística «el mapa no es el territorio», acuñada por el lingüista polaco Alfred Korzybski cuando durante la Primera Guerra Mundial él y su pelotón cayeron en un foso que no aparecía en los mapas.

Tendremos que ser entonces respetuosos con la imagen de la realidad que tienen los demás y no querer imponerles la nuestra, cuidar de no caer como Korzybski en los fosos de la realidad que no vemos.

CAPÍTULO

9

Lección 73

.....

Tywin Lannister (a Joffrey Baratheon):

—Si un hombre necesita decir «yo soy el rey», es que no es el auténtico rey.

Tyrion Lannister:

—Joffrey es el rey.

Tywin Lannister:

—¿De verdad crees que una corona te da poder?

El rey Joffrey pierde los papeles celebrando la muerte de Robb y Catelyn Stark en la boda Roja, por lo que Tyrion lo reprende y él lo amenaza alegando que lo escarmentará porque es el rey. Su abuelo Tywin Lannister lo acaba desautorizando, al mostrarle que si tiene que reivindicar su condición de rey para hacerse respetar, es porque no transmite autoridad.

Hay líderes que basan su poder en el cargo que ocupan y otros que sin ocupar un cargo son líderes. Es lo que en la Antigua Roma se definía como *potestas versus auctoritas*.

Al rey Joffrey le falta carisma y capacidad de persuasión, entre otras cualidades, para ser un auténtico líder. Su poder se fundamenta en su cargo. Este tipo de liderazgo corresponde a la *potestas* o liderazgo formal, basado en el principio de jerarquía. Los líderes que así lo ejercen basan su legitimidad en sus facultades coercitivas, ya sea para imponer castigos como para conceder privilegios. Como se fundamenta en el cargo, una vez se carece de él porque se extinga o concluya, desaparece la influencia del líder. A este tipo de líderes les interesa el poder por el poder, su interés personal por encima del interés del grupo.

Opuesto a este tipo de liderazgo es el basado en la *auctoritas*, liderazgo material en el que priman las actitudes y aptitudes del líder. Para influir sobre los miembros del grupo cuentan más los valores que se comparten que la diferencia de rango que les separa. Estos líderes tienen vocación de servicio y buscan el interés general del grupo por encima del personal. A diferencia del liderazgo basado en la *potestas*, como la influencia del líder depende de sus méritos, carisma, valores, saber, aun dejando el cargo, puede seguir influyendo en el grupo, al ser un poder no

vinculante, pero reconocido por su fuerza moral. Además, al compartir valores y objetivos con los miembros del grupo, la motivación de estos es mayor que cuando la obligación es formal e impuesta.

El rey Joffrey no es digno de consideración porque su voluntad no se aplica a no ser que ejerza la fuerza. Logra la sumisión de sus súbditos, pero no su respeto y admiración. Autoproclamarse líder no convierte a nadie en líder, sino los actos y comportamientos propios de tal condición; el liderazgo se define por los actos, no por las palabras. Se puede asignar un cargo de poder a través de un nombramiento, pero el verdadero liderazgo no se impone, se gana a través de las acciones.

Lección 74

Tywin Lannister (a Tyrion Lannister):

—Una casa que anteponga a la familia derrotará a una casa que anteponga los caprichos y los deseos de sus hijos e hijas. Un buen hombre hará cuanto esté en su mano para mejorar la posición de su familia, al margen de cuáles sean sus deseos egoístas.

Una vez más Tywin Lannister deja claro que la familia está por encima de todo y de todos. Toda su estrategia se dirige a la continuidad de su familia como linaje hegemónico. Para ello hay que desechar toda conducta egoísta que supone verdadera carcoma en cualquier grupo, equipo, familia o estado.

La continuidad de una familia poderosa depende de que todos los miembros pongan en práctica que la familia no está a su servicio, sino que cada uno de los integrantes está al servicio de la familia. Ocurre lo mismo en los equipos deportivos. Solo triunfan aquellos cuyos miembros consideran que los intereses del equipo están por encima de los intereses individuales.

Como buen líder, Tywin muestra espíritu de servicio y sacrificio por su familia, así con su ejemplo enseña que por encima de todo está la familia. No hay cabida para que alguien pueda aprovecharse de su posición privilegiada, dado que la familia no les pertenece, sino que está por encima de todos y a ella hay que servir. Como dijo el rey Federico el Grande de Prusia: «El rey es el primer servidor del Estado».

Tywin sabe que o se sirve a la familia o está servida. Aunque da una imagen de persona poco empática, busca el bien de su familia y su continuidad; el bien de su familia es el suyo, aunque parezca frío y poco compasivo. A pesar de ser una persona poderosa, utiliza sus medios para cumplir con el deber que se ha impuesto de proteger y beneficiar a su estirpe.

Al patriarca de los Lannister no le preocupa tanto despertar admiración como admirar su obra: el ensalzamiento y bienestar de la empresa a la que ha dedicado su vida, su familia. En ello reside su nobleza, puesto que sirve a un fin superior y deja en segundo plano el provecho que pueda obtener.

Lección 75

.....

Cersei (a Tyrion):

—Trata de discernir quién merece qué y al poco tiempo te pasarás la vida sollozando por todas y cada una de las personas del mundo.

Tyrion se compadece de la vida que está llevando Sansa Stark en la corte, lo que despierta la ironía de la implacable Cersei.

Ser Alliser Thorne (a Jon Nieve):

—Tenéis buen corazón, Jon Nieve, que nos matará a todos. [5.^a Temporada, capítulo 9.]

Ser Alliser le reprocha irónicamente a Jon Nieve que permita la entrada de multitud de salvajes en el Castillo Negro ante la llegada del invierno y la amenaza del Ejército de los Muertos.

Nos conmueven las desgracias, los afligidos, las víctimas. Despiertan nuestra compasión, nuestro deseo de salvarlos o de sentirnos mejor convirtiéndonos en salvadores. Habría que preguntarse cuántas de esas víctimas lo son realmente.

Dice el refrán castellano que por la pena entra la peste, porque muchas veces los que viven en el rol de víctima lo hacen para desahogarse de problemas que no afrontan ni resuelven para así no perder la atención de los salvadores, robándonos el tiempo y la energía, haciéndonos entrar en su mentalidad y en la forma de afrontar la vida, que viendo cómo les va a ellos, o cómo dicen que les va, solo puede llevarnos al desastre. Al fin y al cabo y recurriendo de nuevo al refranero, dime con quién andas y te diré quién eres.

Evidentemente, existen víctimas reales tras haber vivido un acontecimiento desgraciado y es lícito sentir dolor y pasarlo mal, pero ese estado no debe prolongarse demasiado, porque se corre el riesgo de pasar de ser víctima a hacerse la víctima.

Incluso hay personas que sufren por lo que los demás hacen con sus vidas. En este caso la culpa no es de los otros, sino del que se declara víctima, al crearse expectativas que no tienen que ver con la realidad. Por lo tanto, son víctimas de sí mismos, pues cada uno tiene derecho a hacer con su vida lo que quiera. Este tipo de víctimas, al no conseguir lo que quieren de los demás, suelen recurrir a crear culpa en el otro, con lo que se convierten en víctimas-verdugos.

También se da el caso de las víctimas-verdugo que muestra este chiste:

Un niño entra llorando en su casa y corre a los brazos de su madre. Tiene un pequeño arañazo en la cara.

—¡Ese niño imbécil se me echó encima y me dio un golpe! —se queja entre sollozos.

—Mi niño bonito, ¿sabes cómo se llama el que te golpeó? —pregunta conmovida la madre.

—No, no lo conozco.

—Entonces ¿cómo vamos a hacer para identificarlo?

—No lo sé, pero tal vez nos ayude esto: tengo su oreja en el bolsillo.

Muchos que se consideran víctimas son personas que causan mucho más daño del que, según ellos, ha justificado su comportamiento. Si tenemos que aclararnos sobre una situación víctima-verdugo, convendría preguntarse si las personas que están en nuestras vidas quejándose continuamente nos alegran la vida o nos están dañando como el niño del chiste.

Es recomendable que aquel que se sienta víctima crónica crezca, acepte la vida tal cual es y tome las riendas.

Lección 76

Melisandre (a Stannis Baratheon):

—Un gran don requiere un gran sacrificio.

Melisandre le recuerda a Stannis que, si quiere conseguir el Trono de Hierro, deberá acometer los sacrificios necesarios para hacerse con él.

Una vez que Miguel Ángel acabó de pintar la Capilla Sixtina, la gente admiró maravillada su obra, a lo que él respondió: «Si la gente supiera lo duro que tuve que trabajar para conseguir mi maestría, no les parecería tan maravilloso».

Alcanzar un gran logro requiere un gran sacrificio, pagar un precio proporcional al valor de lo que queremos conseguir; sin embargo, algunos ilusos esperan conseguirlo todo a cambio de poco o nada, como cuenta la siguiente historia:

Un hombre que sufre de impotencia visita a los mejores especialistas sin lograr resolver su problema. Un día fue a un conocido curandero, famoso por sus sanaciones milagrosas. Este le preguntó:

—¿Cuánto estaría dispuesto a pagar para que le cure la impotencia? Valore el precio de su curación.

—Quinientos euros —respondió, tras haberlo pensado durante unos instantes.

—Si solo ofrece quinientos euros es porque valora muy poco su sexualidad. Mientras no reflexione sobre ello, jamás resolverá su problema.

El precio puede ser dedicarse en cuerpo y alma a nuestro propósito, invertir los ahorros de una vida o renunciar a lo que tengamos. Lo que está claro es que para lograr un objetivo memorable, no podemos guardarnos nada en el empeño.

Steve Alford, compañero de Michael Jordan en el equipo olímpico estadounidense que ganó la medalla de oro en las Olimpiadas de Los Ángeles 84, dijo de Jordan que la diferencia entre él y cualquier otro jugador residía en que siempre era el primero en llegar a los entrenamientos y el último en irse. Queda claro que lo que importa no es tanto la voluntad de ganar, que todo el mundo puede tener, sino la de prepararse para ganar.

El sacrificio sin escatimar esfuerzo y constancia es el único camino, en caso contrario, cualquier relajación nos hace bajar peldaños y perder posibilidades, tal como dijo el pianista André Previn: «Si dejo de practicar un día, me doy cuenta. Si lo dejo dos días, mi representante se da cuenta. Si lo dejo tres días, mi público se da cuenta».

Antes de acometer un objetivo exigente debemos saber cuál es el precio que tendremos que pagar. En algunos casos será dinero, en otros, tiempo, salud, pérdida de amistades... Hay que valorarlo todo antes de acometer el sacrificio que nos hayamos propuesto y decidir si nos conviene. Si la conclusión es afirmativa, manos a la obra.

Lección 77

Daenerys Targaryen (a Jorah Mormont):

—La gente cobra precio a sus cadenas.

Tras tomar y liberar al pueblo de Yunkai, a Jorah Mormont le extraña que la población esclava no salga de la ciudad a recibir a Daenerys.

La frase de Daenerys se corresponde con lo que se conoce como el síndrome de Estocolmo, que tuvo su origen en el secuestro de unos rehenes por parte de Jan Erik Olsson durante el atraco a un banco de la capital sueca. Tras seis días de retención, los rehenes sentían miedo y no querían ser liberados por la policía, decían sentirse seguros y en el posterior juicio contra su secuestrador, no declararon contra él.

Algo muy parecido ocurre en muchas relaciones que parecen un secuestro afectivo. La víctima, a pesar de vivir un infierno en una mala relación, no la rompe debido a un vínculo de dependencia. Aunque puede darse en cualquier ámbito, lamentablemente ocurre con mucha frecuencia en el afectivo, en el que víctimas de violencia en el ámbito de la pareja no solo no terminan con la relación, sino que incluso justifican a la persona que las maltrata. Entre los motivos por los que no se acaba con una relación tan tóxica puede encontrarse el temor de la víctima al sentir que su vida corre peligro, por lo que intenta agradar al maltratador por todos los medios para sobrevivir. El hecho de que el maltratador no les haya hecho daño o haya acabado con su vida puede provocar que, si logran salir de la relación, no se sientan víctimas.

Para que esta situación se pueda dar, el terreno adecuado suele ser una baja autoestima por parte de la víctima. La autoestima es una especie de sistema inmunitario emocional, cuando está baja, entra cualquier virus, en este caso persona perjudicial, y los resultados son desastrosos.

A esta situación enfermiza se suma, como en los secuestros, que la persona maltratadora aísla a la víctima, con lo que se convierte en su única referencia, lo que contribuye a anularla. Por todo lo anterior y por el miedo a enfrentarse a una nueva vida por aquello de «más vale lo malo conocido que lo bueno por conocer» es tan difícil salir de estos secuestros emocionales.

A veces no afrontamos los cambios que deberíamos acometer en nuestras vidas por miedo a lo desconocido, aunque lo conocido sea terrible. Atrevernos a cruzar el umbral de lo desconocido puede abrirnos la puerta a otra vida, como en el siguiente cuento oriental:

Un emperador, conocido por su carácter implacable, tomaba a sus prisioneros de guerra y los conducía hacia una enorme sala. Los prisioneros eran colocados ordenadamente en largas filas y él les gritaba diciéndoles:

—Les voy a dar una oportunidad, giren sus cabezas hacia la derecha y miren hacia el rincón de la sala.

Los soldados giraron la cabeza y vieron a un grupo de soldados armados todos ellos con arcos y flechas, preparados para llevar a cabo cualquier acción.

—¿Han tomado nota de lo que han visto? Bien, pues ahora, giren sus cabezas hacia la izquierda y observen lo que se encuentra en el rincón de la sala —continuó diciendo el emperador.

Al girar la cabeza, los prisioneros observaron una dantesca puerta negra. Sobre ella colgaban cráneos humanos a modo de decoración y el picaporte para abrir la puerta no parecía mucho más agradable al tratarse de la mano de un cadáver.

Dicho esto, el emperador se colocó en el centro de la sala y gritó a los soldados:

—Ahora les doy la oportunidad de que escojan, ¿qué es lo que ustedes prefieren? ¿Eligen la zona derecha donde morirán atravesados por las flechas de los arqueros o eligen la zona izquierda, *abren* la puerta negra y quedan allí encerrados? En su mano queda su decisión, escojan.

Uno a uno, los soldados iban observando las dos posibilidades para poder tomar una decisión y la mayoría de ellos siguieron el mismo comportamiento: primero, antes de tomar la decisión de la muerte segura si escogían a los arqueros, se acercaban a la horrible puerta negra, donde estaban aquellos esqueletos, calaveras y lemas del tipo «Viva la muerte». Finalmente, todos eligieron morir atravesados por las flechas. «Una muerte rápida y segura. Seguro que si elijo la puerta también voy a morir y a saber de qué forma, seguro que será después de una terrible tortura», decían. Así, uno tras otro, todos actuaron cual rebaño de ovejas. Miraban a la puerta y a los arqueros y pedían al emperador morir atravesados por las flechas.

Terminada la guerra y pasado el tiempo, uno de los arqueros que se encontraba barriendo la enorme sala vio cómo se acercaba el emperador. El arquero con todo respeto y algo temeroso le preguntó: «Sabe, señor, cada vez que usted da la oportunidad a los prisioneros, siempre tengo la misma curiosidad, no se enfade con la pregunta que le voy a formular, pero ¿qué es lo que se esconde detrás de aquella puerta negra?».

El emperador respondió con el semblante serio: «Si usted tiene esa duda, vaya y abra esa puerta negra».

El soldado abrió con cautela la horrible puerta y sintió un rayo puro y enérgico de sol acariciar el suelo de la enorme sala. Abrió del todo la puerta y la luz y un agradable aroma a hierba recién cortada inundaron la sala. El soldado se acercó un poco más para observar el paisaje que se escondía tras la puerta y observó que, en realidad, la puerta era el umbral para comenzar a andar por un camino... el camino hacia la libertad.

Todos tenemos nuestra puerta negra en la que están nuestros miedos, inseguridades, dudas, creencias que solo existen en nuestra mente y nos limitan la posibilidad de vivir una vida plena. Por el miedo a asumir algunos riesgos, ¿cuántas puertas dejamos de abrir y cuántas oportunidades dejamos de aprovechar?

Lección 78

.....

Daenerys Targaryen (al pueblo de Yunkai):

—No me debéis vuestra libertad. Si queréis recuperarla, debéis tomarla vosotros mismos. Todos y cada uno de vosotros.

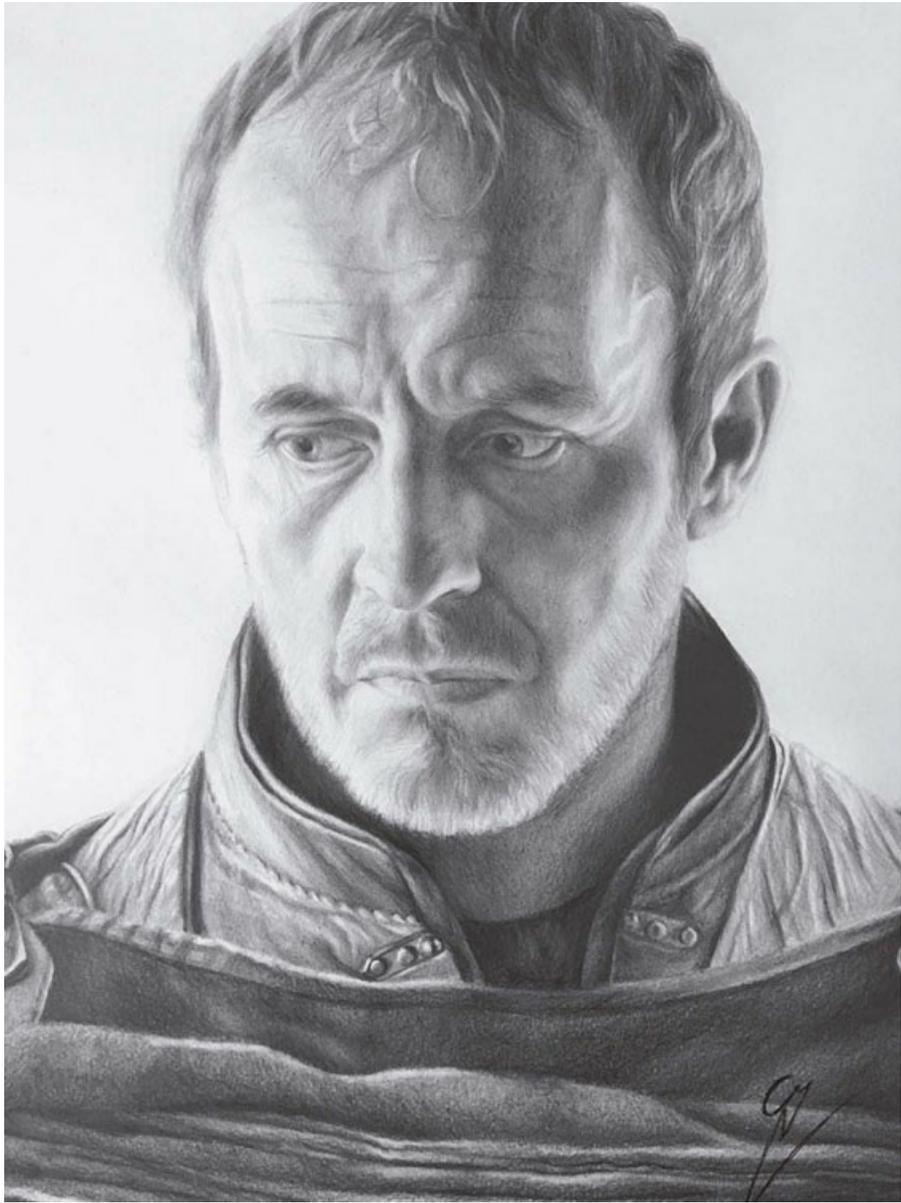
Missandei, la traductora, se dirige al pueblo liberado de Yunkai y les dice que le deben la libertad a Daenerys, comentario que provoca la intervención directa de la reina, proclamando que la libertad la deben tomar ellos mismos.

Daenerys anima a que el recién liberado pueblo de Yunkai desarrolle la confianza en sí mismo necesaria para ejercer su libertad, sin hacerlo a expensas de que se le dé permiso para ello. Les incita, ni más ni menos, a que se empoderen, término de moda en numerosos ámbitos y que procede del inglés *empowerment*, aunque ya existía en nuestra lengua el término *apoderar* o *apoderamiento* con el mismo significado.

Con el proceso de empoderamiento o apoderamiento, se busca que sectores tradicionalmente desfavorecidos —mujeres, marginados, etcétera— accedan a los recursos materiales y simbólicos necesarios para reforzar sus capacidades y protagonismo, ganando con ello cada vez mayor influencia y prestigio.

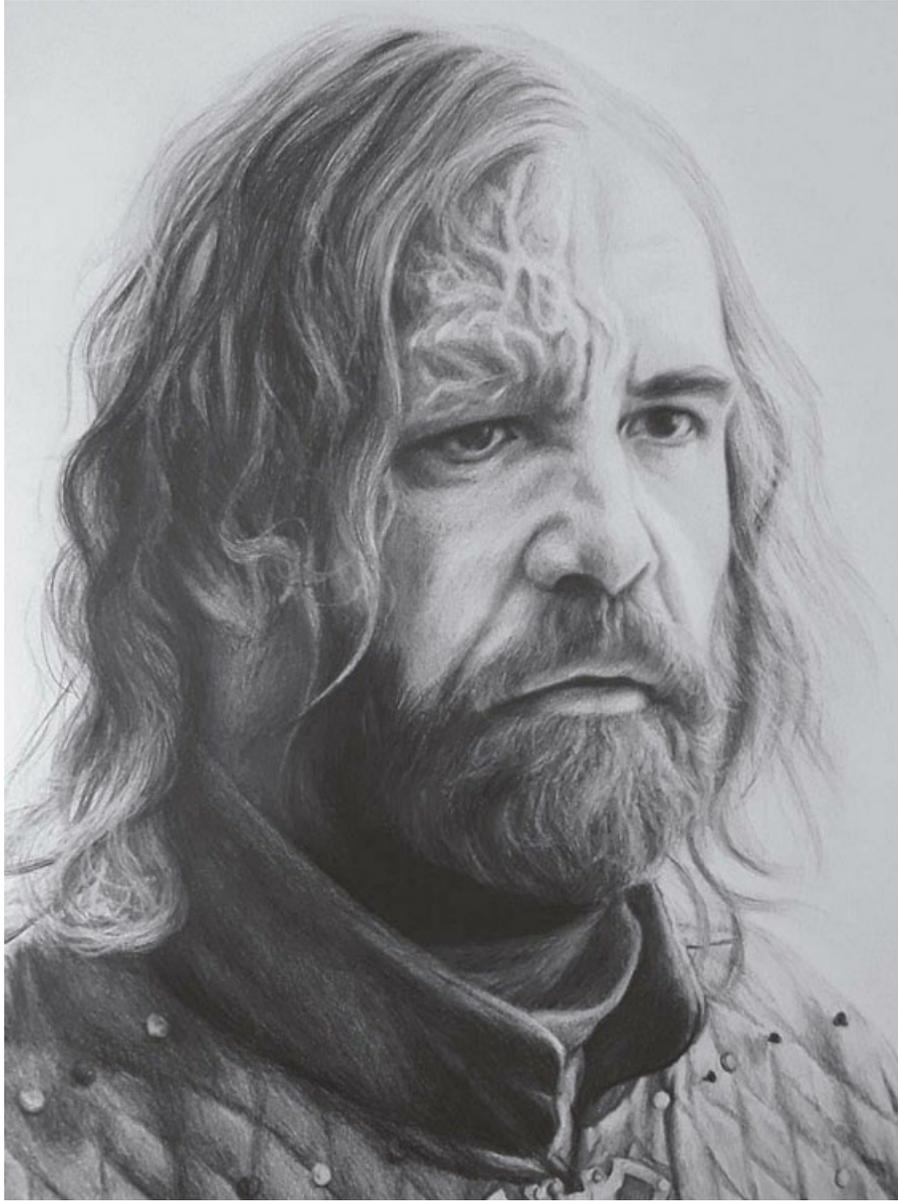
El empoderamiento tiene dos dimensiones: la individual y la colectiva. En la individual, las personas aumentan su confianza con el resultado de reforzar o recuperar la creencia de que pueden actuar por sí mismas en los asuntos que les afectan. La colectiva se basa en que un grupo de personas tiene mayor capacidad de reivindicar y defender sus derechos cuando se unen con unos objetivos comunes, como puede ser el de exigir los derechos de igualdad en el caso de las mujeres.

Todos podemos tomar las riendas de nuestra vida, asumiendo que unida a la capacidad de decidir está la de ser responsables de nuestros actos. Por lo tanto, como propone Daenerys al pueblo de Yunkai, no somos seres pasivos, sino dueños de nuestra vida, sin esperar a que alguien nos dé el poder, sino tomándolo desde el convencimiento interno de que es nuestro.









4.^a TEMPORADA

CAPÍTULO

1

Lección 79

Sandor Clegane, el Perro (a Arya Stark):
—Un hombre debe tener un código.

Arya se sorprende de que el Perro no tenga dinero después de haber servido al rey Joffrey en Desembarco del Rey y que haya dejado la corte sin haber robado nada, cuando, en cambio, no tiene escrúpulos a la hora de matar.

Puede sorprender, pero el Perro tiene un código ético. La ética, cuyo origen se sitúa en la Antigua Grecia, está vinculada a la moral y establece lo que es correcto o incorrecto respecto a un comportamiento.

Actualmente, el término «código ético» se usa frecuentemente en el ámbito empresarial e institucional, aunque existe también a título personal, como ocurre con un personaje tan individualista como Sandor Clegane. Una característica del código ético es la subjetividad, ya que no se trata de leyes formales aplicables a cualquiera, sino de principios que afectan a las personas que pertenecen a una organización o a título individual como es el caso del Perro.

El objetivo principal de un código ético es establecer una línea uniforme de comportamiento para los integrantes de una organización como puede ser no discriminar, no divulgar información confidencial, etcétera. También se da en gremios como el de la medicina, en el que los médicos deben respetar el juramento hipocrático con el fin de actuar buscando el bien de sus pacientes.

No sorprende por lo tanto que una organización delictiva pueda tener su código ético o de honor. Cuando se capturó al mafioso Salvatore Lo Piccolo, se encontró entre sus documentos un código de honor de la Cosa Nostra que recoge normas como la prohibición de prestar dinero directamente a un amigo, el respeto a la mujer del prójimo, la puntualidad, la prohibición de robar o la de mantener relaciones con la policía, entre otras.

Cuenta la historia que una vez que Julio César se hizo con el poder de Roma después de una guerra civil contra Pompeyo, este se refugió en Egipto, donde fue asesinado. Los asesinos le llevaron su cabeza a modo de trofeo a Julio César. Lejos de sentirse halagado, condenó a muerte a los asesinos de su enemigo, porque Pompeyo era ciudadano romano y solo podía perder la vida por orden de la autoridad romana, es decir, del César.

CAPÍTULO

2

Lección 80

Stannis Baratheon (a Selyse Florent):

—Odio muchas cosas, pero las sufro igualmente.

Durante una cena, Stannis se queja a su mujer, Selyse Florent, de que la carne está en mal estado, así que ordena que sirvan pescado. A la reina le sorprende que lo pida, porque al rey no le gusta, lo que no es inconveniente para que acceda a comerlo en caso de necesidad.

Si trasladásemos la escena a la mesa de cualquier familia con niños, sería una utopía pensar que los muchachos o incluso los mayores aceptarían de buen grado comer algo que no les gusta. En generaciones pasadas, cuando el niño no comía lo que se le daba, se guardaba para la siguiente comida o cena, hasta que vencido por el hambre, lo terminaba comiendo. Hoy, si el niño no quiere comer algo que no es de su gusto, los mayores no insisten y terminan ofreciéndole otro plato que sí le guste y quiera comer. Mal caso práctico de tolerancia a la frustración. Por desgracia, no ocurre solo con la comida, sino con todo tipo de situaciones, que conducen a una baja tolerancia a la frustración que deriva en comportamientos infantiles y tiránicos en adultos que no aprendieron, como el rey Stannis, que cuando no se tiene lo que se quiere, hay que conformarse con lo que se tiene.

Este tipo de comportamiento suele iniciarse en la niñez, cuando los padres le proporcionan al niño todo lo que pide sin que haga ningún esfuerzo, por lo que cree que merece lo que le apetezca solo por el hecho de pedirlo, confundiendo sus deseos con sus necesidades.

Esta baja tolerancia a la frustración o hedonismo a corto plazo busca el placer inmediato y la evitación del dolor, lo que de forma repetida da lugar a individuos que no toleran los contratiempos, que las cosas no salgan como o cuando quieren, lo que suele llevar a estados de ira, ansiedad, tristeza y resentimiento.

La vida no es como debería ser, sino como es, así que aceptándola y sabiendo sacrificarse si es necesario, como le ocurre al rey Stannis, se llega al control de uno mismo y evita que cualquier circunstancia externa nos arrebatase nuestro bienestar. Al fin y al cabo, tampoco se acaba el mundo por comer pescado, aunque no nos guste.

CAPÍTULO

3

Lección 81

.....

Petyr Baelish (a Sansa Stark):

—Un hombre sin motivos es un hombre de quien nadie sospecha. Mantén confusos a tus enemigos. Si no saben quién eres, ni lo que quieres, no pueden saber qué piensas hacer.

Baelish confiesa a Sansa que ha participado en el envenenamiento del rey Joffrey, algo incomprensible para ella, dado que los Lannister le dieron a Meñique riqueza y poder y Joffrey le hizo señor de Harrenhal.

La mayor parte de la gente es un libro abierto, proclamando a los cuatro vientos sus opiniones, planes e intenciones a las primeras de cambio, algunas veces por afán de protagonismo, otras porque creen que al abrirse se ganan el corazón de los demás. Unos y otros no reparan en que, aunque la sinceridad es muy valorada, suele resultar ofensiva, porque la gente prefiere lo que quiere oír a la verdad. Además, exponiendo nuestros pensamientos, nos convertimos en predecibles y poco respetables.

Sin embargo, el intrigante Meñique es un maestro ocultando y disimulando sus verdaderas intenciones. Escondiendo su verdadero objetivo, mantiene desconcertados a los demás, ya que si los otros no saben cuáles son sus pretensiones, no pueden sospechar de él, ni defenderse en caso de ataque.

Como solemos fiarnos de las apariencias, Meñique solo tiene que utilizar un señuelo para que los demás crean que la apariencia es la realidad y, una vez concentrados en el engaño, no darse cuenta de las intenciones que persigue. Disimula y confunde, llevando por caminos equivocados a sus enemigos y a quien pueda entorpecer sus fines, así cuando se dan cuenta de la trampa, es demasiado tarde.

Otra argucia es la de apoyar una causa que realmente es la contraria a la propia. De este modo, se parece inofensivo y de confianza, se ocultan las intenciones y se hace perder el tiempo a los rivales.

Baelish también utiliza la táctica de la falsa sinceridad, porque la gente confunde la sinceridad con la honestidad, como hizo para ganarse la confianza de Ned Stark, al que más tarde traicionó.

Además de todo lo anterior, Meñique es consciente de la importancia de la comunicación gestual, ya que su rostro apenas expresivo no desvela sus intenciones, ni es incoherente con sus mensajes y formas de actuar; enmascara sus verdaderos propósitos tras su inquietante sonrisa aparentemente amigable.

En definitiva, la expresión de lobo con piel de cordero no puede ser más adecuada para este caso, en el que Meñique solo da sus planes a conocer una vez alcanzado su objetivo.

Lección 82

Petyr Baelish (a Sansa Stark):

—Hay muchos hombres que apenas arriesgan. Se pasan la vida evitando el peligro y luego mueren. Yo lo arriesgaría todo por aquello que quiero.

Sansa advierte a Baelish de que si descubren su participación en el envenenamiento del rey Joffrey será ejecutado, lo que no parece intimidarle demasiado ya que los riesgos que ha corrido son proporcionales a lo que quiere conseguir, que es todo.

Petyr Baelish (a Rosse Bolton):

—Toda jugada ambiciosa es un riesgo. [5.^a Temporada, capítulo 3.]

Rosse Bolton le pregunta a Baelish por qué quiere casar a Sansa con su hijo Ramsay, algo que enfurecerá a los Lannister, ya que Sansa estuvo casada con Tyrion.

Si algo no se le puede achacar a Petyr Baelish es la incoherencia. Por encima de todo es un hombre ambicioso y todas sus conspiraciones e intrigas tienen como meta conseguir ser el hombre más poderoso de Los Siete Reinos. Siguiendo el ejemplo de Meñique, el que quiera conseguir un objetivo de tal calibre tiene que estar dispuesto a arriesgarlo todo. Sabe que el éxito se mide por la capacidad de asumir riesgos, aunque solo él vea la oportunidad y tenga que ir a contracorriente.

Antes de afrontar una gran empresa, deberíamos plantearnos qué estamos dispuestos a perder. Ese sería el indicador del grado de compromiso con nuestra causa.

El nivel de riesgo que estamos dispuestos a asumir marca la diferencia entre vivir y sobrevivir. Vivir implica apostar a lo grande por lo que se desea y asumir los riesgos; sobrevivir es conformarse con lo seguro, sabiendo que no va a ocurrir nada extraordinario. No hay alternativa, porque salir de la comodidad de lo conocido exige valentía para asumir riesgos y saber que podemos equivocarnos y que las cosas pueden salir de forma diferente a como habíamos planeado.

Un ganador asume riesgos, es posible que pierda y seguirá insistiendo tras haber aprendido de sus errores y haberlos corregido. Perder no le convierte en perdedor. Sin embargo, un perdedor lo es si evita el riesgo y el fracaso. Sin duda, ganar es no tener miedo a perder.

Por otro lado, hemos de asumir que la vida en sí misma está llena de riesgos y la incertidumbre que conllevan la convierten en interesante. Una vida en la que todo estuviera asegurado de antemano al cien por cien sería tediosa y sin estímulos. No arriesgar se convierte entonces en el mayor riesgo, porque como dijo Peter Drucker: «La mejor decisión que podemos tomar es la correcta, la segunda mejor es la incorrecta y la peor de todas es ninguna».

Se evitan los riesgos porque se teme al fracaso, si se considera fracaso no lograr el resultado final que nos habíamos propuesto. A buen seguro nos lanzaríamos con mucho más ánimo y menos miedo por nuestros sueños si, en lugar de obsesionarnos con el éxito al final del camino, pensáramos que disfrutar del recorrido es una bendición gracias a la enseñanza que nos proporciona la experiencia.

Vivir es adentrarse permanentemente en lo desconocido, un viaje en el que el único pasajero es el reposo y el movimiento es lo único continuo. El miedo a equivocarnos es normal; no tomar una decisión por ello es un error grave.

CAPÍTULO

4

Lección 83

Tywin Lannister (a Cersei Lannister):

—Un templo está compuesto por piedras. Una piedra cae y otra ocupa su lugar. Y el templo se conserva durante mil años o más.

Cersei Lannister le sugiere a su padre, Tywin, que negocie con alguien del Banco de Hierro de Braavos la enorme deuda que tienen con ellos, algo inviable según Tywin, puesto que el banco funciona como una institución que solo mira por sus intereses, por encima de las personas que lo forman.

Tywin Lannister le explica a su hija que de nada sirve tratar de llegar a un acuerdo con el Banco de Hierro respecto a la deuda que tienen con él, ya que el banco es implacable y solo mira por su provecho, en este caso el cobro de la cantidad adeudada y sus intereses.

Aunque las campañas publicitarias y de imagen de los bancos e instituciones financieras tratan de dar una apariencia de humanidad y cercanía con sus clientes, lo cierto es que en la práctica, si alguien contrae una deuda con una entidad y no puede pagarla, se pone en marcha una serie de procedimientos y mecanismos para su cobro que difícilmente contemplan aplazamientos o excepciones y que dan lugar a acciones contundentes y expeditivas que no consideran las circunstancias personales del deudor. Por desgracia, es habitual conocer casos de desahucios de personas que al haber perdido su puesto de trabajo y carecer de ingresos en un momento determinado, tienen que abandonar sus hogares, sin que ello cancele la deuda contraída.

Poco importa que un banco cambie de nombre, de propietario o de empleados. Las obligaciones adquiridas continúan hasta que el banco recupera con creces el dinero prestado, por lo que la realidad es que las instituciones están por encima de las personas.

Siendo conscientes de esta realidad, lo más conveniente es ser prudente y cauteloso a la hora de adquirir compromisos con estas entidades que viven del préstamo y de las ganancias obtenidas a través de altos intereses. Para evitar males mayores, es necesario ser realista, no pretender adquirir lo que no se puede pagar y tener una mínima educación financiera para conocer el límite de endeudamiento para evitar sobrepasarlo y caer en la morosidad.

Lección 84

.....

Sandor Clegane (a Arya Stark):

—El odio es una buena cosa si nos hace seguir adelante.

Arya repasa cada día antes de dormir una lista de personas que quiere matar para vengarse de los agravios que le han hecho a ella o a su familia, lo que provoca la reflexión del Perro.

Hermano Ray:

—¿Qué te hizo vivir?

Sandor Clegane:

—El odio. [6.^a Temporada, capítulo 7.]

El Hermano Ray no alcanza a comprender cómo Sandor Clegane pudo sobrevivir cuando lo encontró moribundo tras su combate con Brienne de Tarth.

Arya vive cada día manteniendo viva la ira y los deseos de venganza hacia los que han hecho daño a su familia. Se podría decir que, a pesar de todas las situaciones duras que le toca vivir, sigue adelante motivada por sus deseos de ajustar cuentas. A su vez, Sandor Clegane ha sobrevivido a pesar de haber quedado solo y malherido, cuando todos apostábamos por que moriría sin remedio.

La ira es una emoción básica y universal, difícil de gestionar y canalizar, ya que sus efectos pueden ser devastadores a poco que se nos escapen de las manos. ¿Podríamos decir que la ira es una emoción negativa? Desde mi punto de vista, no, siempre que se le dé una función y un sentido. Al reprimir un enfado puntual se producen tensiones musculares. Detrás de un buen número de depresiones y trastornos cardiovasculares lo que se oculta es una ira que se ha reprimido continuamente.

El enojo es un remanente de energía destinado a aumentar nuestros recursos para resolver el problema que nos enfada. Al no saber canalizarlo, termina provocando más daño en la situación a la que nos enfrentamos.

Cuando queremos algo y no lo podemos conseguir, se produce una frustración, lo que produce el enfado. Arya ha visto cómo ejecutaban a su padre y ha conocido que su madre y su hermano mayor han sido asesinados, por lo que su nivel de ira es altísimo.

Desde el punto de vista químico, la ira provoca que el cuerpo segregue adrenalina y noradrenalina, neurotransmisores que estimulan la alerta y la actividad necesarias para el enfrentamiento y la lucha. En épocas primitivas, las amenazas y conflictos se resolvían a través de la lucha, por lo que la ira era necesaria para tener una cantidad de energía mayor en el combate. El problema es que en la actualidad las situaciones que vivimos no requieren tanta adrenalina, por lo que la que genera el enfado no nos es útil.

También hay que tener en cuenta que el enfado tiene lugar cuando se cree que los obstáculos y las frustraciones a los que nos enfrentamos los provoca alguien a propósito, lo que conduce a que si alguien piensa de ese modo viva enfadado y resentido de manera crónica.

Asimismo, el planteamiento y la actitud que tengamos de la vida influyen en nuestro nivel de enfado, puesto que para algunos la vida es una batalla continua, en la que cada obstáculo que interfiera en el camino provoca la reacción de enfado destinado a localizar el adversario y vencerlo, algo demasiado común en nuestra cultura competitiva en la que vemos rivales por todas partes que pensamos que quieren oponerse a nosotros y derrotarnos.

Como está mal visto desahogarse y descargar la rabia, la situación empeora, porque por un lado se reprime y por otro, si consigue salir fuera, suele aparecer de manera desproporcionada por la falta de costumbre de dejarla salir, lo que se suele decir como pasarse de la raya o no llegar. Un ejemplo de esto lo encontramos en los animales. En el caso de los lobos, animales combativos de gran fiereza, cuando luchan para dirimir de quién es un territorio, el perdedor ofrece su cuello al rival, con lo que se da por concluida la pelea y el vencedor perdona la vida al vencido. El caso de los pájaros es el opuesto, dado que al recurrir al vuelo para huir si hay peligro, cuando luchan en un espacio cerrado, acaba muriendo una de las dos o ambas aves.

Nada es categóricamente malo si se le da un sentido y una función, por lo que Arya utiliza el odio que siente hacia los enemigos de su familia para seguir adelante, sobrevivir a toda costa y buscar el momento de la venganza. En nuestro mundo civilizado, es aconsejable descargar la ira expresando cómo nos sentimos ante lo que nos enfada y haciendo conocer al otro los efectos que su acción nos produce.

CAPÍTULO

5

Lección 85

Tycho Nestoris (a Stannis Baratheon):

—Nuestros libros están llenos de números. Preferimos las historias que narran, más simples, menos abiertas a interpretaciones.

Stannis y Ser Davos visitan el Banco de Hierro para pedir un préstamo que les permita financiar los gastos de la guerra contra los Lannister. Para tratar de convencer a los representantes del banco, argumentan que Stannis es el legítimo heredero del Trono de Hierro y que el trono ha sido usurpado por los Lannister. Al Banco de Hierro le parece que no hay una única versión, sino que cada parte esgrime la suya.

A Tycho Nestoris, enviado del Banco de Hierro, no le interesa todo lo que no sean números y operaciones aritméticas. No le falta razón, ya que las historias y sus diferentes versiones se alejan tanto de los hechos objetivos como le interese al que las cuente.

Las matemáticas y la aritmética son simples, en el sentido de que son unívocas, no se dan a engaños o dobles sentidos. Al ser indiferentes a las opiniones y versiones, son un ejemplo de libertad, puesto que no se deben a nada que sea ajeno a ellas. La manipulación de las cifras solo deja en evidencia al que las manipula.

En estos tiempos de relativismo en el que parecen desaparecidas las verdades absolutas y todo es discutible y objeto de debate, las matemáticas siguen unas reglas inflexibles y universales.

Si en el ámbito educativo se habla de educar en valores, no está de más servirse de las matemáticas y la firmeza de sus reglas. En las operaciones matemáticas, cada una de sus partes tiene que comportarse tal y como debe hacerlo en cada caso, sin posibilidad de utilizar excusas y subterfugios, lo que no ocurre en el arte, la historia, la filosofía, la religión... ni siquiera en la biología, donde todo resulta subjetivo, opinable, a expensas de los intereses y perspectivas de cada grupo o persona.

Las matemáticas representan la justicia —quedando al margen de los intereses particulares, los caprichos—, la igualdad —porque son iguales para todos sin posibilidad de alterar sus reglas demagógicamente— y la libertad e independencia, al no deberse a nada ni nadie más que a ellas mismas.

Las matemáticas, como Tycho Nestoris, suelen dar una imagen de antipatía, aunque si aplicásemos los valores que hay en ellas, nuestro mundo mejoraría con la misma certeza con que se aplican sus reglas.

Lección 86

.....

Oberyn Martell (a lord Varys):

—El mundo es grande y hermoso. Casi todos vivimos y morimos en el rincón donde nacimos y nunca llegamos a ver nada de él. No quiero ser como casi todos.

A Varys le genera curiosidad saber por qué el príncipe Oberyn pasó cinco años en Essos, donde conoció a los Inmaculados. La motivación de Oberyn reside en su gusto por viajar, conocer mundo y tener nuevas experiencias.

Oberyn tiene un carácter aventurero, así como otros lo tienen perfeccionista, romántico, justiciero, pacificador, observador... Resulta un misterio saber por qué somos tan diferentes unos de otros y, como Varys, nos preguntamos qué motivaciones mueven a cada persona según su carácter y personalidad. Para conocernos y conocer mejor a los demás existen herramientas como el eneagrama, un sistema sorprendentemente preciso de clasificación esotérico de la personalidad que describe nueve tipos de personalidad y sus interrelaciones, de gran utilidad para la tarea de autoconocernos.

Siguiendo el eneagrama, la personalidad de Oberyn encaja como un guante en el eneatipo número 7. Corresponde a las personas que buscan que sus vidas sean una aventura emocionante, persiguiendo muchas y variadas experiencias, proyectándose en el futuro, porque la mejor aventura es la que está por vivirse. Como Oberyn, estas personas suelen ser extrovertidas, entusiastas, ingeniosas, creativas y de mentalidad abierta.

El eneatipo 7 busca el placer de manera compulsiva; Oberyn no se priva de ninguno de ellos, sin que la moralidad sea para él un impedimento. Es permisivo, en primer lugar, con él mismo; tiene una ética y una moral adaptadas a su vida para que sus valores no entren en conflicto con los placeres y la satisfacción. Según el eneagrama, la gula de experimentar nuevas experiencias es también un mecanismo de huida para evadirse de lo que les provoque malestar.

El eneagrama también propone una actitud más conveniente para las personas como el aventurero Oberyn: la sobriedad, en el sentido de vivir con sencillez, disfrutando de lo cotidiano, siendo más constantes y disciplinadas en sus proyectos. No huir tanto de los placeres futuros y centrarse en el aquí y en el ahora, el presente donde transcurre la vida real.

Lección 87

.....

Varys (a Oberyn Martell):

—Cuando veo lo que el deseo hace a las personas, lo que ha hecho con este país, me alegra mucho no participar de eso. La ausencia de deseo aporta libertad para perseguir otras cosas.

El príncipe Oberyn le ofrece a Varys visitar el burdel y disfrutar de los placeres de la carne y del vino de Dorne, algo que parece no interesarle a Varys, lo que sorprende a Oberyn.

Varys plantea el deseo como algo negativo y perjudicial, si bien el deseo en sí no es malo, sino que lo es lo que se desea y se está dispuesto a hacer para conseguirlo. De ese modo el deseo da lugar a los pecados capitales: lujuria, pereza, gula, ira, envidia, avaricia y soberbia.

Varys presume de no desear, pero se contradice al decir que la ausencia de deseo le da libertad para «perseguir» otras cosas, lo que supone tener otros deseos, quizá más nobles y elevados que los de la mayoría, aunque deseos al fin y al cabo. Incluso el que dice no desear vivir, desea la muerte y el que la desea es porque quiere terminar con su vida al no ver factible conseguir deseos importantes, por lo tanto, sigue atado a los deseos.

Según Buda, la propia naturaleza del deseo es permanecer insatisfecho. Si pudiéramos conseguir todos nuestros deseos, a estos les sucederían otros, por lo que jamás se podrían llegar a colmar. Asumir esta certeza nos aporta mayor serenidad para afrontarlos.

Conviene diferenciar entre necesidad y deseo. La primera surge del cuerpo, mientras el deseo es producto de la mente. Cuando tenemos hambre, es porque nuestro cuerpo necesita comer. Una vez hemos comido una cantidad suficiente, nuestro estómago no necesita más comida; sin embargo, como nos gusta lo que comemos, nuestra mente pide un poco más. No debemos reducir nuestras necesidades porque son naturales; sí hemos de reducir los deseos porque no lo son y nos esclavizan, cayendo en los pecados capitales y en los males a los que conducen, como dice Varys.

Detrás del deseo hay una insatisfacción y el anhelo de que si se cumple, se logrará la paz. Por lo tanto, la satisfacción está en el futuro, lo que significa que no se vive el momento presente, que es lo único que realmente existe. Ya sea desear llegar al Nirvana, el reino de los Cielos o ir al cine, cualquier deseo se proyecta en el futuro y ese futuro, al convertirse en presente, dejará de aprovecharse porque la mente se volverá a ir al futuro con nuevos deseos. Vivir deseando supone no vivir en el aquí y en el ahora, la única realidad que existe.

CAPÍTULO

6

Lección 88

.....

Moribundo (a Arya Stark):

—Siempre observé el concepto de intercambio justo en todos mis tratos. Tú me das, yo te doy. Justo, un equilibrio.

Arya y el Perro encuentran a un moribundo malherido que fue atacado al lado de su granja. Le pregunta al Perro si es el padre de Arya, a lo que responde que es su raptor que la lleva a su tía a cambio de un rescate, lo que al moribundo le parece un intercambio justo.

Tyrion Lannister (a Daenerys):

—Dejadle extraer el vidriagón. Si se equivoca, no vale nada. Ni siquiera sabíais que estaba aquí. No os dañará. Dadle algo no dándole nada. Dad un paso en una relación con un posible aliado. [7.^a Temporada, capítulo 7.]

Tyrion le comunica a Daenerys que Jon Nieve quiere extraer vidriagón de Rocadragón para combatir a los Caminantes Blancos, seres en los que no cree Daenerys. Tyrion le aconseja que le permita extraerlo, un primer gesto de buena voluntad ante una posible alianza en el futuro.

El moribundo, consciente de la importancia del principio de intercambio, lo tiene en cuenta incluso en los últimos momentos de su vida, al igual que Tyrion sabe que el mejor modo de iniciar un intercambio en una negociación es dar en primer lugar, ya que generalmente la otra parte responde del mismo modo a la acción previa de su oponente.

La trascendencia de este principio se tiene en cuenta por parte de los chamanes andinos, que lo denominan código Ayni o de la reciprocidad. Según este código, todo en esta vida debe ser recíproco para que, a través del intercambio de energías, se pueda conservar el equilibrio en el universo. Al haber reciprocidad, la deuda que se podría contraer al recibir algo queda inmediatamente cancelada. Se basa en dar en proporción a lo recibido, aunque puede suceder que no tengamos en un momento concreto, lo que sí es necesario es estar dispuesto a dar, ya sea a la persona que nos dio o a un tercero para que la vida se encargue de saldar y equilibrar las cuentas. De este modo la vida y las relaciones se desarrollan en armonía.

Dar sin recibir provoca que nos sintamos desvalorizados y que el que recibe quede en deuda y viceversa, al recibir sin dar generamos una deuda y desvalorizamos al otro. Tampoco debemos dar lo que no tenemos o lo que necesitamos, porque eso también nos desvalora.

En el ámbito de la negociación este principio de reciprocidad se conoce como la estrategia de *Tit for tat*, algo así como toma y daca, que se basa en un intercambio permanente de dar y recibir. Se comienza dando al oponente una propuesta ventajosa y a partir de ese momento, le devuelves según te devuelve. Esta estrategia, que aparece ya en la Antigüedad en el código de Hammurabi, también se conoce como la ley del Tali3n, ojo por ojo o *quid pro quo* para los romanos. Aplicada a la negociaci3n, significa responder con la misma acci3n que la otra parte realice.

Si no se colabora con otros, te expones a que no colaboren contigo. Incluye a los que quieren colaborar y excluye a los que no lo hacen, algo sano y justo en cualquier relaci3n. Como dice el refr3n: «Manos que no dais, qu3 esper3is».

Vivir de acuerdo con este c3digo nos ayuda a saldar cualquier deuda y a no generarlas.

Lecci3n 89

.....

Bronn (a Tyrion):

—Me caes bien para ser un hombrecillo mimado, aunque yo me caigo mejor.

Bronn visita a Tyrion que se encuentra en las mazmorras esperando que se celebre su juicio por combate por la acusaci3n de haber envenenado al rey Joffrey que pesa sobre 3l. Tyrion intenta convencer a Bronn de que luche por 3l contra Gregor Clegane, la Monta3a, a lo que Bronn reh3sa, alegando que las opciones de vencer y seguir con vida ser3an m3nimas.

En muchas ocasiones acudimos a salvar a los otros procurando su bien y olvid3ndonos del nuestro, lo que nos ocasiona numerosos perjuicios. A pesar de la amistad y las experiencias vividas juntos en el pasado, Bronn le deja claro a Tyrion que es consciente del valor de su propia vida, que no piensa arriesgar por nadie a sabiendas de que tiene todas las de perder.

Bronn sabe que ni las riquezas que le pueda ofrecer Tyrion, ni la buena relaci3n que tienen, valen tanto como seguir vivo, porque la persona m3s importante de la vida de uno, es uno mismo.

Cristo di3 el 3nico mandamiento de amar al pr3jimo como a uno mismo, pero ¿c3mo vamos a poder amar en condiciones al otro si no sabemos amarnos a nosotros mismos? Si no nos respetamos, cuidamos, queremos... ¿qu3n nos asegura que podremos hacerlo a los dem3s?

Ofrecernos a los dem3s con carencias es darles nuestra versi3n empobrecida. Tenemos que amarnos profundamente para as3 poder ofrecer lo m3s valioso de nosotros, as3 que Bronn no est3 siendo ego3sta, aunque pueda parecerlo en un primer momento, porque si se ofreciera a combatir contra la Monta3a, no tendr3a opciones de salir vivo del combate y su derrota tendr3a como consecuencia la ejecuci3n de Tyrion.

Conseguir la felicidad a través de la de los otros es dejarla fuera de nosotros, lo que no deja de ser una felicidad ficticia que está en el exterior y no nos pertenece. Por ello, al tener que decidir en situaciones en que se vean implicadas otras personas, habrá que valorar si lo que hacemos lo hemos elegido libremente o por complacer, conformar, etc., y si lo decidido nos beneficia y cómo nos afecta, puesto que el amor no tiene que ver con el deber, sino con la alegría de compartir voluntariamente.

Amarnos hasta desbordarnos de amor conduce a expandirnos, a ir al encuentro del otro. Quien se ama y se respeta a sí mismo, también ama y respeta al prójimo porque piensa que tal como es él, así son los otros. Es la mejor vía para conocerse a uno mismo y, por extensión, a los demás.

Lección 90

.....

Melisandre (a Selyse Florent):

—Los hombres no desean lo que ya tienen.

Melisandre le enseña a la reina Selyse la utilidad de las pócimas y esencias que usa para sus conjuros, entre las que se encuentra una de gran poder afrodisíaco. La reina le pregunta si lo usó con Stannis, a lo que Melisandre responde que no hizo falta y que no tiene que incomodarse ni molestarse, porque los hombres no desean lo que tienen.

El rey Stannis siente una gran atracción por Melisandre, por su físico y por la magia que utiliza que, según ella, le garantizaría ser el próximo rey en ocupar el Trono de Hierro. Stannis y Melisandre tuvieron un encuentro sexual en el que se unieron el deseo que sentía por ella y la magia, para lograr el poderoso conjuro que acabó con la vida de Renly.

Stannis no es un seductor, las conquistas amorosas no son de especial interés para él, aunque sigue deseando sexualmente a Melisandre, que no le corresponde. El comentario que ella le hace a la reina Selyse tiene por fin apaciguar su inquietud por la relación que mantiene con el rey, más que describir la realidad.

Al tipo de hombre a quien sí podría corresponder la frase es al don Juan, el mito literario que reflejó por primera vez Tirso de Molina en *El burlador de Sevilla* y que han recogido diferentes autores posteriormente: el seductor compulsivo, insatisfecho crónico, que vive intensamente la fase de la conquista y pierde el interés al haber conseguido su pieza.

Este tipo de comportamiento, el donjuanismo, puede darse en ambos sexos y responde a personas que saben conquistar, porque manipulan a su antojo las emociones de aquellos a quienes desean. No les interesa tanto enamorarse de otra persona como enamorarla y una vez conseguido, la abandonan para perseguir otro objetivo. A los donjuanes sí les corresponde la frase de Platón «solo se desea lo que no se tiene» en boca de Melisandre, que es realmente la seductora que no pierde oportunidad a la hora de seducir y conquistar.

Para Freud, la causa de este comportamiento está relacionada con el complejo de Edipo, por el que el seductor busca en cada mujer que seduce a la figura materna, a la que tras enamorarla, abandona, porque para su subconsciente esta relación sería incestuosa. Así el seductor vive en un bucle sin fin de búsqueda, conquista y abandono.

Como lo que motiva al don Juan es la conquista, a mayor dificultad para lograrla, mayor interés en conseguirla. Se da en ellos una especie de comportamiento bipolar en el que tan fulgurante son los primeros momentos de la relación, como súbita la pérdida de interés.

Biológicamente, la vasopresina y oxitocina influyen en este comportamiento, puesto que niveles bajos de estas hormonas influyen en la dificultad de formar relaciones a largo plazo y en la falta de apego; sin embargo, los donjuanes tienen niveles mayores de noradrenalina y dopamina, que provocan ese desbocado interés y entusiasmo inicial que pronto se torna en desinterés por la falta de las dos primeras hormonas mencionadas, lo que los conduce a un bucle de conquistas y abandonos sin fin.

Lección 91

.....

Jorah Mormont (a Daenerys):

—Es tentador ver malignos a los enemigos, a todos, pero hay bien y mal en ambos bandos de cualquier guerra jamás librada.

Daenerys le explica a Jorah que ha enviado a Daario Naharis a Yunkai para ejecutar a todos los amos, lo que desapruueba Jorah por parecerle una medida desproporcionada y radical.

Daenerys es muy dada a pensar en términos de todo o nada, verdades y mentiras absolutas, blanco y negro, buenos y malos. Su pensamiento es dicotómico, rígido, sin matices. Desde esta forma de ver la vida, nada que sea positivo puede tener aspectos negativos y viceversa. Nuestras reacciones se vuelven extremas, amando u odiando intensamente de manera irreversible: «O estás conmigo, o contra mí». También nos juzgamos así a nosotros mismos cuando decimos: «No sirvo para nada», «nunca me hacen caso cuando hablo», «soy un desastre», etcétera.

Esta distorsión cognitiva reduce la realidad a dos categorías: bueno o malo, normal o anormal, etc., lo que la simplifica en exceso, porque las personas somos complejas, llenas de tonalidades y contradicciones que necesitan que relativicemos las clasificaciones y aumentemos la empatía, porque ni siquiera el que toma una postura tan extrema, está exento de incoherencias.

Curiosamente, esta deformación de la realidad está muy bien vista porque se asocia a la transparencia y a la sinceridad, aunque lo cierto es que los que piensan así suelen creerse en posesión de la verdad al considerar solamente como válido uno de los dos extremos que contemplan y son pesimistas al tener pensamientos tremendistas y centrarse en lo peor que pueda ocurrir, puesto que se focaliza y se fija la atención en un solo aspecto, adoleciendo de flexibilidad y amplitud de miras para ver una perspectiva más amplia y relativizar. Algo así como la visión

que tenemos en un túnel en el que dejamos de ver lo que tenemos alrededor y nos fijamos solo en un detalle que impregna todo lo demás. Por ejemplo, siento que me miran y automáticamente pienso que se están riendo de mí.

No solo se centra la atención en lo negativo, sino que se minimiza o se niega lo positivo, minusvalorándolo. Es el caso de quien hace un examen muy bueno y dice que no tiene mérito porque era muy fácil.

Vivir alterando la realidad de ese modo lleva a enjuiciar constantemente a uno mismo y a los demás, desde el criterio de lo que pensamos erróneamente que deberían ser las cosas, limitando la posibilidad de que las personas con las que nos relacionamos y los acontecimientos que vivimos puedan ser algo más que las etiquetas que les ponemos.

Para tener una visión más amplia y completa de la vida es necesario aceptar para evitar la radicalización y los extremismos, porque como dijo Ramón de Campoamor: «En este mundo traidor, nada es verdad ni es mentira, todo es según del color del cristal con que se mira».

Lección 92

Petyr Baelish (a Sansa Stark):

—Para construir un hogar mejor, antes debéis demoler el viejo.

Meñique aparece en escena después de que Robin haya dado una patada a la reproducción en nieve de Invernalía que Sansa había hecho para recordar su hogar, que cree que nunca volverá a ver.

Han pasado muchas cosas desde que Sansa dejó Invernalía para acompañar a su padre a Desembarco del Rey y prometerse con Joffrey. Desde entonces no ha dejado de vivir sucesos traumáticos y dolorosos que hacen que idealice su hogar y lo que vivió en él. Meñique la anima a pasar página y acabar con lo que tenga que ver con el pasado para plantearse reconstruir su reino.

Decía Bertolt Brecht que las crisis se producen cuando lo viejo no acaba de morir y lo nuevo no termina de nacer. Algo parecido le ocurre a Sansa, que no termina de aceptar y asimilar los cambios que se han producido, porque todo cambia y nada es estático. La aceptación sería el primer paso para superar la crisis de querer revivir lo que tuvo y ya no existe.

Al ir ligadas las crisis a los cambios, el crecimiento tiene lugar cuando superamos las dificultades que plantean. Nos obligan a renunciar a una parte de lo que somos o hemos sido para convertirnos en lo que podemos ser.

Ante una crisis, nuestra actitud es determinante para salir airosos de ella o fracasar, como muestra la siguiente historia:

Un hombre mayor vendía galletas artesanales en la carretera. El negocio le iba tan bien que no tenía tiempo de leer los periódicos o de mirar la televisión. Por muchas galletas que hiciera, siempre las acababa vendiendo. Un día le fue a visitar su hijo, que estudiaba Económicas en una universidad lejana y le dijo:

—Papá, ¿no estás al día de las noticias? ¿No sabes que nos encontramos en una crisis terrible? ¡Esto se hunde!

El hombre mayor pensó: «Mi hijo tiene estudios. Está informado y sabe de lo que habla». Seguidamente, compró ingredientes de inferior calidad para ahorrar. También disminuyó la producción de galletas por si acaso. Sus ventas fueron disminuyendo hasta que tuvo que cerrar el puesto de galletas. Entonces llamó a su hijo y le dijo:

—Tenías razón. ¡Estamos en una crisis muy importante!

En este caso, el miedo motivó que el negocio se fuera abajo. El señor tomó una actitud excesivamente conservadora y los cambios que introdujo en el negocio, al estar inducidos por el temor a las pérdidas, lo arruinaron.

A priori, no sabemos si una crisis tendrá efectos positivos o negativos, lo que sí corre de nuestra cuenta es extraer un aprendizaje que contribuya a enriquecernos y evolucionar.

CAPÍTULO

7

Lección 93

Ramsay Bolton (a Theon Greyjoy):

—Las tradiciones importan. ¿Qué seríamos sin nuestra historia?

Tras tomar Foso Cailin, en manos de los hijos del Hierro, Ramsay Bolton ordena desollar a los prisioneros, presumiendo de ello ante Theon, alegando que hay que mantener las tradiciones, puesto que el emblema de su bandera es un hombre desollado.

Si obviamos que la tradición que reivindica el despiadado Ramsay Bolton es cruel, sí hay que darle la razón esta vez en su afirmación de que las tradiciones importan.

A pesar de que vivimos en una sociedad globalizada y, en cierto modo, cada vez más impersonal, aún perviven tradiciones que constituyen la herencia cultural en la que se conservan los valores más importantes de una comunidad y que se transmiten de generación en generación.

Las tradiciones mantienen vivo el recuerdo de acontecimientos significativos para la historia de una comunidad, lo que refuerza la identidad colectiva y el sentido de pertenencia y afinidad.

Yendo al ámbito de las tradiciones familiares, estas tienen un papel clave en el desarrollo del orgullo de pertenencia y la transmisión del *know how* en las familias empresarias. Son un modo de transmitir valores, creencias y conocimientos de generación en generación, y pueden ayudar a comprender la filosofía de los fundadores de la empresa familiar y crear la identidad de la familia, ya que clarifican los roles y definen reglas.

Son importantes en el día a día de la empresa o institución, pero especialmente en los períodos de transición, como en los procesos de sucesión, puesto que ayudan a realizar los cambios necesarios para adaptarse a las nuevas etapas.

Las rutinas de la vida cotidiana también forman parte de las tradiciones domésticas, como pueden ser la hora de la cena, dónde se sienta cada comensal o el recibimiento y la despedida diarios de los miembros de la familia al volver o salir de casa. Estas interacciones, a las que no se suelen dar importancia, ayudan a definir los roles y las responsabilidades de cada uno de los familiares.

Uno de los peligros que amenazan las tradiciones es que se sigan celebrando al pie de la letra, de forma rutinaria, lo que hace que pierdan su sentido y se conviertan en actos vacíos. Para evitar que esto ocurra, hay que tener en cuenta dos elementos: la flexibilidad y la documentación. Gracias a la flexibilidad se adapta y modifica la práctica de los rituales a las necesidades y evolución del grupo. Se trata de introducir cambios sin alterar su valor; el significado simbólico debe permanecer intacto. Al ser las tradiciones el ADN del grupo, es muy útil dejar por escrito su historia y razón de ser para consultarlas y conservarlas cuando las situaciones lo requieran, por ejemplo, para la modificación de un ritual.

La importancia de las tradiciones es evidente en el mundo de la globalización, modas pasajeras y homogeneidad, que en lugar de acercarnos a nuestro pasado, nos alejan de nuestra esencia y evitan que experimentemos el sentimiento de identidad que nos lleva a cuidar y transmitir nuestros valores. Las tradiciones tienen la cualidad de ligar pasado, presente y futuro del grupo al que pertenecen.

Lección 94

Petyr Baelish (a Robin Arryn):

—No te preocupes por tu muerte. Preocúpate por tu vida, hazte cargo de tu vida mientras te dure.

Robin Arryn ha sido un niño sobreprotegido por su madre Lysa, por lo que al faltar esta, cree que corre el riesgo de morir.

Robin Arryn tiene miedo a la muerte, tanatofobia, por un desmesurado miedo al dolor al haber muerto su madre que lo sobreprotegía. El hecho de haber vivido casi hasta la adolescencia con una madre tan controladora provocó que Robin no desarrollara por sí mismo destrezas para afrontar la vida, por lo que la vida sin su madre es una amenaza que le provoca pánico.

A la carencia de recursos que no ha desarrollado, se suma la falta de un propósito vital, porque la vida sin un propósito es una vida sinsentido. El que no tiene o desatiende sus objetivos sufre de insatisfacción, lo que se manifiesta en problemas emocionales y dolencias físicas. Para sobrellevarlo y aligerar el dolor, muchas personas recurren a la adicción al alcohol, las drogas, el trabajo, la televisión, internet, las redes sociales...

Si levantarse de la cama cada mañana se convierte en una tarea ardua y costosa es porque no se sigue un propósito personal; tenerlo te hace sentir vivo.

Hay personas que, aun teniendo puestos de trabajo bien considerados y remunerados, sufren una crisis vital en su madurez porque eligieron caminos profesionales pensando en el dinero que les darían, en lugar de elegirlos por la satisfacción que les podían producir, por lo que padecen estrés, insatisfacción, aburrimiento, desmotivación, etc. Un trabajo con un sueldo menor y más sentido podría ser parte de la solución.

El propósito vital o misión personal es la razón por la que hemos venido al mundo, así que forma parte de nuestra esencia y marca la vocación, suficiente razón de peso para seguirla.

Si uno se encuentra ante el sentimiento profundo de que la vida carece de sentido, sería recomendable parar, darse un respiro, tomar distancia con lo que se ha estado haciendo e indagar en el interior para descubrir el propósito y vivirlo. Por supuesto, el nuevo camino que se emprenda es un desafío no exento de inseguridades y peligros, pero menores que vivir como un zombi sin alegría, sin ganas ni sentido.

CAPÍTULO

8

Lección 95

Samwell Turly (a Pyp):

—Cuando no se es nada, no hay motivos para tener miedo.

Mientras Sam y Pyp se preparan en el Muro ante el ataque inminente de los salvajes, hablan acerca del miedo que sienten. Pyp se sorprende de que Sam no tuviera miedo cuando mató a un Caminante Blanco. Él le responde que al no tener otra opción que defenderse y salvar a Elí y a su bebé, lo olvidó todo: su nombre, su cargo como Mayordomo de la Guardia de la Noche, etc. Se convirtió en nada y eso hizo desaparecer el miedo.

El miedo en sus diferentes manifestaciones: ansiedad, preocupación, temor, tensión, nervios... aparece en relación a algo que podría ocurrir, es una proyección de la mente hacia el futuro. Al identificarnos con la mente, al creernos que la realidad es la que ella interpreta, abandonamos el instante en el que estamos y perdemos poder al no ser capaces de afrontar la proyección de la mente que no está en el presente, ya que está en el futuro y escapa a nuestro alcance.

El centro del ego es la mente, por lo que nos identificamos con ella, lo que le viene de perlas al ego para llevar las riendas. Cuando se ataca a algo con lo que estamos identificados, el ego reacciona defendiéndose porque se siente amenazado. Aquello con lo que nos identificamos nos hace vulnerables porque pensamos que si dañan esa identidad, nos dañan a nosotros. Como la emoción es la reacción del cuerpo a los mensajes de la mente, el ego, el falso yo que fabrica la mente, emite el mensaje de que está amenazado, o sea, el miedo.

Cada vez que el ego siente que atacan algo con lo que está identificado, cree que ponen en peligro su existencia, por lo que detrás de todos los temores está el miedo del ego a la muerte, a ser aniquilado. Por ejemplo, cuando en una discusión se quiere tener razón a toda costa es porque defendemos la posición mental con la que estamos identificados, incluso estando equivocados, porque la identidad basada en la mente sentirá que puede ser aniquilada. Tratar de imponernos es una demostración de debilidad disfrazada de fuerza.

En el caso de los miedos, como el ego a través de la mente trata de proyectarse en el futuro, cuanto más vivamos en el presente, menos fuerza tiene y más poder tenemos en realidad. Por ese motivo, cuando Samwell fue atacado por el Caminante Blanco, el *shock* de encontrarse frente a él le hizo olvidarse de todo: su nombre, su ocupación, su origen familiar... y atesoró todo el poder necesario para enfrentarse a él y vencerlo. En ese momento su ego se disolvió, se desidentificó y se hizo verdaderamente poderoso sin saberlo.

CAPÍTULO

9

Lección 96

Cersei Lannister (a Jaime Lannister):

—Todos murmurarán, harán chistes... ¡Que hablen! Son tan pequeños que ni los veo. Solo veo lo que me importa.

Cersei le confiesa a su hermano Jaime que le ha contado a su padre Tywin Lannister la relación incestuosa que mantienen. Jaime teme la reacción de su padre y las habladurías que hará la gente, mientras que a ella eso no le importa lo más mínimo.

Volviendo a la PNL (Programación Neurolingüística) mencionada anteriormente, Cersei contempla la realidad como le conviene, ve lo que quiere ver según le encaje en su vida y en sus planes. Si, según la PNL, el mapa es el territorio —una representación de la realidad—, ella impone su representación a los demás. Poco importa que su padre pueda aborrecer la noticia de que su hermano Jaime y ella tienen relaciones íntimas e incluso han tenido hijos o si la gente la despreciará y se escandalizará por ello. Aparte de imponer su forma de ver el mundo, ignora lo que no le interesa ver, elige qué parte del «territorio» desdeñar. Los que la rodean en la corte, los habitantes de Desembarco del Rey, los de Los Siete Reinos, se convierten para ella en diminutos liliputienses, insignificantes para ella, sin ninguna capacidad de influir en su vida. El foco de su interés y atención no está en el qué dirán, sino en cómo quiere vivir su vida.

Si algo podemos aprender de Cersei es que lo importante no es lo que los demás piensen de ti, sino más bien lo que tú pienses de ti mismo. Mucha gente se pregunta demasiadas veces qué piensan los demás sobre ella. Esta obsesión por lo que los demás piensen es muestra de una falta de autoestima, dado que se basa en la capacidad para gustarse a sí mismo sin tener en cuenta lo que los demás piensen de uno. Un baremo para saber qué nivel de autoestima se tiene, sería el esfuerzo que se hace para gustar e impresionar a los demás y el efecto que tiene su aprobación y desaprobación sobre nosotros.

No es que Cersei no acepte las opiniones negativas contra ella, sino que las ignora, lo que incrementa en gran medida su poder personal.

Uno es como es y tratar de convertirse en una persona diferente cada vez que se conoce a alguien nuevo es un esfuerzo tan titánico como baldío, además de no aportar ninguna satisfacción.

Es más conveniente y satisfactorio ser auténtico en las relaciones con los demás, dar la imagen real de ti y rodearte de personas que te aprecien y a las que les guste la persona verdadera que tienen delante. Dejar de expresarse buscando la aprobación y hacerlo con libertad, tal como hace Cersei. Lo que los demás esperen, para ti tiene que ser irrelevante, por lo que si se ofenden son ellos los que eligen sentirse ofendidos.

Un ingrediente esencial para ser feliz y triunfar es ser uno mismo. Cuando le preguntaron a Leonardo da Vinci cuál era su mayor logro en la vida, respondió: «Ser Leonardo da Vinci».

Lección 97

Arya Stark:

—Valar Morghulis.

Ternesio Terys:

—Valar Dohaeris.

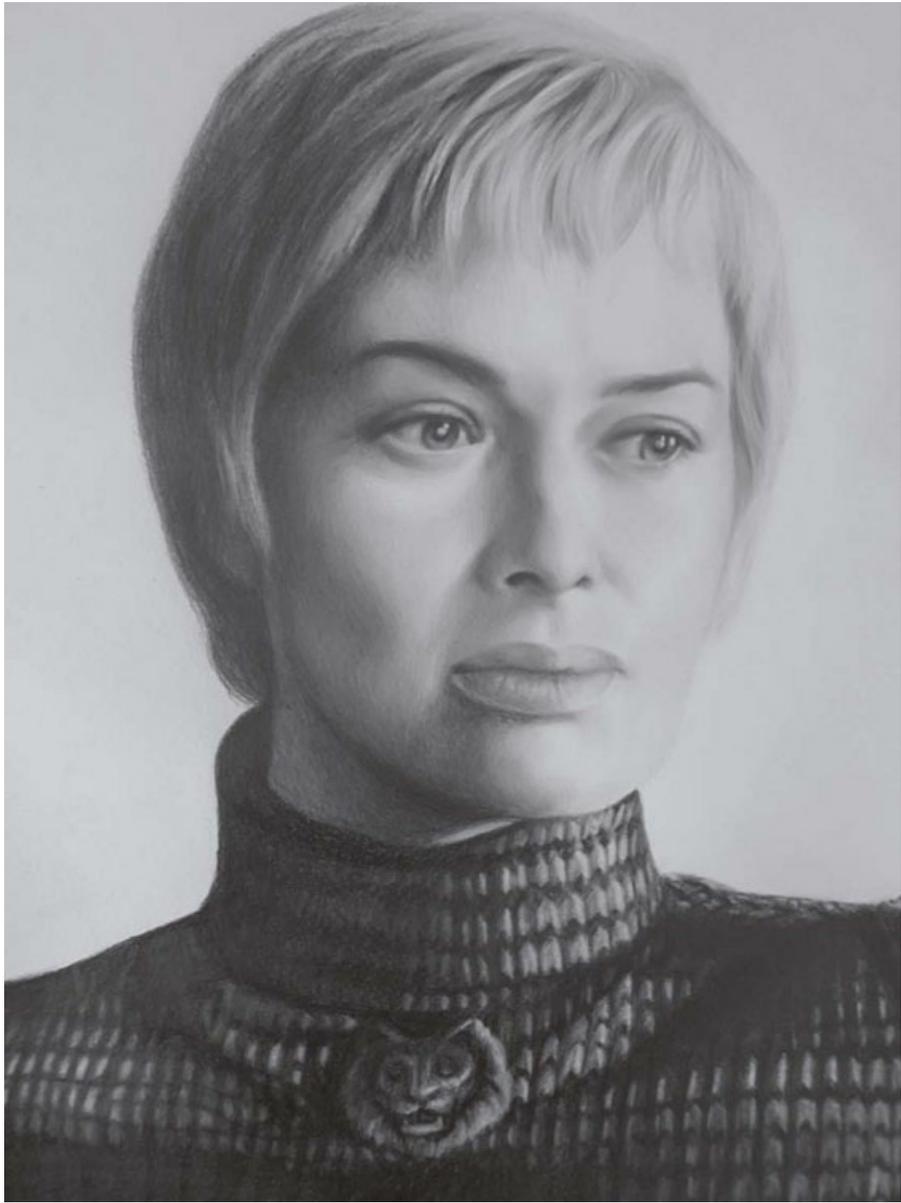
Arya quiere embarcarse en el navío que ha encontrado en la costa y que va a zarpar hacia Braavos. Ante las reticencias iniciales de su capitán, Ternesio Terys, Arya le enseña la moneda que le dio Jaqen H'ghar y pronuncia las palabras *Valar Morghulis*, a lo que Ternesio responde *Valar Dohaeris* y accede de inmediato a que viaje con ellos.

Las expresiones que intercambian Arya y Ternesio son dichos tradicionales en el idioma alto valyrio y significan «Todos los hombres deben morir» y «Todos los hombres deben servir».

Aunque los seres humanos somos mortales, nos olvidamos de ello, inmersos en nuestras circunstancias, como si fuéramos a vivir eternamente. Desde la Antigua Roma nos ha llegado la frase *Memento mori*, cuyo significado es «recuerda que morirás», con el fin de recordarnos que algún día dejaremos sin remedio este mundo. Esta expresión tiene su origen en las celebraciones que tenían lugar cuando un general victorioso volvía a Roma y desfilaba por sus calles. Detrás de él, un esclavo le repetía esa frase para evitar que se endiosara, se llenase de soberbia y se creyera un ser superior. Otras versiones dicen que la frase era *Respice post te. Hominem te esse memento*, cuyo significado es muy parecido: «Mira tras de ti. Recuerda que eres un hombre y no un dios». Ambas buscan persuadirnos de la vanidad de la existencia.

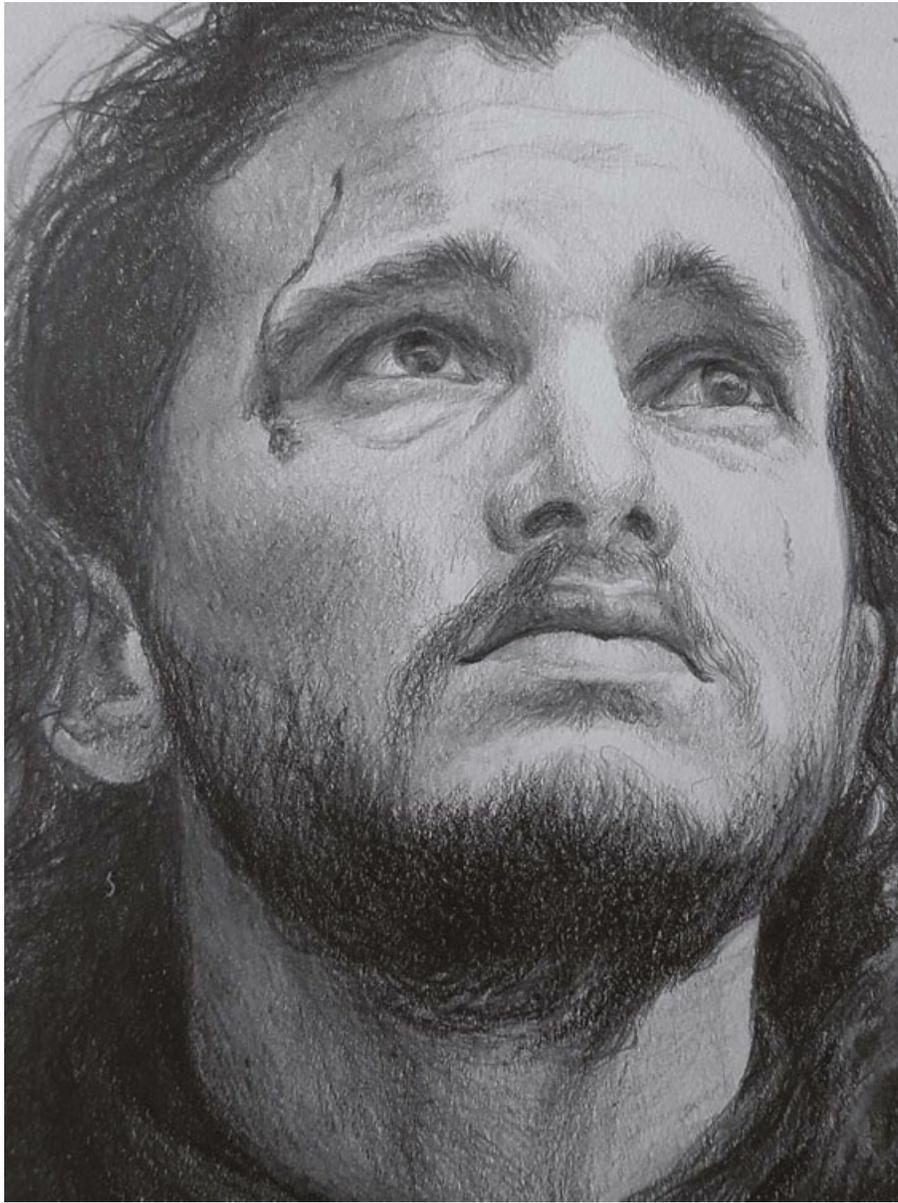
Casi todos postergamos decisiones, aplazamos momentos que deberíamos disfrutar o soportamos situaciones insostenibles que no vale la pena vivir como si fuéramos a vivir eternamente y tener todo el tiempo del mundo para cambiar las cosas o esperar a que cambien por sí mismas. Lo cierto es que vivir sin tener presente la posibilidad real de que nuestra vida puede acabar en cualquier momento es no aprovechar la vida. Decía en sus Epístolas el poeta romano Horacio: «Piensa que cada día es el último que luce para ti, vivirás con gratitud la hora que ya no esperabas». Tener presente la finitud de la vida le da mayor valor, por lo que, como los romanos o los habitantes de Braavos, deberíamos recordarlo a diario para saborear y exprimir cada momento como si fuera el último.

Valar Morghulis se completa con *Valar Dohareis* porque nadie debe vivir a su antojo. Su significado, «Todos los hombres deben servir» nos indica que nadie es más que nadie ni está por encima de nadie, ya que la actitud de servicio a los demás nos ayuda a ser humildes, puesto que la vida es una colaboración de unos con otros en la que todos somos importantes para todos, pero carecemos de valor si nos aislamos o nos creemos superiores y pensamos que los demás están obligados a servirnos. La vocación de servicio supone también una muerte del ego, que cree ser el ombligo del mundo, en beneficio del nosotros.









5.^a TEMPORADA

CAPÍTULO

1

Lección 98

Cersei Lannister (a Jaime Lannister):

—Eres un hombre de acción. Cuando quieres hacer algo, lo haces, sin importar las consecuencias.

Mientras velan el cadáver de Tywin Lannister, Cersei le reprocha a su hermano Jaime que no pensara en las consecuencias a la hora de actuar, ya que liberó a Tyrion y este mató a su padre.

Tal como califica Cersei a su hermano Jaime, es cierto que existen personas de acción que primero actúan y luego piensan en las consecuencias. ¿A qué se debe esta forma de ser? En la prehistoria, los homínidos necesitaban de un sistema de reacción rápido y seguro ante las numerosas amenazas que ponían en riesgo su vida, ya que reaccionar a tiempo o no suponía la diferencia entre la vida o la muerte. Como no se había desarrollado aún el córtex cerebral, el recurso biológico era un atajo primario del que aún disponemos: el sistema límbico. La información llegaba a la amígdala cerebral, que es algo así como un cerebro dentro del cerebro. Allí la información se analiza atendiendo a tres mecanismos: el miedo (para mantener la seguridad), el instinto de reproducción (para garantizar la continuidad de la especie) y la conservación del territorio (para conservar un espacio de supervivencia).

El funcionamiento de la amígdala es el siguiente: cuando percibe una situación nueva, no se para a analizarla con detalle. Para responder al riesgo, busca si hay alguna similitud entre la situación y las que recuerda del pasado. Si es así, envía las respuestas automáticas iguales a las que mandó y fueron útiles para la supervivencia en el pasado. Las reacciones no siempre son las más acertadas, pueden incluso resultar excesivas, pero son una respuesta ante lo que el cerebro considera como un riesgo. De algún modo, es el tipo de reacción que tienen los animales salvajes que no discriminan sobre si nos acercamos con intenciones amistosas u hostiles; lo que es seguro es que huyendo se garantizan la supervivencia de la especie.

Así funcionaron los homínidos durante miles de años y así funcionamos a veces los seres humanos de hoy en día, tal como le ocurre a Jaime Lannister, con reacciones primarias, pero muy rápidas, que tenían como fundamento una percepción imprecisa de la realidad y que cumplieron su función de protegernos y facilitar nuestra continuidad como especie.

Lección 99

.....

Daenerys (a Gusano Gris):

—Las serpientes enfadadas atacan, así es más fácil cortarles la cabeza.

Los Hijos de la Arpía asesinan al immaculado Rata Blanca en Meereen, lo que enfurece a Daenerys, que pide que lo entierren con honores y públicamente en el templo de las Gracias, aunque le advierten de que eso enfadará a los asesinos.

Los Hijos de la Arpía son unos adversarios de Daenerys que no se enfrentan directamente, lo hacen sigilosamente, de forma inesperada. Ante este tipo de rivales, una estrategia eficaz para descubrirlos es provocarlos y ver su respuesta para preparar la ofensiva. Provocar a un adversario suele acabar con la calma chicha de los que cautelosamente aguardan para dañarnos y deja al descubierto sus cartas, sus intenciones, sus debilidades y fortalezas.

A nuestro alrededor encontramos personas correctas, intrigantes, indirectas, de las que difícilmente sabemos qué piensan sobre nosotros. Para aclarar la situación hay que identificar su posición hacia nosotros. No queda más remedio que generar un conflicto para descubrirlas, porque como decía el estratega chino Zhuge Liang: «Si te fías de la seguridad y no piensas en el peligro, si no sabes ser precavido ante la llegada del enemigo, eres como el gorrión que anida sobre una tienda, como el pez que nada en un caldero: no acabará el día». También lo dicen los versículos del Apocalipsis 3,16: «Yo conozco tus obras, que ni eres frío, ni caliente. ¡Ojalá fueras frío o caliente! Así, puesto que eres tibio, y ni frío, ni caliente, te vomitaré de mi boca».

Si necesitamos probar a alguien en su relación con el poder, hay varias estrategias según *El arte de la guerra de Sun Bin*: «Enriquecerlos para ver si son dominados por la codicia; enaltecerlos, para saber si les puede la arrogancia; darles responsabilidad, para comprobar si se convierten en déspotas; tentarlos, para probar su confianza; ponerlos en peligro, para conocer su valentía; atosigar, para saber si les vence la presión y el cansancio».

Lección 100

.....

Petyr Baelish (a lord Royce):

—El don de un gran apellido. A veces es cuanto se precisa.

Sansa, lord Royce y Petyr Baelish observan cómo Robin Arryn se entrena en un combate con la espada y queda de manifiesto que sus aptitudes para la lucha son nulas. Baelish intenta justificarlo por su falta de adiestramiento y su juventud, lo que le rebate lord Royce. Finalmente, Baelish argumenta que tiene otros dones, en particular el don de un gran apellido.

Lo que hoy se conoce como marca personal o *personal branding* ha existido siempre. El buen nombre de una familia, una marca, una institución... siempre han sido fama que precede y trabaja por familias con apellidos de prestigio, empresas y sociedades, que las posiciona en su ámbito y les abre las puertas. En el caso de la nobleza, el valor y la importancia del apellido que se heredaba aportaban por sí solos una serie de ventajas debido a la buena trayectoria de la familia y responsabilidades, al tener que mantener la buena reputación.

En el mundo de la marca personal, se conoce como *naming* lo relacionado con el nombre. Todo empieza por el nombre, que nos identifica y representa. Forma parte de la primera impresión que se da y es esencial para que nos recuerden. Las grandes empresas no han elegido su nombre al azar, dado que son conscientes de que este potencia su identidad. En el caso de las personas físicas, se suele usar el nombre y primer apellido. Este activo inmaterial provoca que la impresión que causemos sea duradera y sugiera un beneficio a la persona que se relaciona con nosotros.

A la hora de elegir el nombre que queremos para nuestra marca personal debemos tener en cuenta varios aspectos. Si nuestro nombre y apellidos son muy comunes, es aconsejable que usemos el apellido menos común o los dos apellidos. En el caso de tener un nombre muy largo al ser nombre compuesto y/o apellidos largos, podemos simplificarlos, usar solo un nombre y parte del apellido. Cuando el nombre es complicado de pronunciar o escribir, lo mejor es darse a conocer con un sobrenombre o apodo.

También hemos de ser conscientes de que antes o después dejaremos una huella digital, es decir, nuestro nombre, datos, etc., aparecerán en Google. Si hemos de elegir un nombre, que este sea adecuado es una tarea primordial, puesto que es la forma en que uno se da a conocer a los demás. Para saber si el nombre está disponible en las redes sociales existe la herramienta Namechk <<https://namechk.com/>>. También es necesaria una foto que refleje lo que deseas que los demás piensen de ti. Si pretendemos tener alcance internacional, hay que evitar que tenga connotaciones racistas, sexistas o que puedan ser objeto de mofa.

En definitiva, tu nombre debe de ser fácil de recordar, único, sencillo y coherente con la imagen que quieres transmitir. Tiene que decir quién eres, qué haces y cómo lo haces, para diferenciarte del resto.

Para dar solidez a nuestro nombre, tendremos que demostrar que nuestros méritos son reales con un porfolio —carpeta real o virtual con nuestros trabajos—, porque como ocurre en una escena de la película *Batman Begins*, alguien le pregunta al superhéroe cómo se llama y este le contesta: «¿Qué importa cómo me llamo? Se nos conoce por nuestros actos».

Lección 101

.....

Mance Ryder (a Jon Nieve):

—La libertad para cometer mis propios errores es lo que siempre he querido.

Jon Nieve intenta convencer al líder del Pueblo Libre, Mance Ryder, de que acepte luchar por Stannis Baratheon o ser condenado a muerte en caso contrario. A pesar de que Jon trata de convencerle de que es lo mejor para su pueblo, Mance rehúsa, es fiel a sus principios hasta el final, aunque eso suponga un error para su pueblo.

Aunque errar es humano, también lo es la mala costumbre de no admitir los errores y echar la culpa al primero que tengamos a mano, lo que es mayor error que el propio error. Aceptar los errores propios siempre es conveniente. Por un lado, a poco que pongamos interés, cometeremos menos. Si no nos empeñamos en negarlos y defenderlos, aprenderemos de ellos y, por lo tanto, los repetiremos menos.

Si tratamos de disimular los fallos, las consecuencias se agravan. Si nos equivocamos al elegir la profesión y no lo admitimos, corremos el riesgo de pasar gran parte o toda nuestra vida laboral haciendo algo que no nos gusta y, a veces, disimulando que era lo que queríamos.

Además, admitir los errores no solo ante uno mismo, sino también hacia los demás demuestra seguridad y confianza.

Todos podemos cometer errores, porque no somos sabios. En la mayoría de las ocasiones, lo que provocó el error fue la ignorancia, así que aprendiendo de las equivocaciones se es menos ignorante.

El pánico a admitir las equivocaciones también está provocado porque el ego se siente amenazado. Se aferra a su identidad como a un clavo ardiendo, aunque se base en algo errado. Sin embargo, nadie se muere por reconocer que se ha equivocado.

Hay que ser valiente y no temer cometer errores, porque solo se equivoca el que lo intenta. Equivocarse no es equivalente a fracasar, el resultado es que se aprende a través de la propia experiencia. Como dijo Edison: «No fracasé, solo descubrí 999 veces cómo no hacer una bombilla».

Perdámosle el miedo al error y aprendamos de él, usémoslo para alcanzar nuestros objetivos. Bien lo sabía Churchill cuando dijo aquello de: «De derrota en derrota hasta la victoria final».

CAPÍTULO

2

Lección 102

Bronn (a Lollys Stokeworth):

—La maldad se vuelve contra uno. Las personas como tu hermana siempre reciben su merecido, de un modo u otro.

La prometida de Bronn, Lollys, le cuenta que su hermana mayor la trata mal, lo que provoca el comentario de Bronn para consolarla.

Lollys se queja de que su hermana mayor la insulta y le tira del pelo, lo que a Bronn le parecen auténticas niñerías y, aunque solo le dice la frase para tratar de aliviarla y que así deje de molestarle contándole sus disputas pueriles, contiene una gran verdad. No hay forma de escapar al karma, o sea, a las consecuencias de nuestros actos.

En Occidente, este término oriental se suele identificar como destino o predestinación, pero es más certero considerarlo como la ley de causalidad que rige el universo. El significado literal de *karma* es «acción», «acto», y se refiere tanto al poder que tienen nuestras acciones como a las consecuencias de nuestros actos. Todo lo que pensamos, decimos o hacemos tiene un resultado en consonancia y hasta la acción más insignificante acarrea consecuencias. Como dijo Buda: «No descuides las acciones negativas solo porque son pequeñas; por pequeña que sea una chispa, puede incendiar un pajar como una montaña. Tampoco descuides las pequeñas buenas acciones creyendo que no aportan ningún beneficio; incluso las menores gotas de agua acaban llenando un recipiente enorme».

El que piense que el karma se diluye en el tiempo como lágrimas en la lluvia se equivoca. Las consecuencias de nuestras acciones llegan tarde o temprano, aunque pase el tiempo y no seamos capaces de relacionarlas con sus causas y entonces pensemos que las cosas nos pasan por casualidad o por azarosa buena o mala suerte, cuando en realidad es por causalidad. El budista Padmasambhava dijo: «Si quieres conocer tu vida pasada, contempla tu estado presente; si quieres conocer tu vida futura; contempla tus acciones presentes».

¿Qué puede explicar si no, que ante puntos de partida similares y circunstancias semejantes nos vaya de modo tan diferente? Buda dijo: «Lo que eres es lo que has sido, lo que serás es lo que haces ahora».

Al ser la ley del karma inevitable e infalible, cuando perjudicamos a otros, también nos lo hacemos a nosotros mismos y cuando les damos felicidad, nos la garantizamos en el futuro. Jodorowsky viene a decir: «Lo que das, te lo das; lo que no das, te lo quitas».

Por todo lo anterior, queda claro que el karma no es predestinación, sino que opera por nuestra capacidad de crear y cambiar. Por lo tanto, el futuro está en nuestras manos. Cuando procedemos mal, recogemos dolor y sufrimiento; cuando obramos bien, el fruto es la felicidad.

Lección 103

Jon Nieve (a Samwell Turly):

—Juré servir a la Guardia de la Noche. Si no me tomo mi palabra en serio, ¿qué clase de señor sería?

Jon Nieve le cuenta a Sam que el rey Stannis Baratheon le ha tentado ofreciéndole convertirle en un Stark para que él y el Norte se unan a su causa, a lo que Jon rehúsa debido a su juramento de pertenencia y servicio a la Guardia de la Noche.

Jon Nieve (a Tyrion Lannister).

— Cuando todo el mundo hace falsas promesas, las palabras pierden su significado. Luego ya no hay respuestas, solo mejores y mejores mentiras. [7.^a Temporada, capítulo 7.]

Cersei le ha pedido a Jon Nieve que no tome partido por ninguna casa una vez finalice la guerra contra el Ejército de los Muertos, si quieren que ella acuerde una tregua con Daenerys para unir sus fuerzas contra el enemigo común del Ejército de los Muertos. Jon declina la propuesta de Cersei porque ya ha prestado juramento a Daenerys, por lo que Cersei rechaza la propuesta de tregua. Tyrion le reprocha a Jon que no haya mentido a Cersei para conseguir un alto al fuego que permita luchar contra los muertos y después seguir siendo leal a Daenerys. A pesar de todo, Jon prefiere cumplir su palabra.

Para Jon Nieve, la palabra tiene un valor y una importancia que deben ser respetados por encima de cualquier oferta tentadora que suponga traicionarla. Así nos cuentan nuestros mayores que ocurría en otros tiempos. La palabra tenía valor de ley y los acuerdos se sellaban con un apretón de manos. De esta buena costumbre hemos pasado a que las palabras se las lleva el viento y lo que se dice por la noche, por la mañana no vale nada. ¿Eran los que nos precedieron más ingenuos que nosotros, más idealistas? Lo que es seguro es que eran más conscientes del valor y el contenido de la palabra.

Las palabras, además de ser sonidos al pronunciarse, son la representación de aquello que designan, son símbolos de lo nombrado, por lo que están cargadas de la realidad que definen, son continente y contenido. Por eso el segundo mandamiento dice: «No usarás el nombre de Dios en vano». Si la palabra Dios es una representación verbal de él, también lo contiene, por lo que su

mal uso es atentar contra lo sagrado. De ahí que existan pecados como la blasfemia —las palabras que injurien lo sagrado—, el perjurio o falso juramento que no se tiene la intención de cumplir y el incumplimiento de votos emitidos o quebranto del compromiso adquirido.

Según el filósofo José Manuel Lorenzo, el pensamiento se manifiesta a través de la palabra y así, como pensamos incorrectamente, usamos las palabras de ese modo, olvidándonos del poder de la palabra que usamos sin conciencia. A través de la palabra manifestamos, concretamos y materializamos lo que pensamos, sin darnos cuenta de que muchas veces nuestro subconsciente toma lo verbalizado como una verdad absoluta que tratará de alcanzar. Por ello debemos estar muy atentos a lo que decimos. Nuestra palabra es ley. En Mateo 7,7 dice Cristo: «Pide y se te dará», y así es. Queremos dinero, pero solo hablamos de carencias; queremos salud y hablamos de enfermedades y achaques; queremos amor y nos pasamos el día hablando de lo difícil que es encontrar a alguien que valga la pena para una relación.

Si nos fijamos en la palabra *bendecir*, su significado, que proviene de su etimología latina *benedicere*, denota «bien decir», o sea, hablar bien de algo o alguien, alabarlo, engrandecerlo, ensalzarlo. Al bendecir, aumentamos el valor de lo bendecido, lo mejoramos. Así ocurre cuando se bendice en las ceremonias religiosas, en la bendición de los alimentos o en la bendición de unas personas a otras. Bendiciendo lo que hago digo: «Reconozco tu existencia y te valoro».

Una promesa como la que realizó Jon Nieve es un contrato por el que una parte o ambas se obligan a cumplir un acuerdo. Por tus palabras serás justificado y por tus palabras serás condenado, dice la Biblia en Mateo 12, 37. No mantener la coherencia entre lo que decimos y hacemos transmite confusión, hace perder valor a la palabra y demuestra que no somos de fiar.

Las civilizaciones de la Antigüedad, sabedoras del enorme poder contenido en la palabra, crearon los mantras, oraciones, cánticos y plegarias, con la intención de manifestar sus pensamientos, emociones y sentimientos.

Mencionando de nuevo a José Manuel Lorenzo: «La palabra es capaz de crear, sanar y también destruir. Solo aquel que cumple su palabra puede provocar verdaderos cambios». Sin ir más lejos, nada más rechazar la oferta de Stannis y ser fiel al juramento de permanecer en la Guardia de la Noche, Jon Nieve es elegido como Lord Comandante.

La coherencia entre lo que se piensa y se dice debe ser completa. Hemos de pensar todo lo que decimos y decir aquello que esté de acuerdo con lo que pensamos; así todo lo que hagamos estará basado en lo que decimos.

Lección 104

.....

Arya (a los tres ladrones de Braavos):

—Para los muertos nada tiene valor.

Unos ladrones abordan a Arya en una calle angosta de Braavos con intención de asaltarla. Ella trata de intimidarlos mostrándoles su espada, lo que despierta el interés de uno de los ladrones por su valor. Ella no se arruga y les responde que para los muertos nada tiene valor.

Nos convendría tener presente en todo momento la frase de Arya, que apenas tenemos en cuenta a pesar de su evidencia y obviedad. Por mucho dinero y riqueza que hayamos acumulado en nuestra vida, no podemos llevarnos ni un céntimo al otro mundo. Si hay un verdadero legado que dejamos en este mundo y por el que pervivimos en él: el de nuestras acciones para mejorarlo, empezando siempre por los que más cerca tenemos.

Otra conclusión que se puede extraer de la frase de Arya es la de que en algunas ocasiones, nos conviene hacernos los muertos. Si nos agreden, si nos atacan, podemos devolver los golpes, los insultos, o podemos esquivarlos e ignorarlos.

Un método para evitar los conflictos y vivir en paz en vida es el siguiente:

Un estudiante pregunta a su maestro de artes marciales:

—Maestro, ¿me puede enseñar la sabiduría?

—Sí, puedo.

—Enséñemela entonces enseguida.

—¿Enseguida? De acuerdo. Ve al cementerio, insulta a los muertos y después vuelve para contarme lo que te han dicho.

El estudiante va al cementerio, insulta a los muertos y regresa.

—¿Insultaste a los muertos?

—Sí, maestro.

—¿Y qué te dijeron?

—Nada, maestro. No respondieron.

—Entonces ve otra vez al cementerio y adula a esos muertos.

El estudiante vuelve al cementerio, adula a los muertos y regresa.

—¿Adulaste a los muertos?

—Sí, maestro.

—¿Y qué te dijeron?

—Nada, maestro. Nada.

—Esa es la sabiduría. Tanto si te insultan, como si te adulan, no debes reaccionar, como los muertos.

Lección 105

.....

Daenerys (al pueblo de Meereen):

—Me abristeis las puertas porque os prometí libertad y justicia; la una no puede existir sin la otra.

Daenerys habla al pueblo de Meereen antes de la ejecución de un antiguo esclavo que ha matado a un Hijo de la Arpía porque se ha tomado la justicia por su mano, lo que le va a costar ser ejecutado.

El *Diccionario de la lengua española* define la *libertad* como la «facultad natural que tiene el hombre de obrar de una manera o de otra, y de no obrar, por lo que es responsable de sus actos». Siendo inherente al ser humano como indispensable, encuentra su límite cuando topa con la libertad de los otros. Por este motivo, la justicia sirve de salvaguarda y garantía de la libertad. Cuando no se respeta la libertad de los individuos, la justicia debe acudir presta a protegerla.

Acerca de la justicia, el *Diccionario de la lengua española* dice que es el «principio moral que lleva a dar a cada uno lo que le corresponde o pertenece», lo que se materializa en el derecho.

Conseguir la armonía entre libertad y justicia es uno de los mayores retos a los que se enfrentan mandatarios, legisladores y jueces. Al elaborarse las leyes, deben establecerse los límites para el ejercicio de la libertad y la justicia. Por eso debe existir independencia entre los poderes legislativo, ejecutivo y judicial, puesto que si el poder ejecutivo violase las leyes y por lo tanto las libertades, el poder judicial debería ser independiente para restablecerlas y administrar justicia. Como dijo el escritor alemán Johann Seume: «Donde no hay justicia, no hay libertad y donde no hay libertad, no hay justicia».

La reina Daenerys liberó a los esclavos de Meereen y uno de ellos, queriendo hacer justicia por su cuenta, mató a un Hijo de la Arpía que había sido detenido por matar a un inmaculado. El esclavo utilizó su libertad sobrepasando sus límites, actuando por encima de la reina que en este caso es la que administra la justicia. Si bien la actuación del esclavo es aceptada popularmente, ha de ser sancionada al haber excedido su radio de acción. Daenerys es justa y vela por la libertad de todos y, en este caso, el esclavo se ha extralimitado en el ejercicio de su libertad y se ha tomado la justicia por su mano, algo que no le correspondía.

CAPÍTULO

3

Lección 106

.....

Rosse Bolton (a Ramsay Bolton):

—El mejor modo de fijar una alianza es casarse.

Rosse Bolton desaprueba que su hijo Ramsay se dedique a desollar a todo aquel que no quiere colaborar con su causa. Para Rosse Bolton las mejores alianzas no se consiguen a través del terror, sino a través del matrimonio.

Actualmente en nuestra sociedad, pensamos que amor y matrimonio van unidos, cuando no siempre es así y, desde luego, en épocas anteriores la excepción es que lo fuera. Ya en el siglo XII el pensador Andrés Capellanus en *El arte del amor cortés* dice que el matrimonio no es óbice para el amor; era posible enamorarse incluso del cónyuge, lo que daba por sentado que la gente se enamoraba fuera del matrimonio. Hasta el siglo XVIII se tenía muy claro que el matrimonio era para el patrimonio, de ahí los matrimonios de conveniencia como el que le propone Rosse Bolton a Ramsay. Fue en el siglo XIX cuando los románticos pretendieron hacer coincidir el amor con el matrimonio y así seguimos hasta hoy.

Como este modelo sigue estando vigente y parece no funcionar del todo bien, dado el número de problemas de pareja, separaciones y divorcios, cabe preguntarse si existe alguna fórmula para que un matrimonio pueda durar toda la vida —más allá de la paciencia y el aguante.

Si de la receta de un cóctel se tratara, los ingredientes para un matrimonio feliz que dure toda la vida podrían ser los siguientes: pasión, diálogo, ternura, madurez y, por supuesto, amor. Si solo hay respeto, difícilmente puede ser feliz, pero puede durar toda la vida, porque cada uno tiene derecho a la satisfacción de sus necesidades físicas, mentales y afectivas. No lograr esa satisfacción produce infelicidad. Hay que tener muy presente que nadie tiene derecho de impedir al otro la satisfacción de sus necesidades físicas, mentales y afectivas. Impedir las es un acto de violencia.

Si nos decidimos a entrar en el matrimonio, debemos hacerlo con la actitud madura de amar, no con la pueril de ser amados.

Volviendo a los ingredientes, la pasión, entendida como atracción física y deseo sexual, debe ser mutua, lo que contribuye a la satisfacción sexual y a la fidelidad. La comunicación y el diálogo deben funcionar sobre los problemas personales y de pareja, no sobre los problemas mundiales que vemos en los medios de comunicación o las rutinas del día a día. La ternura requiere perder el miedo a descubrir las debilidades propias y mostrárselas al otro, con lo que en cierto modo nos convertimos en cachorros para recibir mimos. La madurez afectiva se caracteriza por tener la capacidad de amar y no pretender solo ser amado, actitud que lleva al fracaso amoroso. El último ingrediente, el amor, está hecho de tolerancia y aceptación del otro, capacidad de perdonar, compasión y dedicación. Con todos estos ingredientes, el matrimonio está destinado a convertirse en la mejor de las alianzas.

Lección 107

Petyr Baelish (a Sansa Stark):

—No hay justicia en el mundo a menos que la hagamos.

Sansa se enfada con Baelish porque ha acordado su boda con Ramsay Bolton, el primogénito de la familia que mató a su hermano Robb y a su madre. Baelish trata de convencerla de que es una oportunidad de vengarles y hacer justicia.

Sansa (a Petyr Baelish):

—No hay justicia en el mundo a menos que la hagamos. [7.^a Temporada, capítulo 7.]

Sansa simula un juicio a su hermana Arya por traición. Cuando el juicio comienza, el que pasa a ser juzgado es Baelish, que trata de convencer a Sansa para que se apiade de él. Ella se mantiene firme en su decisión de ejecutarlo, porque como él le enseñó, no hay justicia a menos que se ejerza.

Todos deseamos vivir en un mundo mejor y, aunque es nuestra intención conseguirlo, la magnitud de la empresa nos hace desistir; damos la tarea por imposible y renunciamos a cambiar lo que terminamos concluyendo que no puede modificarse.

La dimensión de la tarea de cambiar el mundo, conseguir un mundo más justo, etc., es inmensa. No podemos cambiar el mundo, aunque sí está en nuestra mano empezar a cambiarlo, como cuenta esta historia oriental:

Una gran montaña cubre con su sombra una pequeña aldea. Por la ausencia de luz, los niños crecen raquíuticos. Un buen día, los aldeanos ven al más anciano de ellos dirigirse hacia los límites del pueblo llevando una cucharita en la mano.

—¿Adónde vas? —le preguntan sus paisanos.

—Voy a la montaña —responde.

—¿Para qué?

—Para moverla.

—¿Con esa cucharita? ¡Estás loco, no vas a poder!

—No estoy loco, sé que no podré conseguirlo jamás, pero alguien tiene que empezar.

No podemos conseguir un mundo más justo, más igualitario, más generoso..., pero podemos empezar a construirlo con nuestras acciones cotidianas, en nuestra vida diaria, en nuestro radio de acción, con los que nos rodean. Todos nos influimos y lo que empezó pareciendo algo insignificante puede derivar en un efecto dominó, porque como dice otro proverbio chino: «El leve aleteo de las alas de una mariposa puede provocar un huracán en la otra parte del mundo».

Lección 108

.....

Stannis Baratheon:

—Tenéis muchos enemigos aquí dentro. ¿Habéis considerado enviar a Ser Alliser Thorne a otro sitio? Dadle el mando de Guardaoriente del Mar.

Jon Nieve:

—He oído que es mejor tener a tus enemigos cerca.

Stannis Baratheon:

—Quien lo dijera no tenía muchos enemigos.

Antes de partir hacia Invernalía, Stannis Baratheon intenta por última vez conseguir que Jon Nieve se una a sus tropas y le advierte acerca del número de enemigos que le rodean en las filas de la Guardia de la Noche.

Decía Michael Corleone en *El Padrino* recordando a su padre, que había que tener cerca a tus amigos, pero más cerca a tus enemigos. En cierto modo, es cierto. Los enemigos nos mantienen alerta, lo que nos obliga a dar lo mejor de nosotros. Son los primeros en mostrarnos nuestros errores con sus críticas, lo que contribuye a que queramos mejorar y superarnos. Sirven de modelo de cómo no debemos ser y nos dan la medida de nuestra importancia; un enemigo de entidad nos hace ver que nosotros también lo somos.

Vistas con optimismo las ventajas de tener enemigos, lo cierto es que tener muchos supone tener también muchos frentes abiertos, y tratar de combatirlos o evitarlos implica un desgaste y pérdida de energía.

Si pensamos en todo lo que nos ha supuesto un problema a lo largo de nuestras vidas, siempre hubiera sido mejor mantenernos alejados de los problemas que librarnos de ellos. Para conseguirlo, podemos usar varios métodos. No reaccionar a las primeras de cambio cuando algo no nos gusta, alguien nos contradice o nos provoca. Es mejor no involucrarnos emocionalmente y tratar de ver la situación desde fuera, como simples observadores. Así tendremos mayor perspectiva y seremos más eficaces.

Evitar corresponder a las provocaciones verbales y físicas también nos beneficia más que entrar al trapo y aumentar la tensión y el enfrentamiento con aquel que nos ofende. Aun teniendo las de ganar, en un combate siempre se producen daños. Es mejor impedir que se produzca un problema, que intentar solucionarlo más tarde. En el caso de no tener más remedio que enfrentarse a un enemigo, solo se debería llegar a la contienda si hay algo que ganar con ello y se puede vencer.

Lección 109

.....

Gorrión Supremo (a Cersei):

—Solo les digo que nadie es especial y creen que yo soy especial por decírselo.

Cersei acude a conocer al Gorrión Supremo mientras este reparte comida a los indigentes de Desembarco del Rey. Este le cuenta a la reina que les da a los más necesitados lo que él y sus seguidores tienen, para recordarse a ellos mismos que nadie es especial.

Hace poco tiempo que el Gorrión Supremo y sus seguidores han llegado a Desembarco del Rey castigando sin piedad a los pecadores y acercándose y ayudando a los más necesitados. Estos, ignorados y despreciados por todos, ven en el Gorrión Supremo y sus adeptos a alguien diferente que por fin los reconoce y les hace sentir dignos.

Cuando la autoestima se encuentra tan baja como les ocurre a los desfavorecidos de Desembarco del Rey, cualquiera que se acerque de una forma amistosa, se ponga humildemente a su altura, se identifique con ellos, les haga sentir personas y les dé el valor que han perdido, tiene todas las bazas en su mano para ganarse su favor.

Se podría decir que los marginados de Desembarco del Rey ven como algo extraordinario lo que es ordinario para el Gorrión Supremo. Un simple gesto de humanidad puede ser algo extraordinario cuando no existes para nadie.

Alimentar a la población hambrienta de Desembarco del Rey le sirve al Gorrión Supremo para ponerla de su lado, si bien para que se adhieran devotamente a su fe hace falta algo más. Para mantener unido al grupo de seguidores necesita crear la dinámica de «nosotros contra ellos».

Los discípulos deben sentirse parte de una comunidad unida por los lazos de los objetivos en común. Para reforzarlo, hay que crear o identificar un enemigo que hará cualquier cosa por acabar con ellos. Así, si un tercero recela de los principios del grupo, sus líderes, etc., es identificado automáticamente como enemigo.

Tener enemigos da cohesión al grupo para tener una causa que defender con uñas y dientes, y amenazas que destruir.

Lección 110

.....
Cersei Lannister (al Gorrión Supremo):

—La fe y la corona son los dos pilares que sustentan este mundo. Si uno se derrumba, también el otro.

El Gorrión Supremo piensa que va a ser detenido por la humillación y castigo a los que sometieron al Septón Supremo al encontrarlo en un burdel. Sin embargo, la reina Cersei le comunica que el Septón ha sido detenido y se encuentra en las mazmorras de la Fortaleza Roja por su comportamiento pecaminoso y contrario a la fe.

A lo largo de la historia, las religiones han estado vinculadas al poder y han sido utilizadas como instrumento de dominación. A modo de ejemplo, la religión católica acumuló durante la Edad Media un enorme poder religioso, político e incluso militar, legitimando a los monarcas, puesto que se entendía que su origen era divino; a su vez, las monarquías apoyaban a la Iglesia, que manipulaba las creencias espirituales necesarias para reforzar los fines políticos.

Cabe preguntarse si esta relación entre poder y creencias se da en nuestros días. La respuesta es afirmativa, dado que estos vínculos se dan en cualquier ámbito institucional, aunque no se trate de creencias religiosas como en épocas anteriores.

Hoy por hoy, cualquier empresa o institución tiene una línea de marketing estratégico que establece su misión, visión y valores. Trasladando estos tres elementos a los que se daban en las sociedades en las que poder terrenal y religión estaban íntimamente relacionados, misión y visión serían los aspectos más ligados al «poder terrenal» y los valores, al «religioso». La misión es la labor o actividad que ofrecen al mercado, qué hace y a qué se dedica la empresa. La visión son las metas que se establecen para alcanzar en el futuro, qué se quiere lograr. Los valores son los principios éticos o morales sobre los que se asienta la cultura de la empresa, sus códigos de comportamiento. Solo tenemos que ver cómo afecta negativamente al prestigio y reputación de la empresa que los valores, los principios morales, no sean coherentes con la misión y visión.

A la vista del nuevo modo de relacionarse el poder y la fe, podemos seguir afirmando, tal como decía Cersei, que son los dos pilares que sustentan el mundo; si uno se derriba, se derriba el otro.

Lección 111

.....

Tyrion Lannister (a una prostituta de Volantis):

—¿Quién necesita riqueza pudiendo hacer reír a una mujer?

Llegado a un burdel de Volantis, Tyrion se acerca a una prostituta que no muestra interés en él al aparentar no tener dinero. Él le contesta que las apariencias engañan y hasta hace poco era uno de los hombres más ricos del mundo, lo que provoca la risa de la prostituta.

Pensamos que para seducir es necesario resultar atractivos a través del aspecto físico, una mirada y una voz seductoras, la mejor ropa que podamos permitirnos... cuando se nos pasa por alto un rasgo mucho más eficaz y de mayor impacto: el sentido del humor. Detrás de este recurso están la inteligencia, la agilidad mental, la capacidad de conectar con el otro y darle lo que le gusta.

Cómo hagamos sentir a la otra persona es el factor esencial a la hora de decidir si nos apetece estar con ella, por eso entre los requisitos que pedimos a nuestra pareja ideal es que nos haga reír, tenga sentido del humor y la vida sea más divertida a su lado.

Una señal de que le interesamos a alguien es que hace lo que está en su mano para hacernos pasar un buen rato, divertirnos o, al menos, hacernos sonreír.

Las parejas que se ríen y divierten juntas crean un vínculo más íntimo y fuerte, ya que las bromas, el sentido del humor compartido, crean mayor complicidad y refuerzan el gusto de estar con el otro día a día.

Por si fueran pocas ventajas, tratar de que los demás se sientan bien con nosotros, la actitud amistosa y sonriente, embellece porque nos hace aparecer distendidos y relajados.

La importancia del sentido del humor tampoco nos puede llevar a tratar de ser humoristas que hagan bromas y chanzas de todo tipo y en todo momento. Tan malo es pasarse como no llegar, puesto que podemos hacer una gansada de mal gusto si nos lanzamos a bromear sobre temas sensibles sin conocer bien a la persona.

Si pensamos que no tenemos demasiado sentido del humor, lo mejor es observarnos y descubrir lo que nos hace reír, lo que nos divierte, especialmente lo que nos hace gracia de nosotros mismos, porque para reírnos de lo ajeno, antes tenemos que saber reírnos de nosotros, de nuestros defectos y virtudes. Así descubriremos los límites, teniendo en cuenta el respeto como primera norma de uso.

CAPÍTULO

4

Lección 112

.....

Cersei Lannister:

—¿Puedo ofreceros vino, santidad?

Gorrión Supremo:

—Podría decir que nuestra mente es el templo de los Siete y debe mantenerse pura.

El Gorrión Supremo acude a una reunión con Cersei, que le ofrece vino. A diferencia del anterior Septón Supremo, el Gorrión lo rechaza.

El Gorrión Supremo coincide con la Biblia en Corintios 3, 16 cuando dice que somos el templo de Dios y que el Espíritu de Dios habita en nosotros. De la misma forma que acudimos al templo a orar y sentir una mayor conexión con Dios, nuestro espíritu se encuentra en este mundo en nuestro cuerpo, por lo que debemos cuidarlo al ser su morada. Nadie que no cuide su casa se puede encontrar bien.

Se nos olvida a menudo que nuestro cuerpo es nuestro continente, nuestro recipiente, y un simple resfriado nos hace conscientes de lo que perdemos cuando algo de él no funciona bien o resulta dañado.

A través de él, exteriorizamos nuestros pensamientos, sentimientos, emociones, acciones... Nos comunicamos gracias a él con los demás y el entorno a través de los sentidos, los gestos, el movimiento. Si tenemos una visión trascendente de la vida, es el vehículo de nuestro espíritu en este mundo, nuestra parte intangible.

Cuerpo, mente y espíritu están conectados y comunicados entre sí. Por mucho que algunas tradiciones se empeñen en poner la atención y el énfasis en el espíritu, su relación con el cuerpo es directa: los estados de ánimo afectan a la salud física y los problemas físicos influyen en el estado anímico. Las tradiciones que predicán que para realizarse espiritualmente hay que desidentificarse del cuerpo no han entendido la relación necesaria de ambos.

La cita latina de la *Sátira X* de Juvenal *mens sana in corpore sano* también nos señala la necesidad de tener un espíritu equilibrado en un cuerpo equilibrado.

Cuando somatizamos un conflicto, aparecen síntomas y problemas físicos cuya causa no está en nuestro cuerpo, sino en nuestra mente. El cuerpo nos sirve de brújula para indicarnos que algo de lo que estamos viviendo no nos hace bien. Debemos hacerle caso, puesto que si nos empeñamos en ignorarlo, si sabemos que le damos algo que le hace daño y seguimos con un hábito nocivo, si queremos amordazar nuestras emociones, nuestro cuerpo gritará por ellas en forma de enfermedad. Todo lo fisiológico afecta a la mente y todo lo psicológico afecta al cuerpo; su conexión es tal que se podría decir que son una única entidad, no dos, por eso las enfermedades deberían tratarse de forma holística, sin perder de vista esta íntima e inseparable conexión cuerpo-mente.

Lección 113

.....

Cersei Lannister (al Gorrión Supremo):

—Vos y yo sabemos cómo funciona el mundo. A menudo los malvados son los más ricos, fuera del alcance de la justicia. Ni siquiera el rey puede castigar siempre a los que más lo merecen.

La reina Cersei le ofrece el poder militar a Gorrión y a sus discípulos para utilizarlo para sus fines, en este caso desembarazarse de su pretendiente Loras Tyrell.

Los ordenamientos jurídicos democráticos establecen que todos somos iguales ante la ley. Nuestra Constitución, sin ir más lejos, dice en su artículo 14 que todos somos iguales ante la ley, sin que pueda prevalecer discriminación alguna por razón de nacimiento, raza, sexo, religión, opinión o cualquier otra condición o circunstancia personal o social. En teoría es así, pero ¿es efectiva esta igualdad?

Como en cualquier otro ámbito de la vida, la igualdad no existe. Pleitear supone un gran coste económico en abogados, procuradores... incluso algunas tasas encarecen aún más los procesos judiciales. El que puede pagarse la minuta de un buen abogado tiene más opciones de ganar que el que tiene que conformarse con un abogado de oficio.

Para determinados cargos políticos y judiciales se contempla el aforamiento en el caso de ser investigados en un proceso judicial, lo que significa que en el caso de declarar, lo pueden hacer por escrito, lo que supone una ventaja considerable a la hora de preparar su defensa y no son juzgados por tribunales de primera instancia, sino por tribunales superiores.

Vemos en los medios de comunicación casos en los que personas que robaron para dar de comer a sus hijos acaban en la cárcel tras caer sobre ellas todo el peso de la ley, al contrario que otras de buena posición económica y social que son defendidas por los mejores abogados y eluden entrar en prisión tras juicios enmarañados por fraude, corrupción o estafa, o entran en ella de forma testimonial y salen al poco tiempo al pagar fianzas con el dinero que anteriormente han conseguido ilícitamente.

Si un poderoso termina entrando en la cárcel, tampoco pasa por esa penitencia igual que una persona con pocos recursos. Siempre tendrá dinero a mano para el economato, para tabaco o para tarjetas telefónicas, y tampoco le faltarán las visitas y los vis a vis.

Por si fuera poco, son conocidos los casos de cargos públicos: políticos, empresarios, banqueros... que, tras sus procesos judiciales, aun a pesar de haber sido condenados por delitos económicos en los que hay en juego millones de euros, finalizados sus procesos y sus condenas, vuelven a retomar sus vidas con el mismo estatus económico, sin que haya sufrido ninguna merma significativa.

La anhelada justicia con su balanza siempre tan poco equilibrada, como dijo el escritor y abogado Henry Bordeaux, si no por las leyes, por los jueces.

Lección 114

oooooooooooooooooooooooooooo

Gorrión Supremo (a Cersei):

—Todos los pecadores son iguales ante los dioses.

A la reina Cersei le parece que en muchas ocasiones los delincuentes con más medios escapan a la acción de la justicia, algo que no inquieta al Gorrión, porque según la religión todos somos iguales ante los dioses.

Mientras la justicia humana es un ideal imposible de alcanzar, como nos recordaba la lección anterior, al no darse el mismo punto de partida de la igualdad, la justicia divina sí es factible, como nos recuerda el Gorrión Supremo y la Biblia en Job 33, 6 cuando dice: «Ante Dios, tú y yo somos iguales», algo que el papa Francisco también manifiesta: «Todos somos iguales a los ojos de Dios. Yo soy como uno de vosotros». Para el papa, si todos somos iguales, somos hermanos.

La vida terrenal está llena de desigualdades y diferencias, sin embargo, somos hijos de Dios, y el Padre no hace distinciones entre los hermanos según el cristianismo. Jesucristo así lo practicó durante toda su vida, amando a todos por igual porque para él, el hecho de amar al prójimo supone también amar al Padre, dado que Dios está dentro de cada uno. De este modo, amar al prójimo supone amar a un hermano, reconocer en él al Padre. Por lo tanto, no cabe discriminación alguna por razón de raza, sexo, condición económica, estatus...

Aunque tampoco es necesario esperar que la llegada al otro mundo nos iguale, al haber dejado en este todas las diferencias materiales, llegado el momento Dios tiene en su mano administrar justicia sin ningún condicionante; siendo todos iguales, nada puede inclinar la balanza *a priori* hacia un platillo u otro, solo las buenas o malas acciones que cada uno haya realizado en su vida.

Lección 115

oooooooooooooooooooooooooooo

Melisandre (a Jon Nieve):

—El señor de Luz nos hizo hombre y mujer, dos partes de un todo mayor. En nuestra unión hay poder, poder para crear vida, poder para crear luz y poder para crear sombras.

Melisandre intenta seducir a Jon Nieve desnudándose ante él para conseguir que acompañe al rey Stannis Baratheon a la toma de Invernia.

La sacerdotisa Melisandre trata de seducir a Jon Nieve convenciéndole de que la atracción que se da entre hombres y mujeres se debe a las diferencias que nos complementan y nos completan a través de la unión de ambos. Del mismo modo, la filosofía oriental del taoísmo reconoce la existencia de la dualidad en el universo a través del yin y el yang, dos fuerzas contrapuestas que interactúan y se complementan entre sí. Originalmente, yin se llamaba al lado frío de la montaña, el que mira al norte y yang, al cálido, el que da al sur. Así yin representa lo oscuro, la noche, lo femenino, lo pasivo, la tierra, la absorción y yang, la luz, el día, lo masculino, lo activo, el cielo, la penetración. La imagen que los simboliza se convierte en un círculo, al encajar las dos partes como piezas de un puzle y mostrar la totalidad conseguida por la unión de estas fuerzas complementarias.

Para el taoísmo, yin y yang se dan en todos los aspectos de la vida, puesto que cada ser, objeto o pensamiento tiene un complemento necesario para su existencia; como decía Antonio Machado: «Busca a tu complementario, que marcha siempre contigo y suele ser tu contrario».

Esta visión de la vida la encontramos también en el resto de las manifestaciones de la espiritualidad. En el cristianismo se da la dualidad Jesucristo-María. Jesucristo es Dios encarnado en hombre, María es una humana que se diviniza. En la tradición azteca, el águila vuela ascendiendo a lo más alto, mientras que la serpiente queda pegada a la tierra.

Aunque yin y yang indican que todo tiene su opuesto, no es de forma absoluta, ya que si bien el invierno se opone al verano, en un día de verano puede hacer frío y viceversa. A su vez, son dependientes el uno del otro; no puede haber sombra sin luz o día sin noche, y pueden transformarse en su opuesto: la noche pasa a ser día, lo caliente se puede enfriar.

Otro de los principios del yin y el yang es que a su vez todo puede dividirse en yin y yang. Por ejemplo, algo frío puede ser helado o fresco, algo caliente puede estar ardiendo o estar templado. También se generan y consumen mutuamente; al aumentar uno, el otro disminuye o se concentra, como pasa con las nubes que cuando tienen un exceso de vapor de agua (yin), provocan la lluvia (yang).

Siempre hay yang en el yin y viceversa, lo que provoca que uno se transforme en su contrario. Una semilla (yin) nace en primavera y se convierte en planta (yang).

Que hombres y mujeres seamos diferentes es más una ventaja que un inconveniente. Diferentes, complementarios y necesarios los unos para los otros; admitiendo nuestras diferencias somos capaces de aceptar que el otro puede aportarnos lo que nos falta y viceversa. Como también hemos de asumir que todo hombre tiene un lado femenino (yin) y toda mujer un lado masculino (yang) que nos hace más completos y nos facilita la comprensión del sexo opuesto. Es

por lo tanto imposible que un sexo prevalezca sobre el otro; como señala el taoísmo, solo encajando ambas partes se consigue el todo, porque en este caso lo opuesto no es lo contrario, sino lo complementario; eliminar y anular una parte deja sinsentido a la otra.

Lección 116

Petyr Baelish (a Sansa Stark):

—Aun a los hombres más peligrosos puede manipularse.

Petyr Baelish se encuentra con Sansa en la cripta de Invernalía y le informa de que debe partir a Desembarco del Rey al haber sido llamado por Cersei. Esto preocupa a Sansa, porque teme quedarse a merced de Rosse Bolton.

El oportunista Meñique conoce la condición humana y no duda en recurrir a la manipulación para manejar y dirigir las voluntades de todo el que se cruza en su camino para lograr sus propósitos, como si de marionetas se tratara. Utiliza para ello dos herramientas de efectos devastadores como son la culpa y el miedo.

Alguien, incluso a veces nosotros mismos, nos recuerda algo que hicimos mal. La culpa nos hace sentir mal por algo que hicimos y no deberíamos haber hecho, nos lleva al pasado y nos hace desaprovechar el presente, porque agua pasada no mueve molino y no podemos cambiar la historia. Aprender de los errores es positivo y necesario, sin embargo, anclarse en la culpa gasta nuestra energía del presente de forma inútil, al no servir para cambiar nada de lo que pasó, y puede incluso llevarnos a la depresión.

Cuando somos niños, los adultos nos manipulan con la culpa y nos amenazan con quitarnos su cariño si no actuamos como ellos quieren. Por desgracia esto también se reproduce en el seno de la pareja. Los niños también lo usan cuando dicen frases como: «Si me quisieras, me comprarías lo que quiero». También se genera cuando alguien nos transmite que nuestro comportamiento le está generando un daño o perjuicio, aunque, en realidad, lo que quiere es conseguir algo de nosotros o que actuemos como él o ella quiere: «Muy bien, tú sigue viendo el partido, tendré que ocuparme yo de mover esas cajas con lo que me duele la espalda». Otras veces, somos nosotros los que nos imponemos la culpa por haber hecho algo incorrecto según nuestra ética.

Al castigo que nos generamos por la culpa a veces se suma la amenaza: «Si no haces lo que quiero, me enfadaré y te dejaré de hablar», o el castigo: «¿Cómo quieres que te ayude después de lo que me has hecho?».

Hay esperanza si queremos eliminar o mitigar la culpabilidad que nos hace sufrir y que otros utilizan como medio de control sobre nosotros. Debemos mirar el pasado como algo que no puede cambiarse, sintamos lo que sintamos sobre él. En ocasiones la culpa del pasado sirve para no ocuparnos de lo que deberíamos hacer de otra forma en el presente, así que necesitamos comprometernos a hacer las cosas de forma diferente y a dejar de dar la imagen de atormentados.

Una medida efectiva es la de aprobarnos y aceptarnos a nosotros mismos para que, al no necesitar la aprobación de los demás, no puedan jugar con nosotros. En cualquier caso, hacerse responsable de los propios actos y asumir las consecuencias también sirve como antídoto para la culpa.

Los efectos del miedo, la otra herramienta de manipulación, son devastadores. Todo nuestro sufrimiento deriva del miedo, que se amplifica cuando nos sentimos como niños ante cualquier amenaza, ya que la mayor parte de nuestros miedos no son reales, solo existen en nuestra mente. Muchas personas viven esta condición infantil desde que son niños hasta que terminan sus días. Primero son hijos de sus padres, después de sus parejas y más tarde de sus hijos, sin haber desarrollado nunca la capacidad de afrontar sus miedos por sí mismos, sin independencia afectiva.

La forma de superar los miedos imaginarios es afrontarlos por uno mismo, para así ir cambiando nuestra propia autoimagen y sentirnos cada vez más capaces de afrontarlos y superarlos. Así se desarrollan la autoestima, la fe en uno mismo y la independencia, escudos que los miedos absurdos no pueden penetrar.

CAPÍTULO

5

Lección 117

Maestre Aemon (a Jon Nieve):

—Matad al chico, Jon Nieve, y dejad que nazca el hombre.

Jon Nieve acude a pedir consejo al maestro Aemon acerca de la decisión de aliarse con los salvajes, algo que tiene dividida a la Guardia de la Noche. El maestro le indica que haga lo que considere correcto, para algo es el Lord Comandante.

Lo que el maestro Aemon le quiere decir a Jon Nieve con la frase «matad al chico» es que tiene que asumir las responsabilidades que conlleva el cargo de Lord Comandante y ejercer el liderazgo sin temer las consecuencias de sus decisiones. Un líder no se preocupa sobre qué va a pasar, sino sobre qué va a hacer. Al asumir la responsabilidad, al tener la capacidad de asumir el riesgo, no hay nadie a quien culpar por las decisiones tomadas y la energía se centra en buscar soluciones.

Solo es real el liderazgo que se ejerce, el que se muestra a través del ejemplo, el que pone en práctica lo que se predica. Un líder no puede ser temeroso de las acciones que tiene que emprender, como le ocurre en ese momento a Jon Nieve; nunca se puede gustar a todo el mundo, por lo que debe ejercer su cargo siendo auténtico, siendo él mismo.

Jon Nieve aún no ha dejado de ser un niño, como le recuerda Aemon. Los niños preguntan y piden, los adultos toman lo que necesitan sin preguntar. Otra de las características infantiles es la de carecer de seguridad en sí mismo y depender de otro; en este caso no está seguro de su decisión de pactar con los salvajes, tiene temor y lo consulta con el maestro.

Convertirse en adulto, como le pide el maestro, implica desempeñar el cargo de Lord Comandante y también sentirse seguro dominando el Muro, el territorio que le ha tocado gobernar, como haría cualquier macho dominante.

El adulto tiene seguridad en sí mismo, algo que aún le falta a Jon Nieve; libertad para decidir y para no depender de nadie. No necesita la aprobación de los demás para decidir y actuar.

Lección 118

.....
Ramsay Bolton (a Theon Greyjoy):

—Una disculpa no significa nada si no miras a la persona a los ojos.

Ramsay disfruta humillando a Theon Greyjoy y le pide que se disculpe ante Sansa Stark por haber matado a sus hermanos —algo que, en realidad, no hizo, aunque ella cree que sí.

Al comunicarnos con los demás, solemos pensar que el peso de nuestro mensaje recae en las palabras que pronunciamos, sin reparar en que carecen de importancia si no van acompañadas de un paralenguaje (tono, volumen, entonación) y un lenguaje corporal (gestos, expresiones, miradas, etc.) coherentes con el mensaje verbal que hemos emitido. Además, el contenido verbal del mensaje representa solo el 7 % de la comunicación, mientras que el paralenguaje es el 38 % y el lenguaje corporal es el 55 % de lo que comunicamos.

La mirada es el aspecto más importante de la comunicación no verbal, por eso Ramsay le insiste a Theon en que mire a los ojos a Sansa, si quiere que su mensaje sea realmente convincente.

Si la cara es el espejo del alma, los ojos son su ventana. A través de la mirada se puede conocer el estado emocional de una persona: si está triste, alegre, enfadada, en paz... Los ojos son los chivatos que nos delatan sobre lo que pensamos y sentimos. Las pupilas dilatadas muestran nuestro interés y si el interlocutor que tenemos enfrente nos atrae o si sentimos empatía; las contraídas mostrarían hostilidad.

Al hablar con alguien, nuestra mirada muestra los procesos mentales que tienen lugar en nuestro cerebro: mirar hacia la derecha suele asociarse con mentir o crear una historia que no corresponde con la realidad y mirar a la izquierda corresponde a la intención de recordar algo que queremos decir —en el caso de los zurdos el sentido de las miradas y su significado sería el contrario.

La frecuencia de parpadeo mayor a la habitual puede mostrar nerviosismo, cansancio, aburrimiento o desconfianza, según el contexto de la comunicación.

Al mentir, estar inseguro, no estar interesado, sentir vergüenza o hablar de temas personales delicados, es difícil mirar a los ojos manteniendo la mirada, mientras que hacerlo al pedir algo o comunicar algo relevante aumenta nuestra capacidad de persuasión y convicción y refuerza nuestro mensaje. Si se aparta la mirada cuando nos hablan, debe hacerse para reflexionar sobre lo que hemos escuchado; la mirada desenfocada o perdida da la impresión de que estamos valorando lo que nos han dicho.

En el caso de las mujeres, mantener la mirada durante dos segundos para bajarla a continuación muestra interés sexual. Mirar hacia los lados es señal de aburrimiento, como si quisiéramos escapar.

Mantener contacto visual cuando nos hablan indica que nuestra actitud es de escucha activa y de conexión con nuestro interlocutor, así como evitar la mirada supone una desconexión en la comunicación. La mayor parte de las ocasiones la mirada refuerza la comunicación. Si el emisor mira con más fijeza, da la impresión de que es más persuasivo y está más seguro de sí mismo. En

cualquier caso, es necesario hacer breves pausas al mirar a los ojos del interlocutor, porque una mirada demasiado directa y prolongada puede ser intimidante y se puede entender como una mirada amenazadora, provocadora o signo de mala educación.

Establecer contacto ocular suele ser señal de implicación, por consiguiente, es positivo cuando se desee causar buena impresión al saludar o despedirse, dar mayor importancia a un mensaje o a un elogio, transmitir seguridad al responder una pregunta, involucrar a alguien pidiéndole su opinión o demostrar interés mientras nos hablan.

Al que le cueste mucho mirar a los ojos, siempre puede mirar al entrecejo; le costará menos esfuerzo y el otro pensará que le está mirando a los ojos.

Desviar la mirada por el contrario denota voluntad de evitar el contacto. Hacerlo hacia arriba o hacia los lados crea desasosiego en el interlocutor, que lo percibirá como desinterés, falta de educación, rechazo, falta de sinceridad, superioridad o falta de ganas de implicarse en lo que le comunica el otro. Mirar hacia abajo muestra timidez, nerviosismo y sumisión.

Por lo general, para que la mirada transmita interés, seguridad y seriedad, debe mantenerse durante el 60-70 % del tiempo en el triángulo que forman los ojos y la boca. Más tiempo se percibe como agresividad y menos, como inseguridad, sumisión o desinterés.

CAPÍTULO

6

Lección 119

.....

Jaqen H'ghar (a Arya Stark):

—¿Una chica está lista para perder las orejas, la nariz, la lengua; sus esperanzas y sueños, sus amores y odios; todo cuanto hace a una chica lo que es, para siempre? No, una chica no está lista para ser nadie, pero está lista para ser otra chica.

Jaqen H'ghar lleva a Arya a la sala de la Casa de Negro y Blanco, donde se encuentran los rostros de las personas fallecidas que son usados como disfraces por los Hombres sin Rostro, y le pregunta delante de las máscaras si está dispuesta a dejar de ser quien es.

Durante la estancia de Arya en la Casa de Negro y Blanco, Jaqen H'ghar la desconcierta continuamente al ignorarla o incluso castigarla cada vez que ella menciona algo con lo que se identifica: su pasado, su familia, sus deseos y expectativas... Arya queda fascinada ante la contemplación de los diferentes rostros que a modo de máscaras se guardan y se conservan en el Templo de Muchos Rostros. Esos rostros-máscara permiten a su portador convertirse como por arte de magia en otra persona, pero antes Arya debe vaciarse de sí misma para poder ser otros.

Construimos y vamos creando nuestra persona o personaje a través de aquello con lo que nos identificamos, de hecho, en la Antigua Grecia la palabra *máscara* significaba «persona». Al construir una personalidad, vamos moldeando nuestra máscara que a su vez nos aleja de la pureza de nuestra esencia. Desde niños, vamos definiendo esa máscara que confundimos con nuestro verdadero ser, creyendo que es nuestra verdadera identidad, cuando, en realidad, solo es un disfraz, un personaje que usamos para desenvolvernos en la sociedad. Por si fuera poco, todos representamos diferentes personajes según dónde y con quién nos relacionemos. No somos los mismos en casa que en el trabajo, en nuestras actividades de ocio que con desconocidos, etcétera.

Si no nos damos cuenta de que el ego, el falso yo, vive de las identidades que creemos que son el verdadero yo, nunca conseguiremos llegar a la esencia de nuestro ser. El ego, la falsa identidad, toma las riendas e interpretando su papel finge ser el verdadero yo.

El ego se construye a través de la identificación con las formas físicas, objetos materiales, y las formas de pensamiento. Es necesario para desenvolvernó en el teatro del mundo, no podemos desprendernos de él, pero reconocerlo es la mejor manera de conseguir que no se adueñe de nosotros.

La mayoría se identifica con los productos de la mente: los pensamientos que se generan de manera involuntaria, compulsiva, de forma automática, y sus consiguientes emociones.

Igual que nos identificamos con la mente, lo que pensamos y sentimos, lo hacemos con nuestro cuerpo que con el tiempo está destinado a desaparecer. Esta identidad con el físico lleva al dolor que produce ver cómo el cuerpo se deteriora con el paso del tiempo o no nos gusta por alguna razón.

El contenido del ego varía de una persona a otra. Hay identificaciones colectivas como la nacionalidad, la religión, la clase social, las ideas políticas, y otras personales como la apariencia física, las opiniones, la autoimagen... Los egos, máscaras o identidades se diferencian en la forma, aunque en el fondo son todos iguales.

El ego, como le sucede a Arya cuando defiende su identidad a toda costa, busca sobrevivir a cualquier precio, engrandecerse si es posible, causa de que en esta sociedad siempre queramos tener más y nos perdamos al pensar que somos lo que tenemos, motor del consumismo. Al identificarnos con lo que tenemos, siempre hay un pozo de insatisfacción, de no tener suficiente, y al creer que tener es ser, cuando se dice no tengo, en realidad, se siente no soy, lo que conduce a querer tener (conseguir, comprar, adquirir) para así sentir que se es.

En las discusiones, querer tener razón implica que nos hemos identificado con una postura, punto de vista u opinión que defendemos a capa y a espada como si correspondiera a una parte de nosotros.

Para desapegarnos de todo aquello con lo que nos identificamos y que tomamos como nuestra identidad y nuestro ser, lo mejor es no vincularse, tomando conciencia de los apegos que tenemos, ni reaccionar al ego de los demás. Darse cuenta de aquello con lo que nos identificamos debilita a la falsa identidad, al ego. Es necesario descubrir, observar y reconocer las identidades que recubren nuestro verdadero yo como capas de una cebolla. Al reconocer la ilusión de lo que creemos como identidad real, se desvanece y la realidad auténtica de nuestro ser emerge. Como ocurre con los rostros-máscaras que tanto atraen a Arya, podemos, como en el carnaval, tomar la identidad que nos apetezca, siempre que seamos conscientes de que tan solo es un disfraz, no nuestro verdadero yo.

Lección 120

.....

Olenna Tyrell (a Cersei Lannister):

—Comprendía que a veces debemos colaborar con los rivales en lugar de destruirlos —refiriéndose a Tywin Lannister.

Oleanna Tyrell sabe que Cersei está detrás de la detención y encarcelamiento de su nieto Loras, por lo que se reúne con ella para advertirla de que la alianza de los Tyrell y los Lannister está en peligro si Loras no es liberado.

No somos autosuficientes por muchos recursos que tengamos. Para avanzar y progresar necesitamos a los demás: su ayuda, sus recursos, su talento..., como ellos necesitan los nuestros.

Dice la corriente psicológica Gestalt que el total es más que la suma de sus partes. Recordar lo que aporta la sinergia es esencial a la hora de elegir entre colaboración o enfrentamiento, cuando hay un conflicto de intereses.

Sin aliados y colaboradores no se puede llegar muy lejos. Para establecer una alianza se necesita el interés mutuo de las partes y que cada uno aporte lo que el otro no puede conseguir solo. Hay que dejar a un lado el miedo a perder la identidad propia porque una colaboración no es una fusión, no tiene por qué restar autonomía.

Las mejores alianzas son aquellas en las que confluyen intereses mutuos; si en lugar de este criterio se usa el de la amistad, el parentesco y las emociones, difícilmente llegarán a buen puerto, porque a veces ocurre que el aliado de hoy es el enemigo de mañana.

En muchas ocasiones no es el más poderoso la mejor opción para la colaboración, sino el que más pueda aportarnos en la situación que nos interesa; tendremos que fijarnos en quién podrá satisfacer nuestras necesidades concretas. Hernán Cortés usó este criterio al llegar a México. Con tan solo quinientos hombres, fue estableciendo acuerdos de colaboración y alianzas con tribus menos poderosas que el Imperio azteca, con las que poco a poco fue consiguiendo mayor poder hasta conquistar México.

CAPÍTULO

7

Lección 121

Sansa Stark:

—No puede ser peor.

Theon Greyjoy:

—Puede. Siempre puede ser peor.

Sansa le pide a Theon que la ayude a huir, ya que Ramsay Bolton la tiene encerrada en sus aposentos y abusa de ella y la maltrata cada noche. Para Sansa la situación no puede ser peor, aunque Theon, sometido a continuas agresiones y vejaciones por parte de Ramsay, sabe que siempre puede ser peor.

Todos hemos pasado por momentos difíciles y malas rachas que parecen no tener fin. Los problemas se suceden y cuesta pensar que la situación pueda ser peor, sin embargo, toda situación por adversa y difícil que parezca siempre es susceptible de empeorar, como muestra el siguiente cuento judío:

Un campesino judío con muchos hijos, tras sequías repetidas y sin medios económicos, dijo al rabino de su aldea que quería suicidarse porque la vida le resultaba insoportable.

—¿Quieres seguir un plan para cambiar de opinión y ser más valiente ante la vida? —le preguntó el rabino.

—Sí, le prometo hacer cuanto me diga —contestó el campesino.

El rabino, entonces, le aconsejó:

—Cómprate una cabra y llévala a vivir a tu casa.

—¿Cómo puedo convivir con un animal así y exponer a toda mi familia a sus molestias? Además, tengo que gastar un dinero del que no dispongo para necesidades apremiantes.

—Hazlo así y ven a verme la próxima semana.

Así lo hizo el labriego y a la semana siguiente acudió desesperado a ver al rabino.

—No es posible vivir con una cabra. Todo ha empeorado.

—No te inquietes —repuso el rabino—. Esto es solo una parte del plan. Cómprate otra cabra y haces lo mismo esta semana.

Pidió dinero prestado a sus amigos, compró la segunda cabra y, muy angustiado, volvió una semana después, más resentido y amargado que nunca.

—Confía en mí y triunfarás. Haz una cosa. Llévate una tercera cabra a tu casa y la próxima semana ven a verme.

Nuestro hombre, en el límite de su desesperación, volvió dispuesto a decir que no seguiría más esos absurdos consejos. Entonces, el rabino de dijo:

—Ahora te queda la parte final. Vende una cabra, recupera el dinero y ven a verme la próxima semana.

Pasado el plazo, informó de que se notaba más paz en su casa con una cabra menos. El rabino le sugirió que se deshiciera de la segunda cabra. Una semana después, el labriego consideró que era más tolerable vivir con una sola cabra y, cuando recibió el consejo de vender la tercera cabra, al volver confesó:

—Qué tranquilos y felices somos hoy en casa al estar sin cabras. La vida es maravillosa ahora.

El rabino, entonces, dijo:

—Ninguna contrariedad es tan grande como suponemos al principio. No hemos de desesperar nunca. ¡Siempre hay una situación peor!

Calderón de la Barca en *La vida es sueño* nos recuerda cómo a pesar de que en alguna ocasión podamos pensar que somos los seres más desgraciados de este mundo, siempre hay alguien que lo está pasando peor:

Cuentan de un sabio, que un día
tan pobre y mísero estaba,
que solo se sustentaba
de unas hierbas que cogía.
«¿Habrà otro, entre sí decía,
más pobre y triste que yo?».
Y cuando el rostro volvió,
halló la respuesta, viendo
que otro sabio iba cogiendo
las hierbas que él arrojó.
Quejoso de mi fortuna
yo en este mundo vivía,
y cuando entre mí decía:
¿habrá otra persona alguna
de suerte más importuna?
Piadoso me has respondido.
Pues, volviendo a mi sentido,
hallo que las penas mías,
para hacerlas tú alegrías,
las hubieras recogido.

Las adversidades pueden afectar a nuestro estado de ánimo e instalarnos en el pesimismo y la tristeza, aunque si tratamos de verlas con perspectiva para no hacerlas aún mayores, estaremos dando el primer paso para salir de ellas y superarlas.

Lección 122

Ser Davos (a Stannis Baratheon):

—Es mejor aguardar al momento justo que arriesgarlo todo.

Las tropas de Stannis Baratheon se encuentran detenidas a medio camino entre el Castillo Negro e Invernalía debido a la nieve y el mal tiempo, por lo que Ser Davos aconseja no continuar la marcha para tomar Invernalía y volver al Castillo Negro hasta que sea el momento justo de retomar la campaña.

El rey Stannis tiene prisa por alcanzar el soñado Trono de Hierro, por lo que quiere avanzar hacia Invernalía a cualquier precio, aunque el mal tiempo suponga una dificultad añadida. Ser Davos, consciente de que continuar con esas condiciones puede precipitar su fracaso, le recomienda esperar a que las circunstancias sean favorables para continuar.

Ser Davos comparte el criterio de la Biblia en Eclesiastés 3, 1: «Hay un tiempo para todo, todo tiene su momento oportuno». En la vida hay tiempo para esperar y tiempo para actuar. Si queremos recoger un fruto antes de tiempo no valdrá la pena, estará verde y no lo podremos consumir, si lo hacemos tarde, habrá madurado demasiado y se habrá estropeado; tendremos que hacerlo en el momento justo, en el tiempo que le corresponde.

Hay personas que viven apresuradamente, lo que da una imagen de poco control de sí mismas, sin dar opción a que los procesos se desarrollen, ya que se fuerza su desarrollo natural. Aunque a veces deseamos algo intensamente, debemos ser pacientes; como dice el refrán: «No por mucho madrugar, amanece más temprano».

Es necesario guardar la calma cuando toca esperar y actuar sin contemplaciones cuando llega el momento.

En algunos aspectos de la vida, la velocidad acarrea graves consecuencias: conducir demasiado rápido puede provocar un accidente mortal, la comida rápida acaba rápidamente con nuestra salud... El que se apresura por impaciencia o falta de seguridad, en lugar de alcanzar su objetivo, termina creando nuevos problemas adicionales a los que tenía inicialmente. A veces esperar y no actuar es la mejor decisión. Actuar sin urgencias ni emergencias permite tener una visión más clara de las situaciones. De forma contraria, presionar y forzar para que alguien se apresure aumenta las posibilidades de que se equivoque y cometa errores.

Se debe esperar pacientemente a que todo alcance su momento, pero una vez llegado hay que pasar a la acción con rapidez, como el águila que vuela trazando círculos de forma calmada y majestuosa y cuando ve a su presa a su alcance, se lanza súbitamente a por ella sin darle opción de escapar.

Lección 123

.....

Stannis Baratheon (a Ser Davos):

—Marchamos hacia la victoria o marchamos hacia la derrota, pero marchamos, al menos marchamos.

A pesar de que las condiciones meteorológicas no son adecuadas y Ser Davos aconseja a Stannis volver al Castillo Negro y esperar a que las circunstancias sean más favorables, Stannis no lo admite y entiende que es ahora o nunca, por lo que da la orden de continuar hacia Invernalía, porque según él, no hacerlo supondría la derrota.

Stannis está tan impaciente y desesperado por conseguir el Trono de Hierro, que aun sabiendo que no tiene las mejores condiciones para ir camino de Invernalía, emprende la marcha consciente de que la suerte de su campaña puede decantarse hacia la victoria o la derrota, como el que tira una moneda al aire.

Stannis siempre ha tenido muy claro su objetivo, hacerse con el trono, sin embargo, todo objetivo que nos propongamos debe ser mensurable, se tiene que poder medir, cuantificar, y también tiene que ser alcanzable, realista.

Durante su estancia en el Castillo Negro ha comenzado a llegar el invierno, el frío extremo y las nevadas, lo que ha mermado notablemente sus recursos. Su objetivo de tomar Invernalía deja de ser realista por los problemas logísticos: mal tiempo, desertión de tropas, muerte de caballos... Por lo tanto, su propósito se convierte en inalcanzable, inabordable y destinado al fracaso.

Tener objetivos concretos y definidos es básico para poder trazar un plan de acción que nos ayude a lograrlos, si bien por mucho que los anhelemos no podemos perder de vista la realidad y creer que los alcanzaremos solo por el hecho de ir hacia ellos. Uno de los *sketches* más populares del humorista José Mota es aquel en el que interpreta a un socorrista al que acuden para avisarle de que un bañista se está ahogando. El socorrista valora el suceso y concluye que no vale la pena moverse puesto que cuando llegue al bañista, ya se habrá ahogado: «No es por no ir, si hay que ir se va, pero ir *pa na* es tontería».

Lección 124

.....

Gorrion Supremo (a Olenna Tyrell):

—El pueblo siempre hace el trabajo sucio. [...] Vosotros sois los pocos, nosotros los muchos y cuando los muchos dejen de temer a los pocos...

Olenna Tyrell trata de presionar al Gorrión Supremo en el Gran Septo de Baelor para que libere a sus nietos Margaery y Loras. El Gorrión alega que las leyes deben aplicarse a todos por igual y no se amedrenta ante los intentos de soborno y las amenazas veladas de Olenna de dejar de proveer de alimentos a la capital para que el pueblo se vuelva contra la Fe y el Gorrión Supremo.

El Gorrión Supremo ha sumado una gran cantidad de adeptos y la simpatía de la mayoría de los habitantes de Desembarco del Rey; las amenazas de Olenna Tyrell no le intimidan lo más mínimo, porque sabe que puede provocar una revolución y derrocar a los poderosos en cuanto se lo proponga.

¿Por qué el Gorrión le devuelve las amenazas a Olenna con una contraamenaza de revolución? ¿Qué le hace sentirse tan seguro de que podrían acabar con la supremacía de los poderosos?

Los ciudadanos de Desembarco del Rey se sienten decepcionados con sus gobernantes porque han soportado sacrificios por su reino, han sufrido una guerra y su situación es aún peor de lo que era antes. Están a punto de rebelarse, no por ser pobres, que ya lo eran, sino por estar decepcionados. El Gorrión aprovecha este descontento y crea una identidad de pueblo maltratado e ignorado contra la clase dirigente. Tener un enemigo al que odiar facilita que el grupo se defina por oposición.

Además, se sirve de su condición de sumo sacerdote de la Fe de los Siete para lograr que la gente se olvide de sus intereses personales y se sienta partícipe de una causa superior. Sabe que las personas necesitan creer en algo, porque así asocian el éxito de sus demandas a las del grupo al que pertenecen; los intereses personales y los del grupo coinciden.

Aunque utiliza la religión para aglutinar a sus seguidores, trata de satisfacer sus carencias materiales, proveyendo de alimentos a los más necesitados, lo que provoca la sensación paternalista de que alguien les cuida y se preocupa de su bienestar; es severo y estricto en el cumplimiento de las leyes religiosas, ya que no le importa la clase social del pecador, pero también es benévolo con los más desfavorecidos. Al mismo tiempo, el Gorrión Supremo se pone al frente de sus sacerdotes y seguidores, dando ejemplo de todo lo que predica, compartiendo austeridad y sacrificios, siendo uno más. Difícil resistirse a su causa, cuando no se ha contado para nadie.

Lección 125

Petyr Baelish (a Olenna Tyrell):

—El pasado es el pasado. El futuro es cuanto merece discutirse.

Meñique se ve con Olenna en su burdel, destrozado por los sacerdotes de la Fe, algo que no parece afectarle demasiado, ya que se lo toma como algo pasado sobre lo que no merece la pena prestar atención, puesto que lo que interesa es el futuro.

Aunque a Petyr Baelish le han destruido su prostíbulo, prefiere ignorar lo sucedido y enfocarse en lo que puede vivir de ahí en adelante. Decía Jung: «Yo no soy lo que me sucedió, yo soy lo que elegí ser». Las experiencias del pasado pueden marcarnos y predisponernos a actuar influidos por lo vivido. De este modo, creamos el futuro y lo condicionamos desde el pasado, por lo que este se sigue repitiendo y reproduciendo. Si, en cambio, considerásemos que el pasado ya ha sucedido y realmente quisiéramos construir un futuro nuevo, deberíamos dar carpetazo y aprovechar la página en blanco de cada día para escribir un nuevo presente que diera lugar al futuro que deseamos.

Del pasado podemos obtener aprendizaje a través de la experiencia y extraer conclusiones para vivirlo de otro modo en adelante. Cuando nos ocurre algo que juzgamos desagradable, no es el paso del tiempo por sí mismo el que nos cura, sino nuestra actitud.

Según el principio de causa y efecto que establece el *Kybalión*, toda causa tiene su efecto y todo efecto tiene su causa, es decir, nada ocurre casualmente. En efecto, si vivimos un presente condicionado por los pensamientos y creencias que tuvimos en otro tiempo y los seguimos arrastrando, crearemos un futuro mermado de posibilidades que será un fruto viciado por la energía del pasado.

Afortunadamente, no necesitamos tener un buen pasado para tener un futuro mejor. En lugar de desperdiciar la energía mirando hacia atrás, concentrarla en el presente dará como resultado un futuro halagüeño.

CAPÍTULO

8

Lección 126

.....

Qyburn (a Cersei Lannister):

—Las creencias suelen ser la muerte de la razón.

Qyburn visita a Cersei en su celda y le advierte de los cargos de incesto, adulterio y regicidio que presentará el Gorrión Supremo contra ella. La Fe no comparte los mismos criterios a la hora de valorar las pruebas contra la reina que la corona, lo que supone un riesgo para Cersei en el juicio.

Qyburn se refiere en su frase a las creencias religiosas, basadas en dogmas, que chocan con la razón y el método científico, que solo defiende las creencias que se pueden justificar y demostrar.

La disputa entre razón y creencias no solo se da en el ámbito científico-religioso, también tiene lugar en cada uno de nosotros en cuestiones aparentemente menos trascendentes. Las creencias son convicciones acerca de algo externo y también sobre nosotros mismos. Nuestras creencias y planteamientos sobre diferentes ámbitos de la vida dirigen nuestro pensamiento y nuestras acciones; si no los revisamos para comprobar su validez, pueden convertirse en referentes internos que nos pueden limitar o, en el peor de los casos, arruinar la vida.

El 6 de mayo de 1954, Roger Bannister batió el récord de la milla al correrla en un tiempo de 3 minutos y 59,4 segundos. Hasta entonces se mantenía la creencia de que correrla en menos de 4 minutos era imposible, porque el cuerpo humano no podría soportarlo.

Lo que se pensaba acerca de la imposibilidad de bajar de 4 minutos para recorrer una milla era una creencia limitante. Todos en mayor o menor medida tenemos alguna y las tomamos como principios prácticamente incuestionables a la hora de actuar.

En nuestras vidas podemos considerar como negativas las creencias limitantes que nos impiden hacer cosas que nos gustaría llevar a cabo. En cambio, son positivas las creencias potenciadoras, las que nos ayudan a superarnos y mejorar.

Si no cuestionamos nuestras creencias, estaremos aceptando unas cuantas de ellas que son falsas. Las aceptamos porque en este momento nos parecen razonables, pero lo que mucha gente consideraba razonable hace unos años o siglos, hoy no lo es. Seguramente, dentro de unos siglos, las personas que vivan entonces considerarán que nuestras creencias no tenían sentido.

Gran parte de la culpa de que a mucha gente no le vaya bien en la vida es porque se aferra a creencias erróneas. Se podría decir que hay algo de locura en repetir algo una y otra vez, esperando resultados diferentes; hay que revisar las creencias a menudo y desechar las que no son útiles. El problema de mucha gente no es que sea ignorante, sino que sabe muchas cosas que son erróneas. Efectivamente, como dijo Qyburn, las creencias son también para nosotros la muerte de la razón.

Lección 127

.....

Samwell Turly (a Olly):

—A veces, un hombre debe tomar decisiones difíciles que pueden parecer erróneas para otros, pero que sabe que son acertadas a la larga.

Olly le transmite a Sam su desacuerdo por la decisión de Jon de salvar a los salvajes de Casa Austeria ante la llegada de los Caminantes Blancos, recordándole que los salvajes atacaron a su pueblo y mataron a su familia. Sam intenta convencerlo de que la ayuda de los salvajes será necesaria en el Muro para contener a los Caminantes Blancos.

A Olly no le interesa saber si los salvajes podrán ayudar a la Guardia de la Noche a proteger el Muro de los Caminantes Blancos. Lleno de resentimiento, es incapaz de ver más allá de su deseo de venganza contra los salvajes por el daño que le hicieron a su familia. Su falta de perspectiva y visión miope a corto plazo no es la adecuada a los sucesos que ocurrirán en breve; los árboles le impiden ver el bosque. Este tipo de visión a corto plazo es la más oportuna cuando tiene lugar una crisis inesperada y hay que tomar decisiones urgentes, pero no cuando se quiere planificar a mayor tiempo vista. En el ámbito estudiantil, sería el caso del alumno que tiene una asignatura suspensa durante todo el curso y para ello contrata un profesor particular que le ayude a prepararla y aprobarla, centrándose en los contenidos que necesita estrictamente para aprobar, porque lo que le importa es salvar el curso.

Con la visión a medio plazo, entre seis meses y dos años, las acciones se orientan a los resultados. No urge la inminencia del hoy, pero si no se tienen en cuenta más que los resultados, se pierden de vista aspectos del largo plazo que es necesario conocer como tendencias y previsiones de futuro. Siguiendo con el ámbito académico, se trata de la planificación adecuada para aprobar el curso desde el principio: elaboración de un horario, uso de técnicas de estudio, estudio diario..., gracias a la cual el estudiante podrá pasar de curso en junio sin problema.

En la visión a largo plazo, de dos años en adelante, nos proyectamos en el tiempo para conocer cómo será el ámbito en el que nos queramos desempeñar en el futuro: mercados, sociedad, la propia trayectoria profesional... Se prepara el futuro planificando qué recorrido se seguirá hasta llegar a él, lo que no es impedimento para modificar los planes. Por continuar con el ejemplo del estudiante, sería la planificación acerca de la trayectoria académica que seguirá en el futuro: estudiar o no una carrera, hacer un máster, pasar un año en el extranjero para mejorar los idiomas, etcétera.

Es imprescindible tener la visión estratégica adecuada para transformar las ideas en las acciones que requiere cada momento.

CAPÍTULO

9

Lección 128

Mace Tyrell (a Tycho Nestoris):

—La promesa de una recompensa predispone al hombre a jugar.

El acomodaticio Mace Tyrell trata de simpatizar con Tycho Nestoris valorando positivamente la usura y el cobro de intereses por prestar dinero, porque quien no los cobra no tiene nada que ganar y todo que perder.

La promesa de una recompensa no solo predispone al hombre a jugar, en este caso a prestar dinero y esperar recibir una cantidad mayor de la que prestó, sino también a todas las situaciones que asociemos al placer. Así, intentaremos conseguir que en el futuro estas situaciones se repitan; la obtención del placer se constituye también en un refuerzo positivo. Este tipo de comportamiento tiene que ver originalmente con la supervivencia; nuestras acciones se encaminan a la búsqueda de un beneficio práctico y a querer repetir los comportamientos que nos aseguren la existencia. Llevado a nuestros días, la sensación placentera al practicar el sexo o comer algo que nos gusta nos lleva a querer repetir la acción, lo que estaría relacionado con la supervivencia a través de la reproducción o la alimentación.

Puesto que tenemos la capacidad de elegir entre diferentes acciones en pos de una recompensa, corremos el riesgo de caer en las adicciones. En este caso, el sistema de recompensa solo se activa al recibir la recompensa que nos da la única opción que elegimos. Si probamos una droga, corremos el riesgo de que solo sintamos la recompensa consumiéndola, siendo incapaces de sentir satisfacción por otras cosas, y así nos convertimos en adictos, funcionando igual para otras adicciones como videojuegos, teléfonos móviles, compras, etcétera.

Igual que la expectativa de un beneficio activa el sistema de recompensa, al percibir un potencial riesgo se activa el sistema de aversión a la pérdida. Esto nos influye en campos aparentemente tan racionales como el económico. Por lo general, preferimos la ganancia segura a la que presenta riesgo de pérdidas.

También el conocido efecto manada tiene su fundamento en el sistema de recompensa. Deducimos que si un grupo realiza una actividad es por sus efectos positivos sobre los individuos, lo que nos anima a hacer lo mismo que los demás.

Lección 129

.....

Ellaria Arena (a Jaime Lannister):

—Siempre está cambiando, a quién debemos amar y a quién no. Lo único que siempre permanece es que queremos a quien queremos.

Ellaria le hace saber a Jaime Lannister que en Dorne nadie se escandalizaría por la relación incestuosa que mantiene con su hermana Cersei, al fin y al cabo no se puede elegir a quien se ama.

Lo que le dice Ellaria a Jaime es la paradoja de los sentimientos que Blaise Pascal expresó en su conocida frase: «El corazón tiene razones que la razón no entiende». A todos nos sorprenden ciertas parejas que parecen tan antagónicas como la noche y el día, lo que solemos expresar con la frase: «Los polos opuestos se atraen».

¿En qué se fundamenta que queramos o pensemos que queremos a alguien a pesar de que esa persona no sea quien más nos conviene racionalmente? Nos guste reconocerlo o no, es la pasión sexual la que sostiene estas extrañas parejas. A la energía masculina le pone su polo opuesto: la energía femenina. Igual ocurre en las parejas homosexuales en las que una de las partes encarna la energía yin y la otra, la yang.

Para que la pasión no desaparezca, uno de los miembros de la pareja debe encarnar el rol masculino y lo que conlleva: seguridad, iniciativa, fuerza, y el otro el femenino: sensibilidad, afectividad, receptividad. Mientras cada miembro siga en el rol opuesto al otro, el deseo se mantiene. Cuanto más acentuadas son las diferencias entre masculino y femenino, mayor atracción; no importa si es la mujer la que tiene mayor energía masculina y el hombre, la femenina.

En parejas en las que no hay tanta polaridad, la relación no se mantiene por oposición, sino por afinidad. Tienen menos tensión, discusiones y atracción sexual.

Una clave para evitar choques entre polos tan opuestos es asumir que mujeres y hombres no somos iguales. Vale mucho más la pena asumir, reconocer y respetar las diferencias, que forzar una igualdad imposible.

Lección 130

.....

Stannis Baratheon (a Shireen):

—A veces una persona debe elegir, a veces el mundo fuerza la mano. Si un hombre sabe lo que es y es fiel a sí mismo, la elección no es tal. Debe cumplir su destino y debe ser quien debe ser, por mucho que lo odie.

Shireen le cuenta a su padre que el libro *Danza de dragones* narra la lucha entre los hermanos Rhaenys y Aegon Targaryen por Los Siete Reinos. Stannis le pregunta a quién apoyaría de los dos si tuviera que elegir, a lo que ella responde que a ninguno de los dos.

Stannis siempre se ha caracterizado por su fuerte sentido del deber, por encima de sus deseos personales. Es un hombre fiel a sí mismo, hasta el punto de explicarle a su hija, a la que está a punto de sacrificar, este sentido de la fidelidad.

Para ser fieles a nosotros mismos, debemos ser coherentes entre lo que pensamos, decimos y hacemos, actuando según nuestros principios y valores por encima de todo, sin contradecirlos o traicionarlos, lo que supondría traicionarnos. Esta característica transmite firmeza y compromiso con nuestros valores y creencias.

Los valores son la guía que orienta nuestra conducta, que dan autenticidad a nuestros actos, lo que redundará positivamente en nuestras relaciones al transmitir confianza y sinceridad.

De modo contrario, si traicionamos nuestros principios y valores demostramos que somos influenciables por cualquier persona o circunstancia que nos trate de convencer de que es mejor ignorarlos que respetarlos. Actuar así denota falta de personalidad, de criterios propios, que no somos personas convenientes y de fiar ni para nosotros mismos.

Ser fiel a uno mismo exige firmeza, convicción y coherencia, porque los pensamientos, sentimientos, palabras y obras son el resultado de lo que es uno, no de lo que otros quieren que seamos.

Para ser fiel a uno mismo, es condición *sine qua non* conocerse. Si no sabemos cómo somos, qué da sentido a nuestra vida, qué deseos nos mueven y qué estaríamos dispuestos a hacer por conseguirlos, qué vocación sentimos que estamos llamados a llevar a la práctica para ofrecérsela al mundo..., difícilmente podremos definirnos y crear nuestra identidad.

Como dice Stannis, una vez sabemos quiénes somos y qué queremos hacer con nuestra vida, la elección no es tal, puesto que nos comprometemos naturalmente con el camino que vamos a recorrer, ya que nos permite ser, expresarnos y desarrollarnos con toda la intensidad.

Para aclarar nuestra identidad es conveniente que nos preguntemos ante las diferentes situaciones y caminos que tengamos que emprender: ¿qué pienso?, ¿qué siento?, ¿qué digo?, ¿qué hago? Estas simples preguntas nos ayudan a conectar con nuestra esencia para distinguir qué nos corresponde y qué no, y así avanzar en nuestro autoconocimiento.

Una vez nos descubrimos y conocemos, es más fácil dar con nuestro camino o destino y estando en él, todo se da y todo fluye con mayor facilidad. El que se muestra al mundo como es, sin dobleces, de manera auténtica, atrae personas y situaciones que le enriquecen y le aportan; al revés de los que se quejan de que siempre conocen a las personas que no les convienen o de que la mala suerte les persigue. Lo que les ocurre es que lo que se van encontrando y van viviendo se parece a ellos, actúa de espejo.

Decía Séneca que no hay viento favorable para el barco que no sabe adónde va. Saber quiénes somos es un GPS que nos ayuda a encontrar nuestro camino y alcanzar nuestro destino en la vida, lo que es utilísimo para sortear los tramos más difíciles y superarlos con éxito.

CAPÍTULO

10

Lección 131

.....

Tyene Arena (a Bronn):

—Quieres una buena chica, pero necesitas un conejito malo.

En la despedida de Myrcella para dejar Dorne y regresar a Desembarco del Rey, antes de partir, Tyene se acerca a Bronn, que le dice que quizá la visite algún día, y esta le replica que quizá sea ella la que se anticipe y vaya a verlo a él. Bronn le advierte que si quiere hacerlo debe darse prisa, pues está prometido con una noble. Sin embargo, a Tyene el compromiso de Bronn no le convence, dado que lo conoce y sabe que el deseo sexual que se despiertan es inmediato.

Tyene sabe lo que quiere Bronn a pesar de querer guardar las apariencias al haber ido ascendiendo en la escala social y haberse comprometido con una joven tan noble como insulsa. Lo que desea el sicario de Jaime Lannister es lo que se suele expresar como una dama en la calle y una puta en la cama.

La conocida frase contrasta la importancia de mantener una imagen pública digna, decorosa y discreta, y un comportamiento desinhibido, pícaro, atrevido, pasional, fantasioso... en la intimidad.

Por mucho que el sexo se haya condenado y censurado a lo largo de la historia, es una necesidad primaria y todos estamos aquí gracias a él. No tendría que haber tanta represión en torno a lo que es tan natural como comer o dormir. Mientras el cuerpo tiene unas necesidades que no se pueden obviar, la mente está contaminada de falsas creencias que impiden disfrutar plenamente de la sexualidad, perviviendo ideas de vergüenza y culpabilidad.

Como todo lo que se reprime trata de manifestarse con más fuerza, el sexo aparece en todo tipo de mensajes implícitos o explícitos, por lo que nos lo encontramos hasta en la sopa, dándose la paradoja de que los estímulos que recibimos son inversamente proporcionales a la calidad del sexo real que practicamos.

Es evidente que el sexo tiene funciones más allá de la reproductora; permite una comunicación íntima con la pareja, lo que favorece una conexión más fuerte y profunda, además de contribuir a una mejor salud física y emocional.

No hay entonces ninguna intención impura en el abrirse a la pareja y transmitirle lo que sientes acerca de tu sexualidad para compartirla y ganar calidad en la relación.

Es un error usar la palabra *puta* con sentido peyorativo si lo que se quiere dar a entender es que la mujer debe tener imaginación y creatividad en la cama. Precisamente, son estas cualidades las que mantienen la atracción y el deseo, las que evitan caer en la rutina y la monotonía. La sexualidad está condicionada por los patrones masculinos, marcados por la acumulación de excitación y su liberación en el clímax. Obsesionados por llegar al orgasmo, como si fuera el único fin de las relaciones sexuales, los hombres desaprovechan su potencial sexual. Además, esta sexualidad tan primaria frustra todo intento de alargar los encuentros sexuales una vez alcanzada la culminación. Quien mejor puede ayudar al hombre a desarrollar una sexualidad más completa y placentera es la mujer, con mayor capacidad para disfrutar sexualmente que el hombre, al no centrar su placer en los genitales.

Pensar más en disfrutar del camino que en llegar a la meta, sabiendo que el sexo es mucho más que penetración y orgasmo, y que la imaginación, desinhibición y creatividad corresponden a los dos miembros de la pareja, sería lo más beneficioso para todos.

Lección 132

Varys (a Tyrion):

—La información es la clave. Debéis conocer la fuerza de vuestros enemigos y su estrategia y debéis averiguar qué amigos vuestros no son vuestros amigos.

Tyrion Lannister queda como regente de Meereen en ausencia de Daenerys y, en su reencuentro con Varys, le pide consejo para ejercer su labor en un reino desconocido.

Generalmente, los enemigos dejan ver sus intenciones a las primeras de cambio. Nos dan una valiosa información al hacernos saber que pondrán todo de su parte para hacernos la vida imposible, lo que nos avisa y nos pone en guardia. Más complicado resulta saber cuáles de nuestros amigos no lo son. Esperamos en vano el ataque del enemigo, cuando algunos que tenemos por amigos son los primeros en traicionarnos debido a la envidia. Asimismo, muchos tienen comportamientos irrespetuosos y tiránicos por aquello de la confianza, lo que les hace creer que tienen carta blanca para permitirse todo. Da igual los favores que se hagan a los amigos, siempre pensarán que tienen el derecho a seguir recibiendo. Por eso el historiador Tácito dijo: «Los hombres están más dispuestos a devolver una injuria que un beneficio, porque la gratitud es una carga, mientras que la venganza es un placer».

Confiar en los amigos, en los verdaderos, es necesario, ya que hacen del mundo un lugar menos duro y penoso. Sin embargo, sucede que no conocemos a los amigos tan bien como creemos. Algunos suelen no ser sinceros o ser demasiado halagadores por evitar conflictos y ganarse nuestro favor. Si se es generoso con ellos y se les hace un favor, entienden que se les ha

hecho por condescendencia y no por mérito, lo que provoca molestias, resentimiento, envidia... Cuantos más favores se sigan haciendo, menos gratitud se recibirá. La siguiente fábula africana refleja el peligro de hacer favores a amigos ingratos:

Una víbora, perseguida por cazadores, pidió a un campesino que le salvara la vida. Para ocultarla de sus perseguidores, el campesino se puso en cuclillas y dejó que la serpiente se enrollara en su vientre. Pero cuando el peligro hubo pasado y el campesino pidió a la serpiente que saliera de su refugio, esta se negó a hacerlo. Contra el vientre del hombre se sentía abrigada y segura.

Camino a su casa, el hombre vio una garza, se le acercó y le contó en voz baja lo sucedido. La garza le dijo que volviera a ponerse en cuclillas e hiciera fuerza para expulsar a la serpiente. Cuando la víbora asomó la cabeza, la garza la sujetó con fuerza, la extrajo de su refugio y la mató.

Al campesino le preocupaba que el veneno de la serpiente hubiese permanecido en su interior. Entonces la garza le dijo que, para curarse del veneno de una serpiente, había que cocinar y comer seis aves blancas.

—Tú eres un ave blanca —dijo el campesino—, comenzaré por comerte a ti.

Y cogió la garza, la metió en una bolsa y la llevó a su casa; colgó la bolsa y le contó a su mujer todo lo sucedido.

—Me sorprende tu actitud —dijo la mujer—. El ave te hace un favor, te libera del mal que llevabas en el vientre y, de hecho, te salva la vida, y tú la atrapas y hablas de matarla.

De inmediato, la mujer liberó a la garza, que salió volando. Pero al hacerlo, arrancó los ojos a la mujer del campesino.

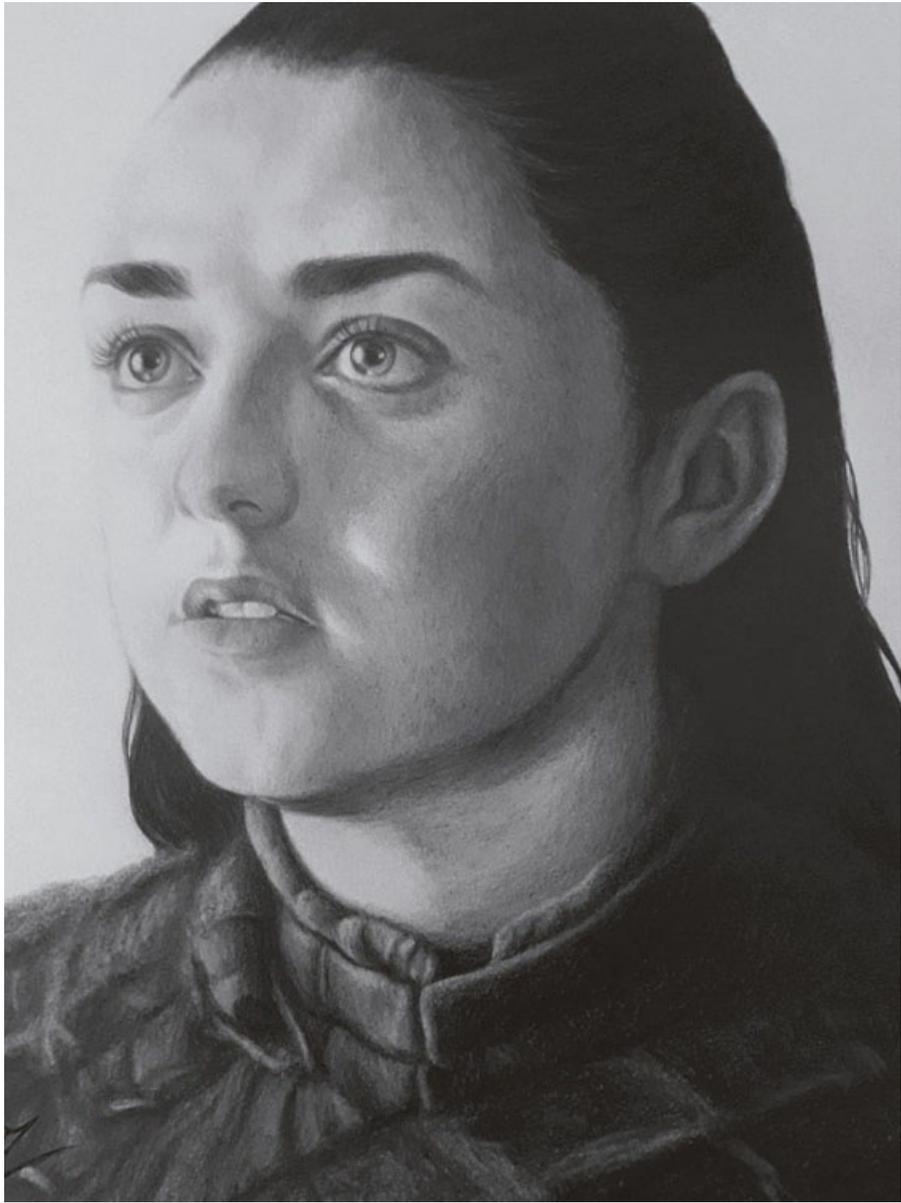
Moraleja: cuando veas que el agua corre colina arriba, significa que alguien está devolviendo un favor.

Emplear a un enemigo tiene la ventaja de que este tendrá que esforzarse mucho más por demostrar lealtad y ganarse la confianza que el presunto amigo. Abraham Lincoln usó esta estrategia cuando en un discurso durante la guerra de Secesión calificó a sus enemigos sureños como hermanos que iban por el camino equivocado. Al ser reprendido por sus partidarios por calificarlos así, contestó que estaba destruyendo a sus enemigos —más bien, dándoles la posibilidad de convertirse en amigos, con todas las ventajas que proporciona un enemigo converso.

Seamos cautelosos con algunos de los que consideramos amigos porque como dijo Voltaire: «Señor, protégeme de mis amigos, que de mis enemigos me protejo yo».







6.^a TEMPORADA

CAPÍTULO

1

Lección 133

Príncipe Doran Martell (a Ellaria Arena):
—Así es la vida, cada uno tiene su papel.

El príncipe Doran recuerda a su hermano Oberyn como un hombre aventurero, nacido para disfrutar de todos los placeres que se cruzaron en su camino, mientras que él nació para gobernar Dorne.

Como les ocurre a los actores, no elegimos el papel que nos corresponde representar en la vida. Nacer en un continente, un país, una ciudad, un barrio, una familia determinada, marca decisivamente nuestro destino. El mendigo no ha nacido eligiendo su papel, ni el rey tampoco. Como dijo Epícteto: «Acuérdate de que eres actor en una obra teatral, larga o corta, en la que el autor ha querido hacerte entrar. Si él quiere que juegues el papel de un mendicante, es preciso que lo juegues tan bien como te sea posible. Igual que si quiere que juegues el papel de un cojo, un príncipe, un hombre del pueblo. Pues eres tú quien debe representar el personaje que te ha sido dado, pero es otro a quien le corresponde elegírtelo». A cada uno nos ha correspondido el nuestro y una vez asignado, nuestra misión es interpretarlo correctamente.

El tema de la vida humana como un teatro *theatrum mundi* en el que cada uno representa un papel se remonta a la Antigüedad. Los personajes del teatro llevaban una máscara para que los demás supieran a quién estaban representando. Platón en *Las leyes* describe a los hombres como marionetas manejadas por los dioses: «Figurémonos que cada uno de vosotros es una máquina animada, que sale de la mano de los dioses, ya la hayan hecho por divertirse, ya en vista de un plan serio, porque en este punto nada sabemos. Lo que sí sabemos es que las pasiones, de las que acabamos de hablar, son otras tantas cuerdas o hilos que tiran cada uno por su lado, y que a consecuencia de la oposición de sus movimientos, nos arrastran a cometer acciones opuestas; que es lo que constituye la diferencia entre el vicio y la virtud». Incluso Cervantes, genio de la narrativa, pero no muy afortunado autor teatral, en un fragmento de *Don Quijote de la Mancha* también se refiere a la vida como una obra de teatro en la que a cada uno nos corresponde

interpretar un papel: «Uno hace el rufián, otro el embustero, este es el mercader, aquel el soldado, otro el simple discreto, otro el enamorado simple; y acabada la comedia y desnudándose de los vestidos de ella, quedan todos los recitantes iguales».

Rizando el rizo y creando teatro dentro del teatro, Calderón de la Barca escribió *El Gran Teatro del Mundo*, auto sacramental en el que se describe la vida como una representación en la que los personajes son actores de una comedia. Dios reparte los papeles con alegría o disgusto de los actores, según el personaje que le ha correspondido. De acuerdo a su desempeño, al final de la función cada uno recibe la salvación o castigo.

El poeta y matemático persa Omar Khayyam expresó esta idea mediante la alegoría del ajedrez en uno de sus *rubaiyat*: somos las piezas de un tablero donde las casillas blancas son los días y las negras, las noches. Nos movemos por ellas creyendo que unos tenemos más poder o influencia que otros y al final vamos a parar iguales a la misma caja (tópico de la muerte igualadora).

La vida es una tragicomedia: los momentos felices se alternan con los desgraciados y viceversa. Así pensaba Aristóteles: «La comedia y la tragedia están escritas con las mismas letras», o expresaba Platón en el *Filebo*: «Esto nos hace conocer que en las lamentaciones y tragedias, no solo del teatro, sino en la tragedia y comedia de la vida humana, el placer va mezclado con el dolor, así como en otras muchas cosas».

Un ejemplo actual es el de la película *Matrix*, que presenta una sociedad futura en la que los humanos creen vivir en un mundo real, cuando lo cierto es que solo es una ficción programada por las máquinas.

Sea cual sea el papel que te haya correspondido, como dice la gente del teatro: ¡Mucha mierda!

CAPÍTULO

2

Lección 134

Tyrion Lannister (a Varys):

—La próxima vez que tenga una idea así golpeadme en la cara.

Tyrion ha puesto en juego su vida al liberar a los dragones que Daenerys había encerrado en las mazmorras de Meereen, por lo que le pide a Varys que, si se le ocurre hacer algo así en el futuro, lo abofetee antes para que no repita la experiencia.

Tras estar a punto de ser abrasado por los dragones, Tyrion quiere asegurarse de que Varys le aconsejará con franqueza si tuviera que tomar alguna decisión que pusiera su vida en juego.

Maquiavelo aconsejaba a los gobernantes tener consejeros sinceros si querían tener longevidad en el cargo. La principal recomendación para elegir consejero es la de rodearnos de personas que tengan la suficiente confianza como para decirnos en qué nos equivocamos. La falta de este tipo de consejeros y el temor que generaba Hitler fue determinante para que el desembarco de Normandía fuera un éxito. Hitler acostumbraba a trasnochar y despertarse hacia mediodía; como el desembarco tuvo lugar al amanecer, el Führer dormía en ese momento y durante las primeras horas del ataque aliado sus comandantes no pudieron tomar ninguna decisión coordinada al no haber nadie que se atreviese a despertarle.

Si la opinión que pueda darnos alguien puede tener graves consecuencias en nuestras vidas, como a veces ocurre con los asuntos médicos, habrá que pedir otros puntos de vista para, finalmente, decidir.

Si se aconseja a alguien, no se pueden dar consejos estandarizados, porque hay que tener en cuenta las particularidades de cada caso y persona; que un consejo sea válido para un individuo no significa que tenga que serlo para cualquiera. Asimismo, conviene pedir consejo a alguien que tenga experiencia en un asunto parecido al nuestro y sepa de qué le estamos hablando realmente.

Al pedir consejo, hay que evitar a los aduladores y pelotas, o corremos el riesgo de que nos ocurra algo parecido al rey del cuento *El traje nuevo del emperador*, más conocido por «El rey desnudo» de Hans Christian Andersen, en el que unos estafadores convencen a un rey de que le harán un traje con la tela más suave y delicada que pudiera imaginar, cuando, en realidad, iba desnudo y nadie se atrevía a decirselo por miedo a importunarlo.

Lección 135

.....

Rosse Bolton (a Ramsay Bolton):

—Si crías fama de perro rabioso, te tratan como a un perro rabioso.

Sansa ha huido de Invernalía y Ramsay supone que se dirige a refugiarse al abrigo del Castillo Negro, con su hermano Jon Nieve. Ramsay sugiere atacar la Guardia de la Noche y matar a Jon, medida que su padre desaprueba porque aunque los Bolton y sus aliados son más numerosos que el resto de las casas del Norte, matar sistemáticamente para hacerse con el poder no es el mejor aval para llegar a él.

Para bien o para mal, no podemos ignorar que nuestra fama nos antecede. El prestigio y el buen nombre nos abren puertas y la mala reputación nos las cierra, no importa que los rumores sean verdaderos o falsos. Que una misma acción parezca brillante o lamentable depende en gran medida de la reputación del que la lleva a cabo.

A Ramsay parece darle igual la fama que se crea y le resulta indiferente la opinión de los demás, solo le importa conseguir sus objetivos sin reparar en la imagen que se ha creado con sus actos sádicos. Su arrogancia y desconexión hacia el entorno han hecho que no sea consciente de que una buena reputación comienza fraguándose por una cualidad, ya sea la bondad, la benevolencia, la generosidad... Esta virtud es la característica diferenciadora de los demás que hará que hablen de uno, sin dejar de lado el tratar de difundir activamente la buena fama al mayor número de personas posibles. En cambio, Ramsay hace lo contrario. Aprovecha la mínima ocasión para realizar actos crueles y despiadados, y presume y se siente orgulloso de sus malas obras.

Si como le ocurre a Ramsay, nuestra reputación deja ya bastante que desear, habrá que tratar de asociarse a alguien con una imagen lo suficientemente buena como para lavar y mejorar la nuestra.

El hecho de vivir en sociedad hace que dependamos de las opiniones de los demás, por lo que descuidar el buen nombre y la buena imagen de uno es algo completamente negligente. Si no nos importa cómo nos perciban los demás, ellos se ocuparán de decidir la reputación que nos quieren asignar. Al igual que es conveniente ser dueños de nuestro destino, para ello es imprescindible serlo de nuestra reputación, porque como dijo Nietzsche: «Es más fácil soportar una mala conciencia que una mala reputación».

CAPÍTULO

3

Lección 136

.....

Gorrión Supremo (a Tommen Baratheon):

—No es lo que yo quiero, es lo que los dioses quieren. Nos dan a conocer su voluntad y de nosotros depende aceptarla o rechazarla. [...] Los dioses obraban a través de él [Tywin Lannister], lo supiera o no.

El rey Tommen se presenta ante el Gorrión Supremo para pedirle que no se celebre el juicio contra su madre. Para él, Cersei ya ha sufrido bastante durante la marcha de expiación y no debe soportar el juicio. El Gorrión Supremo se inhibe, porque no es su voluntad la que decide, sino la de los dioses.

El Gorrión le dice a Tommen que un buen gobernante se rodea de los consejeros más sabios y nadie es más sabio que los dioses, motivo por el que hay que aceptar su voluntad, aunque a veces no sepamos que actúan a través de nosotros.

El Gorrión Supremo se excusa del juicio que se celebrará contra Cersei, dado que son los dioses los que han pedido celebrarlo, manifestando su voluntad a través de él, usándolo como un simple intermediario o canal. Para ello, el Gorrión debe dejar de ser él mismo para que sus pretensiones no interfieran en los elevados deseos de los dioses.

Dice la oración del padrenuestro: «Hágase tu voluntad así en la Tierra como en el Cielo». Pedimos que la voluntad y los planes de Dios se lleven a cabo tanto en nuestro plano terrenal como en el sutil. Por lo tanto, nos corresponde permanecer atentos a las señales de la voluntad divina para aceptarla, como le explica el Gorrión a Tommen.

Dios es omnipresente, está también en nosotros, somos una pequeña partícula de Él. Otra cosa diferente es que lo admitamos. También se dice que Dios es omnipotente, aunque a veces obstaculizamos sus planes cuando creemos que nuestro insignificante, a la vez que arrogante, yo es el que decide y hace de forma autónoma e independiente. La voluntad de Dios no se manifiesta a través de voces que salen de las nubes y apariciones de película, sino a través de nosotros. Por eso le pedimos que su voluntad se exprese por nosotros.

¿Cómo podemos hacer nosotros, simples mortales, para saber si nuestros planes coinciden o no con los de los dioses, si son creaciones de nuestro ego o corresponden a nuestra esencia?

A la hora de indagar de dónde surgen nuestros propósitos, tenemos que plantearnos el porqué y el para qué de nuestros deseos como método infalible para saber si lo que buscamos pertenece a nuestra voluntad o a la de los dioses, como diría el Gorrión Supremo.

Cuando deseamos algo, deberíamos establecer un punto de partida claro, qué emoción nos mueve a la hora de iniciar la búsqueda de nuestro deseo, desde qué energía partimos, encontrar los motivos que nos mueven a querer conseguir algo. Del mismo modo, hemos de saber adónde nos dirigimos, tener claro qué queremos y para qué lo queremos.

Si hemos elegido un «desde dónde», un «por qué» elevado, en el sentido de que pueda ser beneficioso para nosotros y, a ser posible, para los demás, estaremos cerca de los planes de nuestro Yo superior, nuestra esencia, nuestra parte divina. Si por el contrario nuestros motivos son más bien egoístas, estaremos al servicio del Yo inferior o ego.

Una vez definido el «adónde» quiero llegar, «qué» quiero conseguir, debemos estar atentos a las señales. Si son inspiradoras y confirman que vamos bien encaminados hacia ese «adónde», adelante, las podremos considerar como válidas. Si por el contrario no son coherentes con lo que deseamos o nos apartan de nuestro camino, tendremos que desecharlas. Conectar con nuestro interior, escuchar la intuición y la inspiración, identificar por qué deseamos lo que deseamos y para qué lo queremos, constituye por lo tanto una guía extraordinaria para convertirnos en instrumentos de los dioses, como proclama el Gorrión Supremo.

Lección 137

.....

Jaqen H'ghar (a Arya Stark):

—Si una chica no es nadie realmente, no tiene nada que temer.

Jaqen H'ghar le ofrece a Arya un cuenco de la fuente de agua envenenada que hay en la Casa de Negro y Blanco. Ella vacila antes de beber, momento en que Jaqen le recuerda que si no es nadie, no debe temer nada; acto seguido, bebe y recupera la vista que tiempo atrás le había quitado Jaqen.

Cuando identificamos nuestro ser con nuestra mente, aparece el miedo en sus múltiples facetas: temor, angustia, ansiedad, preocupación... La mente toma el control y, proyectándose hacia el futuro, imagina escenarios llenos de peligros que poco tienen que ver con la realidad.

Si creemos que somos aquello con lo que nos identificamos, la mente-ego, siempre estaremos expuestos al miedo y los peligros imaginarios; si somos conscientes de que no somos la falsa identidad que con el paso del tiempo nos hemos creado, formada a base de identidades como las capas de una cebolla que se acumulan unas encima de otras, nuestros miedos imaginarios vinculados a las identidades que llevamos encima se desvanecerán. Si tengo una profesión y creo que yo soy el trabajo que desempeño, todo pensamiento que se proyecte en el futuro y que amenace mi trabajo me creará miedo. Tener una identidad no es ser esa identidad. Lo que tenemos puede cambiar; lo que somos, no.

Arya es una Stark que cuando llegó a la Casa de Negro y Blanco quería vengar a su familia, corriendo todo tipo de riesgos en su deambular por Los Siete Reinos. Si se olvida de que es Arya Stark, sus deseos de venganza se diluirán hasta esfumarse, sus miedos, acerca de lo que le puede ocurrir si los Lannister la descubren, desaparecerán, etcétera.

La siguiente historia sufí del mulá Nasrudín ilustra cómo la mente disfruta proyectándose hacia el futuro:

Un día, el mulá Nasrudín estaba mirando por la ventana cuando vio a un acreedor aproximándose a su casa. Como sabía qué quería aquel tipo, llamó a su mujer y le dijo que recibiera a la visita.

La esposa del mulá abrió la puerta y dijo:

—Señor, sé que no hemos podido pagarle todavía, y aunque el mulá no está en casa en este momento, no para de pensar, noche y día, en cómo conseguir dinero para pagarle. Hasta me ha pedido que esté al tanto para que cuando pase un rebaño de ovejas recoja los mechones de lana que se enganchan en los arbustos. Así, cuando tengamos suficiente lana, la tejeremos, haremos un par de chaquetas, las venderemos y con ese dinero le pagaremos la deuda.

El acreedor se echó a reír y el mulá salió de su escondite, diciendo:

—Si serás canalla... Como hueles el dinero, sonrías.

Nuestra mente es igual de canalla que el acreedor. Apenas ve la mínima insinuación de proyección de futuro, sonrío, se aferra a ella y se olvida del instante presente, del aquí y el ahora.

Los animales cuando duermen duermen y cuando comen comen. No se preocupan sobre si volverán a comer unas horas más tarde. Viven cada momento sin que su mente proyecte qué ocurrirá después.

Cuando disfrutamos plenamente de una actividad de ocio: pasar el rato con amigos, bailar, comer en un restaurante con quien nos apetece, ver un espectáculo..., nos centramos en gozar lo que estamos viviendo y nuestra mente durante un rato deja de proyectar su mundo imaginario.

Cuantas más identidades tenemos (nombre, profesión, ideas políticas, aficiones, etcétera) menos libres somos, porque a mayor libertad, menos miedos y mayor poder.

CAPÍTULO

4

Lección 138

Tyrion Lannister (a Gusano Gris):

—Firmamos la paz con los enemigos, no con los amigos.

Gusano Gris no está de acuerdo con que Tyrion haya invitado a Meereen a los Bondadosos Amos, si bien lo ha hecho para negociar con ellos la abolición de la esclavitud y evitar una confrontación violenta.

Tyrion aborrece la violencia y prefiere negociar con los esclavistas Bondadosos Amos que iniciar una guerra contra ellos. Solemos tener la idea equivocada de que negociar es ceder o convencer a la otra parte. Si en una compraventa, el vendedor hace un descuento al cliente para conseguir que compre, no está negociando, está cediendo, rindiéndose de algún modo. Tampoco lo es convencer o persuadir, como solemos hacer al cortejar a alguien, proceso en el que «vendemos» nuestra mejor cara con el fin de conquistar a la otra persona. Una vez se crea la pareja, acaba la conquista y empieza la negociación en las diferentes situaciones del día a día. Además, de cara a emprender la negociación, hemos de ser conscientes de que lo que es importante para nosotros quizá no lo sea para la otra parte y viceversa, por lo tanto debemos ponernos en su lugar y saber qué le mueve, qué le interesa y qué le parece importante al otro. Si tratamos de llegar a un acuerdo para que los jóvenes hagan deporte, sirve de poco decirles que es conveniente para su salud; es mucho más útil decirles que entrenar va a mejorar su aspecto físico, con lo que se verán más guapos y ligarán más.

En pocas palabras, negociar es intercambiar lo que tiene poco valor para ti y mucho para el otro, porque la otra parte quiere lo que valora, no lo que tú valoras como importante. Expresado en una frase sería: dame lo que yo quiero y te daré lo que tú quieres, con lo que ambas partes ganan.

Para poder llegar a acuerdos beneficiosos para ambas partes, es esencial saber dialogar, prestando especial atención a la escucha de la otra parte, que nos permite saber qué quiere el otro y una vez desvelados sus deseos, hacer las propuestas. Gracias a las preguntas que hagamos y a la escucha activa, conoceremos las necesidades, motivaciones, intereses, prioridades, limitaciones, miedos, etc., del otro.

Todos somos conscientes de que hay personas especialmente difíciles con las que parece imposible imaginarse llegar a ningún acuerdo. Gusano Gris cree que es tiempo perdido tratar de negociar con los Bondadosos Amos y que lo mejor es enfrentarse a ellos y tratar de vencerlos, pero Tyrion sabe que negociar es sondear y buscar un posible acuerdo que sea satisfactorio para ambas partes.

Lección 139

.....

Tyrion (a los Bondadosos Amos de Astapor):

—Naveguemos con la marea de la libertad, en lugar de ahogarnos en ella. Dad una oportunidad a la libertad, comprobad si no sabe tan bien como lo anterior.

Una comitiva de amos esclavistas de Astapor se reúne con Tyrion en Meereen para pedirle que Daenerys abandone la bahía de los Esclavos y así poder seguir practicando la esclavitud. Tyrion rechaza su propuesta y les ofrece no abolir la esclavitud de golpe, sino en un plazo de siete años, y que los amos de esclavos sean compensados por sus pérdidas.

Tyrion negocia con los Bondadosos Amos que liberen a sus esclavos, la ansiada aspiración de libertad que la reina Daenerys busca conseguir para todos sus súbditos. Liberar y otorgar la libertad es tentador, pero lograrla a cualquier precio puede ser peligroso. A pesar de que este ideal es elevado y loable, no justifica que para lograrlo use siempre métodos expeditivos, por eso le encarga al hábil negociador Tyrion que llegue a un acuerdo con los esclavistas Bondadosos Amos. El deseo impetuoso de ofrecer la libertad de la reina Daenerys, unido a la posición intransigente de los esclavistas, podría tener consecuencias devastadoras.

Tyrion sabe que negociar no es imponerse, ni ceder, sino intercambiar. En esta fase crucial de la negociación, se ofrece algo a cambio de renunciar a otra cosa. Tyrion manifiesta su petición — la abolición de la esclavitud por los Bondadosos Amos— y, a cambio, ofrece la concesión de siete años para liberarlos y recibir una compensación económica suficiente por ello. Sabedor de que gran parte de los privilegios de los esclavistas se basan en la posesión de esclavos, Tyrion negocia desde el punto de vista de los esclavistas poniéndose en su lugar; no les pide que los liberen de un día para otro, sino que en un plazo razonable vayan modificando su economía esclavista por otra que también les proporcione beneficios, además de recibir una indemnización generosa.

En esta fase de intercambio, es esencial pedir antes de dar, como hace Tyrion. Les pide abolir la esclavitud y, a cambio, hacerlo en el plazo de siete años, recibiendo una compensación económica. Intuitivamente, los padres hacen lo mismo con los niños cuando en primer lugar les piden que se coman las acelgas y les ofrecen la hamburguesa como segundo plato, si se comen primero lo que no les gusta.

El enfoque de intercambio (*win-win*, todos ganan) es el más honesto a la hora de realizar una negociación, ya que la intención es que las dos partes salgan beneficiadas. Se trata de darle al otro lo que para él tiene mucho valor y para ti poco, algo que podría convertirse en el lema «dame lo que yo quiero y te doy lo que tú quieres». Tyrion les ofrece a los Bondadosos Amos una copiosa cantidad de dinero, algo que para él no es demasiado importante, pero sí para los esclavistas, interesados siempre en los beneficios económicos. Para conseguir nuestros objetivos como negociadores, al igual que Tyrion, hemos de saber concretamente qué quiere el otro y tenerlo para poder ofrecérselo, de lo contrario la negociación no llegará a buen puerto.

Lección 140

.....

Tyrion (a Gusano Gris):

—No confío en los amos, confío en sus intereses. Son de fiar si están convencidos de que colaborar conmigo les interesa.

Gusano Gris advierte a Tyrion de que no debe confiar en los Bondadosos Amos, aunque haya llegado a un acuerdo con ellos para abolir la esclavitud.

Los Bondadosos Amos son personas sin escrúpulos, no son de fiar, aunque Tyrion sabe que colaborarán con él si piensan que pueden conseguir algo de su interés.

El mejor medio para conseguir que alguien haga algo es que ese alguien quiera hacerlo y para ello hay que darles a los demás lo que les gusta, no lo que le gusta al que se lo ofrece. Si se va a pescar, hay que pensar en poner en el anzuelo algo que les guste a los peces, una lombriz, no lo que nos pueda gustar a nosotros.

Por eso para influir en los esclavistas, Tyrion les habla de lo que a ellos les puede interesar y de cómo lo conseguirán. Si tratamos de convencer a un adolescente de que no fume, no habrá que detallarle los perjuicios y peligros del tabaco sobre la salud, sino que fumar le puede impedir seguir formando parte de su equipo de fútbol. Por lo tanto, para persuadir, más que saturar al otro con nuestros argumentos, tendremos que interesarlo despertando su deseo. Si queremos conseguirlo, tendremos que ser empáticos y ver las cosas desde su punto de vista.

Dijo Schopenhauer: «La mayoría de los hombres son tan profundamente subjetivos que no les interesa nada realmente aparte de sí mismos. Siempre piensan en su propia situación tan pronto como se hace cualquier comentario y toda su atención se concentra y se ve absorbida por la mínima referencia casual a cualquier cosa que les afecte personalmente por remota que sea». Nos guste o no reconocerlo, somos egoístas, nos creemos el centro del universo, por lo que es necesario que los demás se sientan así en cierta medida; si queremos lograr nuestros objetivos tendremos que darles algo que les interese y deseen.

Lección 141

.....

Margaery Tyrell (al Gorrión Supremo):
—La calidad exige tiempo.

El Gorrión Supremo le cuenta a Margaery cómo en su anterior ocupación como zapatero empleaba mucho tiempo en elaborar los zapatos que le encargaban.

Si en algo se cumple el conocido dicho de «cualquier tiempo pasado fue mejor» es en que la producción en la Antigüedad se hacía con intención de que lo creado fuera duradero. Hasta hace pocas décadas, lo que se producía se hacía para que durase, si no para siempre, sí para años, incluso más que los que pudiera vivir su propietario. Mi padre, ebanista ya jubilado, como el Gorrión Supremo cuando elaboraba los zapatos, no escatimaba el tiempo que fuera necesario para acabar los muebles que le encargaban y disfrutaba orgulloso de sus obras una vez terminadas, con la sensación de que el mueble sería disfrutado por sus clientes durante toda su vida y lo podrían dejar en herencia a sus hijos. Sin duda, hacer un mueble de calidad le exigía un tiempo y una dedicación esmerada propia de un artesano. Sin embargo, en este mundo y en esta economía globalizada en la que estamos inmersos, parece como si la rueda de la economía necesitara moverse cada vez a mayor velocidad para generar crecimiento económico; a su vez, esta velocidad se traslada a los procesos productivos que crean productos de poca calidad y bajo precio. La mano de obra se suele encontrar en países emergentes como la China, la India, etc., cuyo coste tan económico, unido a los modernos procesos de producción, proporciona unos precios de fabricación irrisorios.

Si antes se rompían unos zapatos de calidad y coste elevado, fabricados durante semanas a conciencia, compensaba repararlos antes que comprar otros. Hoy, el coste de la mano de obra para reparar un producto por parte de un técnico que se encuentre en Europa es muy superior al salario de un trabajador de una fábrica que elabore en la China el mismo artículo, así que reponer es más barato que reparar.

Esta cultura de usar y tirar se ha extendido a todo. En lo que concierne a la tecnología, los teléfonos móviles cambian y evolucionan a velocidad de vértigo, los ordenadores quedan obsoletos en poco tiempo, etcétera.

Se podría decir que también algunos objetos, como los muebles, ya no se fabrican con la intención de que duren para varias generaciones, sino para tirarlos al cabo de pocos años y redecorar la casa continuamente, como recuerda el eslogan de Ikea.

Los ciclos de vida de los productos que compramos son más cortos: bombillas, ropa, coches, electrodomésticos... Para más inri, no se trata solo de objetos. Personas irresponsables compran mascotas que abandonan al poco tiempo cuando han cumplido su capricho y se dan cuenta de que el animal requiere unos cuidados continuos durante años.

No todo es negativo en esta cultura del usar y tirar, ya que estimula el consumo que hace crecer la economía, aunque deberíamos pensar en las consecuencias contrarias a la sostenibilidad de este modo de vivir. Llenamos el mundo de todo tipo de basura, aparte de consumir los recursos del planeta con la voracidad de una plaga de langostas. Lamentablemente, nuestro mundo no es de usar y tirar, debemos dejarlo en condiciones para que las generaciones posteriores lo sigan

disfrutando. Toca hacer compatible el crecimiento económico con los valores perdidos de cuidar, conservar y reparar, no tan novedosos como el de consumir artículos nuevos constantemente, pero sí con perspectiva de verdadera sostenibilidad.

CAPÍTULO

5

Lección 142

.....

Arya Stark (a Jaqen H'ghar):
—Una chica no tiene deseos.

Jaqen H'ghar le enseña a Arya los rostros de los primeros Hombres sin Rostro en la Casa de Negro y Blanco y le dice que puede ser uno de ellos si lo desea. Ella responde que no tiene deseos porque sabe que tenerlos es incompatible con ser un Hombre sin Rostro.

Durante la estancia de Arya en la Casa de Negro y Blanco, Jaqen H'ghar trata de que ella se desprenda de toda identidad para así poder adoptar cualquier otra perteneciente a los rostros que se guardan en su templo. Los deseos están íntimamente ligados a las identidades que llevamos encima. A modo de ejemplo, cuando somos jóvenes estudiantes, queremos estudiar la carrera de nuestros sueños y terminarla; si estamos trabajando y ejerciendo nuestra profesión, queremos ascender y progresar y así sucesivamente. Por tanto, desprenderse de las identidades supone eliminar los deseos que generan.

La tradición budista dice que el dolor y el sufrimiento surgen de los deseos, por lo que hay que suprimirlos, ya que son productos de la mente que se proyecta en el futuro y allí busca su realización en la obtención de cosas externas.

Entre la realidad en la que vivimos y nuestros deseos y expectativas hay una diferencia abismal. Es legítimo desear, pero esperar que la vida nos dé todo lo que queremos es estar abocados a la infelicidad, aparte de desaprovechar y ser desagradecidos con lo que tenemos, que en general tiene mayor valor del que le damos.

Podemos desear, siendo también conscientes de que no es seguro que consigamos aquello que queremos. Los Rolling Stones reflejaron esta idea en su canción *You can't always get what you want* («No siempre consigues lo que deseas»).

No hay nada más poderoso que la realidad, que nos pone en nuestro sitio cuando nuestros deseos y expectativas se disparan excesivamente, lo que incluso nos puede llevar a la depresión cuando no se alcanzan, y a desperdiciar lo que sí tenemos. Querer ser o conseguir lo que a uno le gustaría es desperdiciar y menospreciar lo que ya se es y se tiene.

Despegarnos de la realidad y dejar de prestarle atención solo nos puede traer problemas y disgustos, siempre hay que tener un espíritu práctico, porque como dice el proverbio árabe: «Alá es grande, pero ata fuerte a tu camello».

Confiar en que ocurrirá algo que es poco probable que suceda, como ganar el sorteo del Euromillón, es la mejor receta para vivir desilusionado e infeliz.

La máxima de «menos es más» del arquitecto Ludwig Mies van der Rohe nos muestra que cuanto menos necesitamos, más libres somos; además, como dijo Jonathan Swift: «Bendito sea el que no espera nada, porque nunca se sentirá desilusionado».

Lección 143

.....

Varys (a Kinvara):

—Veo que les cuesta a los fanáticos admitir un error. ¿No consiste en eso ser un fanático? Siempre tienes razón.

Tyrion y Varys reciben a Kinvara, suma sacerdotisa del Templo Rojo de Volantis, con el fin de que les ayude a convencer a la gente de Meereen de que Daenerys no es una invasora y es la elegida por los dioses para reinar.

Kinvara les confirma que es a Daenerys a quien estaban esperando para reinar y acabar con los infieles gracias al fuego de los dragones. Varys es escéptico pues Melisandre, también sacerdotisa roja, había predicho que Stannis Baratheon era el elegido, lo que se demostró que fue un error, a pesar de la obstinación con que fue proclamado por Melisandre.

Melisandre se comportó como una fanática que trató de convencer a Stannis, en primer lugar, y a su entorno, de que era el elegido para ocupar el Trono de Hierro. No admitía objeción alguna y trató de apartar de su camino a todo aquel que pusiera en duda su mensaje.

Varys es un hombre flexible y adaptable a las circunstancias, acostumbrado a verlo todo desde diferentes puntos de vista; lo contrario de lo que ocurre con los fanáticos caracterizados por su rigidez, por no cuestionar la reducida visión de la realidad a la que se aferran, sin ningún sentido crítico para ponerla en duda.

¿Qué hay detrás de una persona fanática e intransigente, incapaz de admitir que otro pueda llevar razón? Volviendo a la idea de que creemos que somos aquello con lo que nos identificamos, todos tenemos diferentes identidades y nos identificamos con diferentes aspectos de la vida: ideas políticas, religiones, creencias, equipos deportivos, identidades profesionales y personales... Como el ego-mente cree que es las identidades que adquiere, cualquier amenaza o ataque a alguna de las identidades la asocia a un serio peligro para su existencia. Por eso trata de imponerse como sea si se siente amenazado, por lo que en una discusión, por ejemplo, siempre tratará de llevar razón y no admitir los argumentos del otro, aunque sean válidos.

Se puede estar identificado con algo y defenderlo, aunque no hay que olvidar que la realidad es mucho más amplia y compleja que las identidades que adoptamos y no conviene aferrarse a estas como si nos fuera la vida en ello, porque si ampliamos nuestro punto de vista podemos

llegar a darnos cuenta de que es posible que nuestras verdades no sean infalibles e incuestionables.

CAPÍTULO

6

Lección 144

.....

Margaery Tyrell (a Tommen Baratheon):

—Los dioses tienen un plan para todos nosotros.

Tommen visita a Margaery en su encierro, que trata de convencerlo de que lo que está viviendo es lo adecuado para apartarse del pecado y alcanzar la fe, puesto que los dioses tienen un plan para todos.

Hermano Ray (a Sandor Clegane):

—Hay algo superior a nosotros y sea lo que sea, tiene planes para Sandor Clegane. [6.^a Temporada, capítulo 7.]

Para el Hermano Ray, la única razón por la que Sandor Clegane sigue vivo, después de haber sobrevivido al penoso estado físico en el que lo encontró, es porque los dioses tienen planes que aún debe cumplir el Perro.

La mayoría de nosotros nos hemos preguntado alguna vez en la vida para qué hemos venido a este mundo, cuál es nuestra misión, incluso si hay algo superior que tenga planes para nosotros que debemos llevar a cabo. Hay personas que sobreviven de milagro a accidentes o catástrofes, como si algo difícilmente explicable las hubiera salvado *in extremis* con el fin de que desarrollen su misión en esta vida.

Existen personas que pronto descubren con gran claridad su camino, sintiendo un poderoso impulso a orientar su vida; otras deberán estar atentas a sus tendencias y predilecciones, y escuchar a su intuición para encontrar el rumbo acertado. Buscar, probar, hacer, equivocarse, volver a intentarlo, será el medio de encontrar el verdadero sentido para muchas. Nunca tirar la toalla porque el esfuerzo y la constancia terminarán dando sus frutos, como decía Rudyard Kipling en su poema «No desistas»:

Cuando vayan mal las cosas
como a veces suelen ir,
cuando ofrezca tu camino

solo cuestras que subir,
cuando tengas poco haber
pero mucho que pagar,
y precises sonreír
aun teniendo que llorar,
cuando ya el dolor te agobie
y no puedas ya sufrir,
descansar acaso debes
¡pero nunca desistir!

Tras las sombras de la duda
ya plateadas, ya sombrías,
puede bien surgir el triunfo
no el fracaso que temías,
y no es dable a tu ignorancia
figurarte cuán cercano
pueda estar el bien que anhelas
y que juzgas tan lejano.

Lucha, pues por más que tengas
en la brega que sufrir,
cuando todo esté peor,
más debemos insistir.

Hay que distinguir entre metas personales y el plan o propósito de vida, puesto que con las metas se consiguen objetivos para uno mismo y el plan es para uno y para los demás.

Los planes que tengan preparados para nosotros pasan necesariamente por lo que vayamos a ofrecer al mundo para que siga avanzando y evolucionando. Aunque solemos pensar en términos de tareas, deberíamos hacerlo con un sentido de gozo, puesto que todo está conectado y nuestra aportación es esencial para los demás, por insignificante que nos parezca. Por lo tanto, si hemos de indagar en nuestro propósito de vida, varias pistas nos permitirán encontrarlo. Conocer tus capacidades, tus dones, qué te haría levantarte con entusiasmo cada mañana, a qué dedicarías todo el tiempo que tuvieras, realizando qué tareas te sientes feliz... En definitiva, llegar a hacer lo que amas y amar lo que haces.

Si descubres la actividad que te motiva, ilusiona, entusiasma y con la que el tiempo se te pasa volando, aunque hayas estado horas y horas realizándola... ¡bingo!, has encontrado tu plan, tu camino, que será fuente de alegría y disfrute, porque como dijo Confucio: «Escoge un trabajo que te guste y no tendrás que trabajar ni un solo día de tu vida».

Como recurso de emergencia y si todavía, a pesar de todo, no has encontrado el sentido de tu vida, te corresponde crear uno y dárselo porque nada tiene sentido hasta que tú se lo das.

CAPÍTULO

7

Lección 145

Gorrión Supremo (a Margaery Tyrell):

—Los pobres nos repugnan porque somos nosotros privados de ilusiones. Nos muestran cómo seríamos sin nuestro fino atuendo, cómo oleríamos sin perfume.

Margaery le cuenta al Gorrión Supremo que durante años fingió amar a los pobres y afligidos, aunque, en realidad, le asqueaban.

Decía el escritor Louis Dumur que los hombres no piden la verdad; desean solamente que se les disfrace la mentira. Como dice el Gorrión Supremo, si nos desprendemos de todo lo que camufla nuestra esencia, encontrarnos con nosotros mismos, sin trampa ni cartón, puede resultar desagradable. Por eso a Margaery y a tantos como ella no les gusta el contacto con los pobres, pues se muestran sin que nada disfrace, embellezca o perfume su ser, y nos enseñan lo que tapamos, porque no soportamos lo que no nos gusta de nosotros mismos.

Podemos autoengañarnos y mirar hacia otro lado, disimular y aparentar gracias a lo externo y lo material, pero eso solo es un parche. Puesto que hemos picado el anzuelo que nos lleva a creer que la felicidad está fuera de nosotros y que se consigue a ser posible con dinero, nos da absolutamente igual quiénes somos en realidad. Muchos trabajan en algo que odian, para consumir lo que no necesitan y así impresionar a un entorno social que detestan. Y aun así nos extraña no ser felices, mientras tratamos de evadirnos de todo lo que suponga dolor del alma.

Decía Chesterton: «No es que no sean capaces de ver la solución. Lo que sucede es que no son capaces de ver el problema». Si queremos poder desnudarnos de todo lo que tapa nuestro ser, el remedio pasa por ser honestos con nosotros mismos. Solo reconociendo el problema puede empezar a solucionarse, o de lo contrario seguiremos envolviendo nuestro ser de una forma cada vez más sofisticada que nos alejará de nuestra esencia. Cubrir y perfumar nuestros defectos y carencias sería algo así como empapelar y engalanar los excrementos, pensando que así dejarán de serlo.

La honestidad y sinceridad con uno mismo pueden ser dolorosas al principio, pero son los únicos remedios si realmente queremos perder el miedo a encontrarnos con la realidad de nuestro ser, sin temor a desnudar nuestra alma sin tapujos. A mayor autohonradez, menor necesidad de tener que llevar una máscara para relacionarnos con los demás, de fingir y esperar su aprobación, además de mayor facilidad para tratar los problemas emocionales y mayor valor para afrontar nuestro lado oscuro, porque como dijo Séneca: «¿Quién tiene el valor de decirse la verdad a sí mismo?».

Lección 146

Margaery Tyrell:

—A veces cuesta hallar el auténtico camino.

Gorrión Supremo:

—Cuesta hallarlo y cuesta más recorrerlo.

Margaery le transmite al Gorrión Supremo las dificultades que está teniendo a la hora de vivir su vida de acuerdo con los principios de la Fe de los Siete.

La lección 144 trataba el tema de cómo para todos hay un plan y un camino que debemos recorrer. Pero ¿es todo coser y cantar una vez encontrado? Hallarlo y conocerlo es motivo de gozo, si bien de poco servirá si no lo recorremos. Encontrarlo y no desarrollarlo es peor que no haber dado con él.

¿Qué se necesita para recorrerlo? La mal vista y devaluada fuerza de voluntad. Aunque está mucho más de moda en nuestros tiempos hablar de motivación como la herramienta necesaria para alcanzar nuestros objetivos, sin fuerza de voluntad para mantener los propósitos y darles continuidad contra viento y marea, poco hay que hacer. Por algo dijo Einstein que hay una fuerza motriz más poderosa que el vapor, la electricidad y la energía atómica: la voluntad.

Para desarrollar la fuerza de voluntad debemos controlar la impulsividad que nos lleva a hacer cualquier cosa que pueda parecernos apetecible en un momento dado, pero que nos aleja de nuestro objetivo a largo plazo. Tenemos muchas tentaciones alrededor sea cual sea nuestra meta y la sociedad de consumo fomenta el que queramos todo y lo queramos ya, pero eso va en contra de lo que nos hayamos propuesto.

Para desarrollar el músculo de la fuerza de voluntad tendremos que sortear las tentaciones, no acercándonos a ellas o evitándolas. Si eso fuera imposible, tendremos que refrenar los impulsos que nos llevan a hacer lo que no nos conviene y nos desvía de nuestro camino, lo que contribuirá a desarrollar poco a poco el autocontrol.

Uno de los mejores modos de aumentar y consolidar la fuerza de voluntad es crear un hábito favorable para nuestro propósito. Al principio cuesta paciencia y constancia, pero una vez se consigue —dicen los expertos que se tarda 21 días en lograrlo—, se realizan los actos como

rutinas automatizadas sin esfuerzo. Gracias a los hábitos, se hacen realidad los objetivos más difíciles, sin agotarnos, porque la motivación nos hace empezar, pero el hábito es lo que nos hace permanecer.

Incluso podemos recurrir a apostar algo con alguien a que haremos eso que tanto nos interesa. Con este compromiso público, por un lado estará en juego nuestro dinero y por otro, nuestra palabra y reputación.

Lección 147

Hermano Ray (a sus seguidores y a Sandor Clegane):

—No se trata de esperar a que los dioses escuchen tus plegarias, ni siquiera se trata de los dioses. Se trata de ti. De aprender a responder a tus plegarias tú mismo.

El Hermano Ray les cuenta a sus seguidores su anterior vida como soldado y cómo cometió atrocidades como saquear y quemar aldeas o asesinar. Sintió arrepentimiento por tales actos y, como es imposible devolver la vida a las personas que mató, lo que ahora sí está en su mano es hacer el bien.

Tal como dice Ray, aunque nuestros deseos y peticiones sean elevados, poco avanzaremos si esperamos que los dioses nos escuchen y nos otorguen lo que deseamos si nosotros no movemos un dedo. Si queremos conseguir lo que anhelamos, debemos trabajar por ello y hacer todo lo que esté en nuestra mano; solo de ese modo, las circunstancias favorables se podrán alinear con nosotros y podremos aprovecharlas. El refrán español: «A Dios rogando y con el mazo dando»: lo expresa claramente: si deseamos algo, está bien encomendarse a Dios, pero haciendo a la vez todo lo que podamos para lograr lo que pretendemos.

Solo manteniendo la coherencia entre lo que pensamos, deseamos, decimos y hacemos, podremos llegar a lograr nuestros propósitos. Somos mucho más lo que hacemos que lo que decimos. Por algo todas las culturas tienen presente esta idea. Los italianos dicen: «Ayúdate que Dios te ayuda»; los franceses: «Si no nos implicamos, los dioses nos abandonan»; los ingleses: «Haz lo que tienes que hacer y Dios hará el resto»; los griegos: «Los dioses ayudan a quien trabaja». Por lo tanto, para lograr lo que nos proponemos, es necesario emplearse a fondo, ya que de nada sirve pedirle al cielo si no ponemos lo mejor de nosotros en lo que nos interesa.

Dice la Biblia en el Génesis 1, 26 que Dios nos hizo a su imagen y semejanza. Igual que Él es el creador, nosotros somos también cocreadores y no podemos eludir nuestra responsabilidad y el trabajo que nos corresponde realizar. Podemos pedir a los dioses todo lo que deseamos, pero la parte más importante de la tarea nos corresponde realizarla a nosotros.

CAPÍTULO

8

Lección 148

.....

Thoros de Myr:

—Formamos parte de algo más grande que nosotros.

Sandor Clegane:

—Se hacen muchas mierdas horribles en este mundo por algo más grande que nosotros.

Lord Beric Dondarrion y Thoros de Myr tratan de convencer a Sandor Clegane de que se una a la Hermandad sin Estandartes, porque para ellos todo ocurre por una razón superior.

Aunque intentan ganar para su causa a Sandor Clegane, este declina el ofrecimiento de pertenecer a la Hermandad por su desconfianza y falta de fe en el señor de Luz. No cree en nada trascendente; el argumento de que haya algo superior a todos que organice el mundo no le parece una razón de peso. El Perro es individualista y escéptico ante cualquier ofrecimiento de pertenecer a grupos que se mueven por ideales que justifican como superiores.

A lo largo de la historia han sido muchos los movimientos, especialmente políticos y religiosos, que han reunido multitud de seguidores con el pretexto de querer cambiar el mundo, mejorar la sociedad, seguir las indicaciones de un líder para alcanzar la vida eterna...

Dentro de la mayoría de nosotros hay una parte idealista a la que le gustaría mejorar la sociedad a través de la acción conjunta de las personas que comparten los mismos ideales y aspiraciones. A todos nos han llegado los cantos de sirena para pertenecer a algún movimiento en principio bienintencionado, si bien, nos puede ocurrir como a Sandor Clegane. Por idealistas y soñadores que seamos, sabemos que algunas de estas doctrinas políticas y religiosas han provocado millones de víctimas y destrucción. Tenemos los ejemplos recientes del comunismo y nazismo en el ámbito de la política. En el de las creencias, las numerosas guerras de religión igualmente devastadoras.

¿Qué debemos hacer si llega a nosotros el ofrecimiento de formar parte de «algo más grande que nosotros»? ¿Negarnos sistemáticamente como haría el Perro o unirnos a la corriente que nos ofrezca el mejor mundo posible? Ante este dilema, lo mejor será informarnos y observar si la

religión, partido político, etc., es coherente con su doctrina. Si piden la paz y ejercen la violencia, será una señal para que no formemos parte de su movimiento.

Otro criterio para decidir si integrarnos es el de saber qué estado de ánimo está detrás del grupo en el que estamos interesados en participar. Habrá que recelar de los que se muevan por el resentimiento, dado que tendrán como fin la venganza de algo que ocurrió en el pasado. No les interesa tanto el futuro como ajustar cuentas.

Otros movimientos son fáciles de descartar prácticamente de inmediato porque transmiten resignación, falta de iniciativa, sensación de derrota anticipada y apatía, como si se pudiera hacer poco ante los retos a asumir.

Ofrece más garantías la serenidad, que asume con tranquilidad el pasado y afronta el futuro de forma sosegada, y, sobre todo, la ambición sana, llena de iniciativa y entusiasmo, atenta a las oportunidades que hay alrededor, transmitiendo vitalidad y energía, sin miedo al cambio y a los desafíos en pos de las metas que se quieran alcanzar.

Lección 149

.....
Tyrion Lannister (a los Bondadosos Amos de Astapor):
—Siempre parece algo abstracto el que mueran otros.

Los Bondadosos Amos no solo no han cumplido el acuerdo de abolir la esclavitud en sus tierras, sino que también han atacado y asediado Meereen por lo que, tras ser derrotados, Daenerys decide ejecutar a uno de ellos, lo que provoca el pánico en los dos esclavistas supervivientes, que jamás demostraron ninguna sensibilidad cuando disponían sin escrúpulos de la vida de sus esclavos.

La muerte está presente en nuestro día a día, ya sea por la desaparición de alguien de nuestro entorno o por aparecer continuamente en los sucesos de los que nos informan los medios de comunicación. A pesar de su naturaleza traumática, irreversible e inevitable, puesto que nuestras vidas terminarán algún día, no reaccionamos igual ante todas las muertes que conocemos; algunas nos desgarran de dolor y ante otras permanecemos impasibles.

Si pensamos en las víctimas mortales de catástrofes o atentados, el ejemplo de los atentados de París del 13 de noviembre de 2015 es una muestra de esta diferencia de comportamiento. Tras los atentados terroristas que golpearon la capital francesa, murieron 130 personas, lo que provocó la conmoción y las reacciones públicas inmediatas en Europa a través de las redes sociales, concentraciones, manifestaciones, minutos de silencio, etc. Un día antes murieron 41 personas en un doble atentado en Beirut. El 27 de enero de 2018 morían más de 100 personas en un atentado talibán en Kabul. Sin embargo, a pesar de lo terrible de las muertes violentas que tienen lugar en Líbano, Siria, Afganistán, Iraq... estas apenas tienen repercusión, más allá de la presencia en los medios de comunicación el día que ocurren.

Cabe preguntarnos si hay muertos de primera y de segunda o por qué nos afecta más lo que ocurre cerca que lo que pasa lejos de nosotros.

Estas reacciones tan dispares ante tragedias con los mismos efectos devastadores se explican a través de la teoría de la identidad social, elaborada por los psicólogos Henri Tajfel y John Turner. Según esta teoría, las personas tendemos a clasificar en categorías a los demás según las similitudes que tengan con nosotros: nacionalidad, raza, género, religión... Nos identificamos con los que consideramos similares a nosotros y hacemos de esa identidad social parte de nuestro autoconcepto. Los que pertenecen a la categoría en la que nosotros creemos estar forman parte de la idea de «nosotros». Si, además, hay una amenaza externa, esta imagen se refuerza.

Sentimos mayor empatía por aquellos con los que nos identificamos, los que consideramos «los nuestros». A esto se le suma lo que el psicólogo Neil Weinstein definió como el «optimismo irreal» por el que tendemos a creer que nosotros y el grupo al que consideramos pertenecer somos relativamente invulnerables y tenemos más posibilidades que los otros de vivir acontecimientos positivos y menos de sufrir los negativos. Sentimos que las posibilidades de sufrir catástrofes o atentados son menores que las de los demás. No obstante, esta percepción cambia cuando estas situaciones suceden de forma en que podamos sentirnos identificados. Todos sabemos que hay accidentes de tráfico a diario, pero apenas nos sentimos vulnerables al respecto. En el caso de que alguien con quien nos sintamos identificados (un familiar, un amigo, un vecino) tenga un accidente, nos causa un gran impacto y aumenta nuestro sentimiento de vulnerabilidad ante los accidentes.

En conclusión, suponer que apoyar a las víctimas de atentados como los de París y no hacerlo con las de Afganistán implica que las primeras nos importan y las segundas no es desconocer cómo se desencadenan nuestras reacciones según el contexto social.

Nos identificamos y empatizamos más con aquellos con los que tenemos similitudes, lo que hace recordarnos que también nosotros somos vulnerables, como también les ocurre a los esclavistas Bondadosos Amos cuando sienten que están en peligro de muerte.

Lección 150

Sansa Stark (a Jon Nieve):

—No hagas lo que él quiera que hagas.

Antes de la batalla entre las tropas de Jon Nieve y las de Ramsay Bolton, Sansa le advierte de las trampas que este último le tenderá, puesto que al tener prisionero a Rickon Stark, sabe que lo utilizará para tratar de que Jon cometa algún error que le cueste la derrota.

En la guerra, como en la vida, se puede dirigir o ser dirigido como una marioneta. A Jon Nieve, el ímpetu y el deseo de enfrentarse al ejército de los Bolton le provocan no tener la claridad mental suficiente para afrontar la batalla. La vehemencia con la que quiere entrar en combate le puede dejar en desventaja si no se contiene y espera que el enemigo se mueva primero. El que se mueve primero parte con desventaja al mostrar su estrategia y sus bazas.

Jon Nieve corre el riesgo de dejarse llevar por su agresividad contra Ramsay por el secuestro de Rickon e iniciar un ataque precipitado que ponga en peligro a sus tropas. Sansa lo sabe y le advierte, ya que presa de su impaciencia puede quedar a merced de los Bolton. Las

opciones de victoria de Jon pasan por no desesperar, contenerse y esperar el momento oportuno de atacar.

Casi todos sabemos atacar o defender, pero mal. Cuando atacamos, cargamos con todo, sin reservas, buscando la victoria de forma desesperada; cuando defendemos, intentamos defendernos lo mejor que podemos de nuestros enemigos. Al atacar, arriesgamos, al actuar precipitadamente y perder el control sobre nosotros mismos; al defender, nos arrinconamos. Somos predecibles en ambos casos.

La mejor opción es la que solía emplear Napoleón Bonaparte. Daba la imagen de ser vulnerable y a la defensiva para que los rivales bajaran la guardia, por lo que aparentar debilidad era útil para disfrazar la intención de atacar en cuanto percibía una oportunidad. Haciéndose el débil, provocaba ataques agresivos de sus enemigos, lo que aprovechaba para contraatacar y cogerlos desprevenidos y con la guardia baja, porque los mejores golpes son los que no se ven venir. En la misma línea se expresa la obra *El arte de la guerra*: «Por muy desesperada que sea la situación y las circunstancias, no desesperes. Cuando haya mucho que temer, no temas. Cuando estés rodeado de peligros, no sientas miedo por ninguno. Cuando carezcas de recursos, recurre a la inventiva. Cuando te sorprendan, toma al enemigo por sorpresa».

Las personas agresivas no tienen control sobre sus emociones, no saben esperar el momento oportuno, ni buscan formas diferentes de conseguir sus propósitos si no es atacando. Bajo la agresividad, camuflan su debilidad e inseguridad. Es sencillo dejarse llevar por la impaciencia, aunque tiene mucho más mérito contenerse y ser paciente esperando el momento oportuno. En la tauromaquia, el toro es mucho más grande e intimidante que el torero, por eso este permanece en su terreno y espera que embista, toreándolo con su capa hasta que se comienza a agotar y así puede empezar la faena en la que termina dominando al temible animal.

Ramsay quiere incitar a que Jon haga el primer movimiento, atacando y gastando energías y recursos para contraatacar y aprovechar su debilidad y desorganización, así emplearía el propio empuje del ejército de Jon para ocasionar su caída. De ahí la insistencia de Sansa de que tenga cuidado con las trampas de Ramsay.

Este principio del contraataque se puede aplicar a cualquier situación y conflicto, puesto que el ser humano es impaciente por naturaleza. No nos gusta esperar y queremos que se satisfagan inmediatamente nuestros deseos. Sin embargo, la paciencia permite descubrir los puntos débiles del enemigo y las oportunidades que la impaciencia no deja ver, además de que se ahorra la energía necesaria para llevar a cabo lo que se desea en el momento adecuado.

CAPÍTULO

9

Lección 151

Sansa Stark (a Jon Nieve):

—Nadie puede protegerme. Nadie puede proteger a nadie.

Sansa teme por su vida en el caso de que Ramsay Bolton venza la batalla contra Jon, que intenta tranquilizarla asegurándole que la protegerá y Ramsay nunca más volverá a tocarla.

Jon y Sansa dejaron de verse cuando ella era casi una niña y partió a Desembarco del Rey acompañando a su padre. Han pasado algunos años y Sansa se ha convertido en una mujer y, a pesar de su juventud, en una adulta.

Si tuviéramos que definir qué es un adulto, se podría decir que es un niño que ha aprendido a defenderse por sí mismo, a sobrevivir y a dominar el ambiente de la vida real, no solo el del juego. La realidad es su territorio y lo domina.

¿Qué ocurre en el caso de los animales? Dominan su territorio y no permiten a ningún animal entrar en él. Si entra alguno, lo expulsan y si no se va, lo matan. Del mismo modo, el adulto defiende con uñas y dientes su territorio: la libertad. Ni el adulto pide explicaciones a los demás sobre qué hacen o dejan de hacer, ni permite que se las pidan, porque siente que atentan contra su libertad. El adulto no quiere a nadie a sus pies, ni a nadie que le diga lo que tiene que hacer, porque eso limita su libertad. ¿Por qué de este modo tan absoluto? Porque como le ha ocurrido a Sansa a lo largo de los duros años que le ha tocado vivir, ha adquirido una seguridad absoluta en sí misma y no necesita a nadie para sobrevivir. Como Tarzán abandonado por sus padres en la selva, ha aprendido a sobrevivir, a soportar todo tipo de malestar, a prescindir de todo lo que le faltaba, a no depender de nadie. Ha dejado de tener miedos imaginarios y solo afronta las dificultades reales que aparecen en su vida. Ni se pierde en expectativas de futuro ni rechaza la realidad, la acepta tal como viene y se adapta a ella.

Sansa, la adulta, sabe que nadie puede proteger a nadie. Es tarea de cada uno madurar y aprender a cuidarse y a protegerse.

Lección 152

Daenerys (a Theon y Yara Greyjoy):

—Vamos a dejar el mundo mejor de lo que nos lo encontramos.

Daenerys y los hermanos Greyjoy acuerdan una alianza de colaboración para, al contrario de lo que hicieron sus respectivos padres, dejar un mundo mejor de lo que lo encontraron.

Fue Robert Baden-Powell, fundador del movimiento *scout*, el que acuñó la frase: «Dejen el mundo mejor de lo que lo encontraron». Daenerys y sus aliados tienen la misma intención y piensan hacerlo liberando pueblos de la esclavitud y acabando con la tiranía. A nosotros nos quedan más a mano los principios del movimiento *scout* para dejar un mundo mejor.

Robert Baden-Powell escribió la siguiente carta poco antes de morir en la que transmitió los principios del movimiento *scout* y sus consejos para mejorar este mundo:

«He tenido una vida muy dichosa, y deseo que todos ustedes tengan también vidas muy dichosas.

»Estoy convencido de que Dios nos ha puesto en este mundo maravilloso para que seamos felices y gocemos de la vida.

»Pero la felicidad no proviene simplemente de la riqueza ni de tener éxito en la carrera ni dándose un gusto a sí mismo. Un paso hacia la felicidad es hacerse uno sano y fuerte cuando niño, para poder ser útil y así poder gozar de la vida cuando se es hombre.

»El estudio de la naturaleza les enseñará cómo Dios ha llenado de cosas bellas y maravillosas este mundo para que lo puedan gozar.

»Estén satisfechos con lo que les haya tocado y saquen de ello el mejor partido que puedan. Veán siempre el lado bueno de las cosas y no el malo.

»Pero la verdadera manera de obtener la felicidad es haciendo felices a los demás. Traten de dejar este mundo en mejores condiciones de como lo encontraron; de esta manera, cuando les llegue la hora de morir, podrán hacerlo felices porque, por lo menos, no perdieron el tiempo e hicieron cuanto les fue posible por hacer el bien.

»“Estén Listos” en esta forma para gozar de una vida dichosa y morir dichosos: aférrense a su Promesa *Scout* siempre, aun cuando hayan dejado de ser muchachos. Que Dios los ayude a hacerlo así.»

El propósito de este movimiento es contribuir al desarrollo integral y la educación permanente de sus miembros, desarrollando todas las dimensiones de la personalidad de los jóvenes por ser el futuro de la sociedad: desarrollo corporal, afectivo, del carácter, creativo, espiritual y social. La educación permanente se entiende como un proceso que tiene lugar durante toda la vida, en todas las facetas de la persona y abierto a todos, de manera pluralista.

En consecuencia, como no se puede construir una personalidad a medias, otro principio es el de que el *scout* no hace nada a medias, lo que busca que los jóvenes hagan las cosas del mejor modo posible, que den lo mejor de sí mismos, señal de que en personas así se puede confiar.

La actitud coherente de los *scout* al alinear pensamientos, palabras y acciones con sus principios de pureza, respeto y responsabilidad, se materializa a través de sus acciones de cuidado y protección del entorno y la naturaleza.

Podría seguir detallando los principios *scout* u otros igualmente valiosos para dejar un mundo mejor, si bien, sean cuales sean los que adoptemos, si nuestras acciones son altruistas y buscan no solo nuestro bien, sino el de nuestro entorno y el de nuestro prójimo, a buen seguro habremos alcanzado el objetivo de Daenerys y de Baden-Powell.

Lección 153

.....

Daenerys:

—He dicho adiós a un hombre que me ama, un hombre al que creía querer y no he sentido nada. Solo impaciencia por continuar.

Tyrion Lannister:

—No fue el primero que os amó, ni tampoco será el último.

Daenerys termina su relación con Daario Naharis alegando que no le conviene llevarle como amante en su próximo viaje a Poniente. Tras cortar con él, le comunica a Tyrion que no se ha sentido especialmente afectada porque su deseo es partir hacia Poniente para continuar con su propósito de coronarse reina de Los Siete Reinos.

Daenerys siente desde niña que su misión es recuperar el Trono de Hierro que le fue arrebatado a su familia. Ha consagrado toda su vida a ello, soportando todo tipo de dificultades y contratiempos. A pesar de que Daario Naharis la quiere y es leal a su causa, sabe que por encima de su relación está la misión a la que se ha encomendado. Afortunadamente, para la causa que defiende y su propósito, Daenerys no ha vivido su relación con Daario con apego.

Apegarse a algo o a alguien es lo más parecido a engancharse a una droga; es sentir que esa persona es imprescindible para ser feliz, lo que conduce inevitablemente a la infelicidad; es convertirse en dependiente emocional, perder el control sobre uno mismo e hipotecarse por una falsa sensación de seguridad. No tiene sentido aferrarse a una relación, cuando, además, nada dura eternamente, como le recuerda Tyrion a la reina.

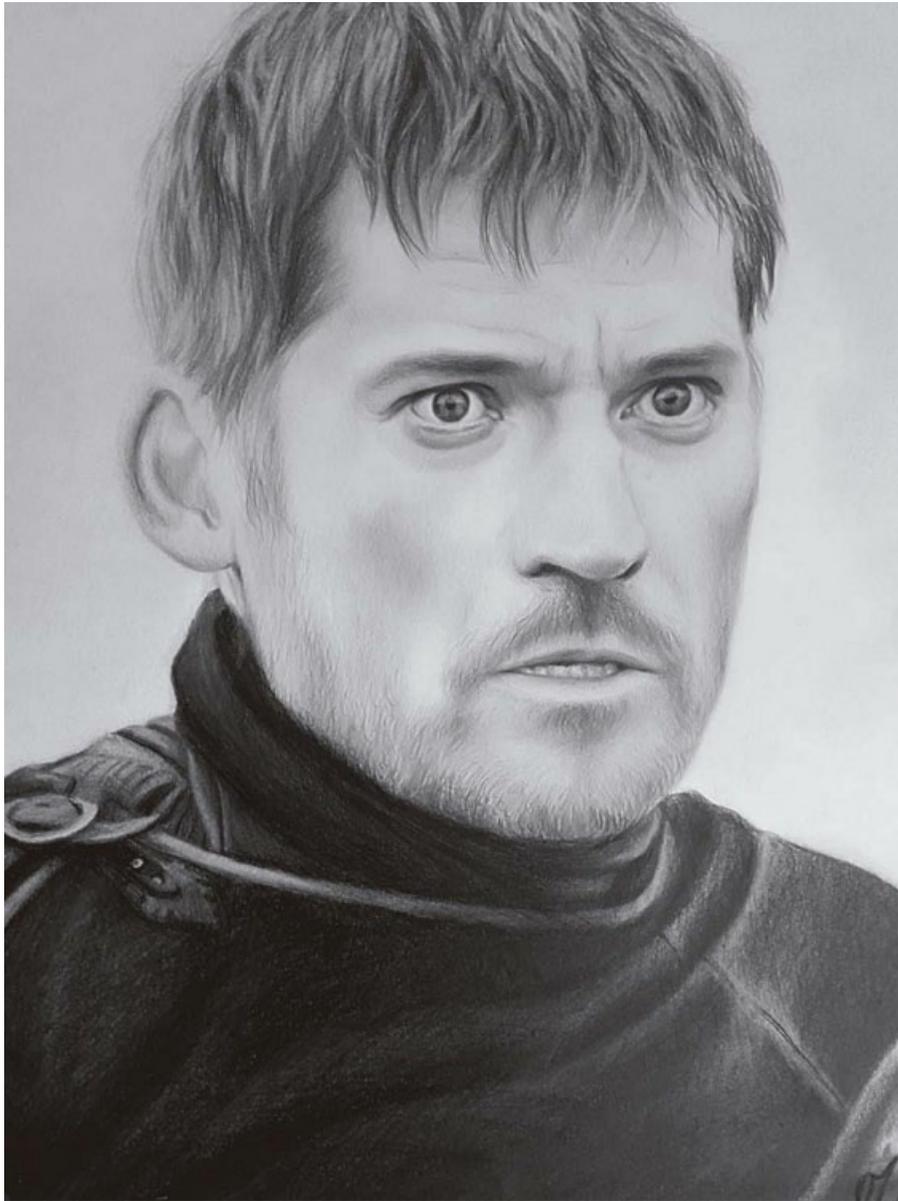
Quien se obsesiona con una persona tendría que revisar sus creencias, dado que el apego se suele basar en la idea de que la relación tiene que ser permanente, es el medio para conseguir la felicidad y da seguridad total y sentido a la vida. Con esas ideas, llegada una ruptura, la persona que piensa así se hunde en la miseria, lo que muestra a su vez el vacío interior y la inmadurez necesarios para que se diera una relación de este tipo.

En las relaciones en las que se da este apego perjudicial, la persona que lo sufre pierde la dignidad, el respeto, la libertad y la paz, al tener el temor constante de perder lo que deseas.

Una señal de que se está cayendo o se ha caído en una relación de dependencia es cuando la necesidad pasa a ser la protagonista, con la consiguiente pérdida de control sobre nuestros actos y la relación, porque si no podemos renunciar a lo que tanto sentimos que necesitamos, perdemos

nuestra autonomía y estamos a merced de la persona a la que estamos enganchados. Si necesitamos algo y no lo tenemos, automáticamente nos sentimos vacíos, lo que nos da pánico. Preferimos lo malo conocido a lo bueno por conocer.

Quien, como Daenerys, ha vivido su relación de forma sana, madura y desapegada, la ha disfrutado, se ha sentido feliz y dichoso, pero si la relación termina, puede seguir adelante y continuar su vida con plenitud.







7.^a TEMPORADA

CAPÍTULO

1

Lección 154

Walder Frey (a los miembros de su casa):

—Deja vivo a un lobo y las ovejas nunca estarán a salvo.

Walder Frey celebra un banquete con los miembros de su casa en el que invita a todos a vino antes de pronunciar un discurso. En su alegato, recuerda cómo masacraron a los Stark en la boda Roja, aunque les advierte que cometieron el error de no haber acabado con todos ellos. En realidad, quien pronuncia esas palabras es Arya, que tras matar al patriarca de los Frey, se caracteriza con su rostro, como aprendió durante su estancia en la Casa de Negro y Blanco, y envenena a los confiados miembros de la Casa Frey. De esa manera consume su venganza por el asesinato de su hermano Robb y su madre Catelyn.

La masacre que sufrió la Casa Stark a manos de los Frey en la boda Roja los dejó muy debilitados, aunque como les recuerda Arya, fue un error no acabar con todos los miembros. A lo largo de la historia, los líderes más destacados han sabido que tenían que acabar por completo con sus enemigos más temibles; dejar supervivientes conllevaba su recuperación y la venganza. Así lo contaba el filósofo indio Kautilya: «Los restos de un enemigo pueden hacerse activos, como los de la enfermedad o el fuego. Por tanto, deben ser exterminados por completo... Uno nunca debe ignorar a un enemigo porque sepa que es débil. Se hace peligroso en un momento, como la chispa del fuego en un pajar».

Intentar simpatizar con el enemigo por piedad o con la esperanza de reconciliarnos es un error. Al haberlos vencido, su temor, su odio y su resentimiento buscarán devolvernos el golpe recibido. Para obtener la victoria final, hay que ser implacable, como dijo Napoleón.

Hay infinidad de casos en que se dejó recuperar a los enemigos por indulgencia o compasión y volvieron para acabar con el vencedor piadoso. *El arte de la guerra* de Sun-Tzu lo establece como un principio básico de la estrategia «Aplastar al enemigo». Nuestros enemigos desean eliminarnos. Si se muestran amigables es porque los hemos vencido y tratan de ganar tiempo. Si no los vencemos definitivamente, esperarán su momento para desquitarse. Un sacerdote le

preguntó al general Narváez: «¿Perdona su excelencia a sus enemigos?». A lo que este respondió: «No tengo que perdonarlos, les hice fusilar a todos». Por lo tanto, la solución es no tener piedad. Si no acabamos con ellos, ellos acabarán con nosotros.

Este principio estratégico se remonta a la Biblia, cuando nos cuenta cómo Moisés abrió el mar Rojo para que pasaran los judíos y lo cerró cuando lo atravesaban para acabar con todos ellos. También lo llevó a cabo cuando volvió del monte Sinaí con los Diez Mandamientos y encontró a miembros de su pueblo adorando al becerro de oro: ordenó la ejecución de todos los blasfemos. Incluso antes de morir, les dijo a los suyos que cuando hubieran derrotado a las tribus de Canaán debían destruirlas por completo, no hacer ningún pacto y no mostrar piedad.

El filósofo Carl von Clausewitz al analizar las campañas de Napoleón escribió: «Una vez que se obtiene una gran victoria, no debe hablarse de descanso, de espacio para respirar, sino solo de persecución, de ir tras el enemigo, de tomar su capital, atacar sus reservas y cualquier cosa que pueda dar apoyo y comodidad a su país». Tras la guerra, llegaba el tiempo de la negociación y se podía perder en ella lo que se había ganado en la guerra.

En el ámbito de la vida cotidiana se dan también rivalidades y luchas de poder encarnizadas. En este caso, la opción es debilitar al enemigo al máximo y perderlo de vista lo más rápido posible.

Si se aplasta a una serpiente venenosa con el pie, pero no se la mata, se revolverá para morder a quien la pisa con el doble de veneno. Así actuó Arya Stark con los despiadados, pero confiados, Frey.

Lección 155

.....

Euron Greyjoy (a Cersei Lannister):

—El camino más seguro al corazón de una mujer es un regalo, uno sin precio.

Euron Greyjoy comparece ante Cersei en el Salón del Trono para ofrecerle una alianza, que ella declina por no considerarlo de fiar. Euron le promete un regalo para ganarse la confianza y el favor de la reina.

Aparte de buscar una alianza con los Lannister, Euron Greyjoy anhela seducir a la reina Cersei, por eso le promete un regalo. A todos, no solo a las mujeres, nos gusta que nos hagan regalos, tanto en la fase de cortejo y conquista, como una vez establecida la relación.

Euron piensa en hacerle un regalo tan valioso que no tenga precio para Cersei. En el caso de cualquiera de nosotros, no necesitamos algo tan exagerado. Lo que verdaderamente no tiene precio es sentirnos considerados y tenidos en cuenta por nuestra pareja, amigos y familiares, por lo que recibir un regalo, más si es inesperado, siempre es bien recibido. Ni siquiera es necesario gastar dinero; se pueden regalar flores del campo recogidas personalmente, un poema que hayamos compuesto, un dibujo... Por algo se dice que los pequeños regalos mantienen las grandes amistades.

Hay muchísimas posibilidades a la hora de regalar, en cualquier caso, lo importante es demostrar a la otra persona que se piensa en ella y que el regalo es una muestra de ese interés y cariño. Al mismo tiempo, al regalar nos hacemos presentes en la vida y el recuerdo de la persona, nos proyectamos de algún modo en aquello que regalamos. Así el regalo habla también de cómo somos nosotros. Las personas egocéntricas y narcisistas regalarán algo poco corriente, dado que como ellos se sienten únicos, querrán hacer sentir igual a la persona a la que obsequian. Si la persona que regala es sencilla, se centrará en transmitir cariño en el regalo como podría ser algo hecho a mano. Las personas descuidadas suelen regalar lo primero que encuentran, sin pararse a pensar si eso le gustaría a la otra persona. Los perfeccionistas cuidan hasta el último detalle y los aventureros ofrecen regalos activos como viajes, cenas o *spas*.

No se trata de crear una rutina de regalar por regalar, sin poner intención y sentimiento en lo que se regala, porque si se convierte en un hábito sin sentimiento, pierde valor.

Si de todos modos no sabemos qué regalar, regalemos nuestro amor a diario. Es el regalo impagable que a buen seguro llegará al corazón de la persona a la que se lo ofrezcamos.

CAPÍTULO

2

Lección 156

.....

Varys (a Daenerys):

—La incompetencia no debe recompensarse con lealtad ciega.

Daenerys reprocha a Varys que hubiera sido desleal a su padre, Aerys Targaryen, el rey Loco, conspirando contra él a favor de Robert Baratheon.

Aunque Daenerys desconfía de Varys por haber apoyado a Robert Baratheon cuando estaba al servicio de su padre, el rey Loco, no se da cuenta de que lo más importante para el consejero es el bien del reino, no la lealtad por la lealtad, por mucho que fuera su padre el traicionado.

Para Varys, no hay amistad que esté por encima del servicio al reino. Las amistades y los compromisos personales son perjudiciales para un buen número de propósitos, puesto que capacidad y competencia no siempre se dan en los amigos a los que se confía una tarea. Además, estos suelen aprovecharse de la amistad para privilegiar sus intereses personales por encima de los generales.

En las relaciones laborales se trata de trabajar, no de hacer amigos, por lo que contratar a un amigo conlleva el riesgo de que no esté a la altura de lo que se espera de él y se perjudique la relación laboral y afectiva, creando situaciones comprometidas e incómodas innecesariamente.

En el mundo profesional, hay que evaluar quién es la persona más capaz para desempeñar un puesto, no quién es el mejor amigo. Merece más la pena conservar a los amigos para las relaciones de amistad y trabajar con los más capaces y competentes.

Al trabajar con amigos se confunden los límites y se traspasan líneas que no se deberían cruzar en el ámbito laboral. Solo si ambas partes son conscientes de los riesgos que conlleva la relación, la amistad y la relación laboral pueden ir de la mano y llegar a buen puerto, aunque estando siempre atento y vigilante, porque los roces y asperezas pueden darse con facilidad.

Lección 157

.....

Olenna Tyrell (a Daenerys):

—Es un hombre listo vuestra Mano. He conocido a muchos hombres listos; sobreviví a todos ellos. ¿Sabéis por qué? No les hice caso. Los señores de Poniente son ovejas. ¿Sois una oveja? No, sois un dragón. Sed un dragón.

De cara a la guerra que se está preparando entre Daenerys y Cersei, Olenna le recomienda a la Madre de Dragones que no actúe de acuerdo con los consejos de Tyrion, su Mano, sino según su naturaleza y criterio.

Daenerys ha acertado eligiendo a Tyrion como Mano. No obstante, a pesar de que sus consejos son inteligentes y están llenos de sentido, la persona que pretende ser líder debe coger el toro por los cuernos en las situaciones comprometidas que solo puede sacar adelante quien atesora la capacidad y personalidad necesarias para conducir con éxito a su grupo.

Para ello, por bien aconsejada y asesorada que esté Daenerys, tiene que «olvidarse» de los demás, ser ella misma con sus singularidades, manifestando su esencia, siendo auténtica. Si tomara sus decisiones con miedo a equivocarse o pidiendo continuamente consejo y aprobación demostraría una baja valoración de sí misma, lo que asimismo le haría perder valor de cara a su entorno. No se puede llegar a la esencia de los demás si se trata de ser otra persona diferente a la que se es por temor a ser rechazada y perder la aprobación de los demás. Solo deja huella quien es auténtico, fiel a sí mismo y a sus convicciones. Al ser auténtico se cuenta con que no se va a gustar a todo el mundo, pero siempre es mejor eso que tratar de gustar a todos y resultar indiferente. A nadie le gustan las imitaciones, siempre preferimos el original.

Ser auténtico también significa no seguir la corriente, tener el valor de no abrazar modas, tendencias, gustos, porque todo el mundo lo hace; sin embargo, no podemos aislarnos del entorno por mucha personalidad que tengamos. En la adaptación social al medio siempre hay una cuota de enmascaramiento de nuestra personalidad; como decía el escritor y filósofo Emerson: «Todo hombre es sincero a solas; en cuanto aparece una segunda persona empieza la hipocresía». El reto consiste en no traicionar nuestra esencia, sin aislarnos y al mismo tiempo sin ser anulados por la masa.

Vivir sin miedo nuestra autenticidad es una de las claves para alcanzar el éxito. En palabras de Baltasar Gracián: «Cualquiera hubiera triunfado de haber descubierto su mejor cualidad». No se puede ser feliz y liderar siendo otro.

CAPÍTULO

3

Lección 158

.....

Daenerys (a Jon Nieve):

—Muchos hombres trataron de matarme. No recuerdo los nombres. Me han vendido como si fuera una yegua, me han encadenado y traicionado, violado y deshonrado. ¿Sabéis lo que me hizo soportarlo a lo largo de tantos años de exilio? La fe. No en ningún dios, ni en mitos, ni leyendas. En mí misma. En Daenerys Targaryen.

Daenerys le cuenta a Jon Nieve todas las adversidades que ha vivido desde que nació y fue perseguida por orden de Robert Baratheon, así como las penalidades posteriores que no han impedido que haya acumulado un gran poder, gracias a la fe en sí misma y en que su destino es reinar sobre Los Siete Reinos.

Hay muchas definiciones de la fe; la que prefiero es la que la explica como creer en lo que no se ve. Daenerys era una niña cuando tuvo que huir de Poniente, cuando su hermano la obligó a casarse con Khal Drogo para conseguir el ejército de los Dothraki. Su vida estuvo en riesgo en muchas ocasiones, siendo maltratada, despreciada... Lo que la mantuvo con vida y la hizo seguir adelante, atesorando cada vez más poder, fue la fe en sí misma, en creer que algún día reinaría en Los Siete Reinos.

Nada realmente valioso se consigue de un día para otro, por eso la paciencia acompaña a la fe. Mantener con determinación los objetivos y luchar por ellos son una demostración práctica de fe, porque tarde o temprano los resultados llegarán.

Resignarse y abandonar la confianza en uno mismo supone perder la fe. Daenerys asumió los peores momentos y experiencias que le tocó vivir como parte del proceso de alcanzar el poder en Los Siete Reinos. Su trabajo más meritorio y duro fue no desistir cuando todo parecía el fin, no tirar la toalla, no rendirse.

Decía Bertrand Russell que gran parte de las dificultades que atraviesa este mundo se deben a que los ignorantes están completamente seguros y los inteligentes llenos de dudas. Debemos ir a por nuestros objetivos llenos de fe en nosotros, porque otros menos capaces e inteligentes los

alcanzan por la seguridad aplastante que tienen en ellos mismos.

Nuestros límites son la mayor parte de las veces mentales, por eso si creemos por encima de todo en nosotros y en que conseguiremos lo que nos proponemos, nuestra fe moverá montañas o como dijo Jean Cocteau: «Lo consiguieron porque no sabían que era imposible». La causa de gran número de fracasos es la creencia en que no se podían alcanzar los objetivos, la falta de convicción en que se podían lograr.

En el camino de la fe no entra lo racional ni lo razonable, ser razonables solo nos conduce a lo conocido, a nada realmente extraordinario. Si somos valientes y vamos con determinación hacia nuestras metas, la vida nos apoyará de una forma u otra, se darán las circunstancias necesarias para colaborar en nuestro propósito, aunque nadie nos pueda garantizar los resultados que deseamos. Nuestros pensamientos y creencias más fuertes actúan como imanes, atraen las circunstancias acordes con ellos. Paulo Coelho lo dice en su novela *El Alquimista*: «Cuando deseas algo de verdad, el universo conspira para que se haga realidad». Las sincronicidades que se dan a nuestro favor no son casualidades, sino más bien la muestra de que la vida colabora con los intrépidos que siguen con certeza lo que aún no han visto con sus ojos físicos, pero sí con los ojos del alma.

La actitud basada en el convencimiento de que puedo conseguir mis sueños, el esfuerzo y el compromiso necesario con ellos, la paciencia necesaria para que todo llegue a su momento y la fe inquebrantable, hacen que cualquier propósito sea posible.

Nuestro subconsciente no responde a lo que le digamos con nuestras palabras, sino a lo que siente como verdadero, aunque no lo vea aún materializado, por lo que hay que creer en lo que se quiere para lograrlo; en caso contrario, nuestro subconsciente nos saboteará y no tendremos lo que deseamos.

No se trata tanto de ver para creer como dijo santo Tomás, sino de creer para ver, porque los milagros son la manifestación material de la fe, la que hemos de conservar aunque los demás no crean en nosotros, tal como dijo la tenista Venus Williams: «Tienes que creer en ti cuando nadie lo hace. Eso es lo que te convierte en un ganador».

Lección 159

Tyrion Lannister (a Jon Nieve):

—La mente humana no está hecha para problemas tan grandes: Caminantes Blancos, el Rey de la Noche, el Ejército de los Muertos... es casi un alivio afrontar a un monstruo conocido y cómodo como mi hermana.

Aunque Tyrion no ha visto con sus propios ojos los peligros de los que le habla Jon, le cree, si bien le advierte de que no es fácil que le crea el resto, ya que están acostumbrados a enfrentarse a enemigos conocidos.

Dice el refrán: «Más vale lo malo conocido que lo bueno —o lo malo, en este caso— por conocer». Cabe preguntarse si la fuerza del hábito y la costumbre nos permitirían ver, reconocer o conocer lo bueno. Cuando estamos acostumbrados a algo, puede ocurrirnos que no seamos capaces de distinguir los cambios, puesto que la mente crea unos patrones de pensamiento y no percibimos lo que se sale de ellos.

Ha quedado acreditado por la Programación Neurolingüística que lo que vemos no es la realidad, sino una representación de esta. El cerebro fabrica nuestra realidad. Por eso, ante una misma imagen, varias personas la perciben de modo diferente. El cerebro suprime, modifica o añade detalles respecto a la información que recibe. A modo de ejemplo, si mantenemos una conversación en un ambiente ruidoso, ignoramos los sonidos que no nos interesan y nos concentramos en lo que nos interesa escuchar.

Según cuentan las crónicas de la primera vuelta al mundo que comenzó Magallanes y terminó Juan Sebastián Elcano, cuando sus barcos llegaron a las costas de Sudamérica, los nativos no veían las enormes embarcaciones y sí los pequeños botes con los que los españoles llegaban a las playas. Las enormes carabelas no entraban dentro de los patrones de pensamiento de los indígenas, por lo que no podían ver esa realidad, lo que no ocurría con los botes, mucho más parecidos en tamaño y forma a sus canoas.

Este comportamiento de nuestro cerebro explicaría que la mente de los habitantes de Los Siete Reinos no dé crédito a que puedan existir peligros más propios de la fantasía y prefieran seguir creyendo en los conocidos y habituales, como es la perversa Cersei.

Lección 160

.....
Tyrion Lannister (a Jon Nieve):

—Los hijos no son sus padres, por suerte para todos.

Jon se arrepiente de haber dejado el Norte para reunirse con Daenerys, porque teme quedar prisionero en Rocadragón por no aceptar ser súbdito de ella. Recuerda los consejos que le dieron en Invernalía para no acudir a la convocatoria de la reina y el final desgraciado de los Stark cuando salieron de su reino. Tyrion trata de tranquilizarlo sobre las intenciones de Daenerys.

Aerys Targaryen, padre de Daenerys, conocido como el rey Loco, pasó a la posteridad por su sadismo y crueldad, en cambio, su hija trata de recuperar el Trono de Hierro escuchando a su pueblo, liberando a los oprimidos y siendo justa. Tywin Lannister, padre de Tyrion, era frío, severo, insensible, mientras que su hijo Tyrion es empático, comprensivo, sensato.

Afortunada o desgraciadamente, los hijos no se parecen siempre a sus progenitores... y viceversa. A lo largo de la historia son numerosos los ejemplos en los que el nepotismo ha provocado que hijos incapaces no estuvieran a la altura de la categoría de sus padres y del legado

que heredaron. El virtuoso emperador Marco Aurelio escribió sus *Meditaciones*, un verdadero libro de autoayuda de utilidad atemporal, puesto que la naturaleza humana no cambia a pesar del paso de los siglos. En su obra, Marco Aurelio agradece a su familia y amigos lo que le han enseñado: «De mi abuelo, una buena moral; de mi padre, la modestia; de mi madre, la piedad; de mi maestro, trabajar con ahínco...». No menciona las cosas desagradables que le tocó vivir de otras personas que tuvo alrededor, como los quebraderos de cabeza que le dio su hijo Cómodo. Este, vago redomado, se entregó a una vida de lujos y lujuria, prefirió pasar su tiempo viendo las luchas de gladiadores en el Coliseo o participando en orgías, que gobernando. Su desinterés por el gobierno del imperio hizo que entrara en una época de descontrol y decadencia.

Cada persona es única, por mucho que sea hija de un genio. Las circunstancias son determinantes a la hora de forjar una personalidad; la vida que tuvieron que llevar los padres poco tiene que ver con la de sus hijos, lo que en la mayor parte determina que las cualidades y destrezas de unos y otros sean diferentes.

Si a pesar de todo se aspira a que los hijos sucedan a los padres en negocios y cargos de responsabilidad, se tendrá que tomar la decisión de darles el relevo pensando con la objetividad de la cabeza y no con la subjetividad del corazón.

Lección 161

.....

Tyrion Lannister (a Daenerys):

—Jamás se debe creer algo solo por querer creerlo.

Daenerys le pregunta a Tyrion si cree que existen los Caminantes Blancos, el Ejército de los Muertos, el Rey de la Noche, a lo que responde que le encantaría creer que no existen tales seres, pero la confianza que tiene en la sinceridad de Jon Nieve le hace pensar que dice la verdad.

Daenerys (a Jon Nieve):

—Se creía que los dragones se habían extinguido, pero aquí están.

Tal vez debemos examinar todo cuanto creemos saber.

Tras la conversación con Tyrion en la que intenta convencerla de que Jon Nieve no miente cuando habla del peligro que les amenaza a todos desde el Norte, Daenerys se muestra más abierta a cambiar sus creencias acerca de lo que les transmite Jon.

Nuestras creencias no son afirmaciones demostrables y, a pesar de eso, rigen nuestras vidas. Que no sean demostrables no quiere decir que no sean ciertas. Aun no pudiendo comprobarlas, las defendemos con uñas y dientes, incluso intentando imponerlas a la fuerza, como si de verdades absolutas se tratara.

Ya sean nuestras creencias individuales o colectivas, pueden ser beneficiosas o perjudiciales. Son como los programas que tiene instalado un ordenador que compramos con el *software* ya instalado, las tenemos sin haber reflexionado sobre ellas.

Igual que les ocurre a Tyrion y a Daenerys, nos conviene reflexionar sobre las creencias que llevamos adheridas, si son positivas o negativas, si conviene mantenerlas o cambiarlas, si las debemos compartir con los demás, para nuestra evolución y desarrollo personal y colectivo. Las limitantes nos bloquean, no nos permiten realizar acciones sencillas, mientras que las potenciadoras nos llevan a alcanzar los retos más difíciles.

Las creencias obvian los argumentos lógicos y las comprobaciones empíricas; las asimilamos sin cuestionarlas, sin analizarlas ni reflexionar sobre ellas. A veces nos las ha impuesto la familia, cultura, religión, nuestra propia experiencia, alguien influyente para nosotros, pero otras son de nuevo cuño y nos llegan a través de los medios de comunicación e internet.

Nos gusten o no, dan sentido a nuestras vidas, influyen decisivamente en nuestra identidad individual y colectiva. No podemos vivir sin ellas, aunque a veces lleven a enfrentarnos y desencadenar violencia, si se asumen ciegamente o se tratan de imponer a los demás.

Como Tyrion y Daenerys, hemos de revisar nuestras creencias para evitar que nos arrastren como si fueran corrientes. Tener una actitud escéptica sirve para comprender también las de los otros y darnos cuenta de que no vale la pena tratar de imponerlas como si nos fuera la vida en ello, porque puede que no sean ciertas. Examinarlas nos permite tener un conocimiento más real de nosotros mismos y nuestro entorno y ser más libres, al estar menos encadenados a convicciones poco fundadas.

Nuestra forma de expresarnos nos da una pista valiosísima acerca de las creencias que nos mueven. Decir «me temo que...» denota miedo; «confío en que...» o «tengo fe en que...», confianza, etc. Si decimos «todo me sale mal», realizamos una generalización que no es cierta, así como las afirmaciones del tipo «soy un inútil», cuando solamente ocurre que no somos demasiado habilidosos en una determinada disciplina.

Si queremos cambiar una creencia, tendremos que repetir hasta la saciedad afirmaciones de la nueva creencia que queramos adoptar para reprogramar nuestro cerebro, así como entrenarla a través de comportamientos y un lenguaje acordes a la misma.

Modificarlas requiere tiempo, paciencia y constancia, aunque merece la pena hacerlo si no nos convienen, porque unas nuevas más adecuadas para nosotros pueden cambiarnos la vida por completo.

Lección 162

Petyr Baelish (a Sansa Stark):

—Librad cada batalla, siempre, donde sea, en la mente. Todo el mundo es enemigo, todo el mundo es amigo y es posible que una serie de sucesos puedan ocurrir a la vez. Vivid así y nada os sorprenderá. Todo cuanto acontezca será algo que ya hayáis visto.

Ante la amenaza del Ejército de los Muertos más allá del Muro y el peligro que supone Cersei en el Sur, Baelish le recomienda a Sansa que viva los conflictos y sus diferentes posibilidades de desarrollo en su mente para así estar preparada y entrenada para todo lo que pueda suceder.

Tyrion Lannister (a Daenerys):

—Debéis poner os en la piel del enemigo si queréis ver las cosas como él y debéis ver las cosas como él si queréis anticiparos a sus acciones, responder eficazmente y derrotarlo. [7.^a Temporada, capítulo 6.]

Tyrion aconseja a Daenerys que trate de ponerse en la piel de su hermana Cersei si quiere tomar las decisiones adecuadas para derrotarla.

Tendemos a pensar que los demás piensan y ven el mundo como nosotros, lo que nos lleva a sorprendernos cuando en lugar de actuar como esperamos que actúen, lo hacen como ellos quieren.

Si como aconseja Baelish no queremos llevarnos sorpresas, hemos de tener en cuenta la teoría de la mente, formulada por los psicólogos Premack y Woodruff, que nos dice que podemos tener la habilidad de comprender y predecir la conducta de las otras personas, sus conocimientos, intenciones, emociones y creencias. Así, imaginamos lo que piensan los otros en función de la información que tenemos de ellos, al ser conscientes de que nuestra mente es diferente a la de los demás, gracias a que nuestro cerebro es una máquina predictiva que busca reducir la incertidumbre del entorno.

Todos tenemos en mayor o menor medida esta capacidad de ponernos en el lugar de otros, pensando, sintiendo y viendo la vida desde su punto de vista. Esta facultad, que empezamos a desarrollar con tres o cuatro años, nos sirve para relacionarnos socialmente y hacer amistades, en otros casos sirve para motivar y liderar. Pese a todos sus usos positivos, cuando se sabe entrar en la mente de alguien, también se puede averiguar cómo hacerle daño, lo que suele hacer Baelish.

Un buen uso de la teoría de la mente nos acerca a los demás, siendo conscientes de que cada uno tiene sus ideas, emociones, necesidades vitales... Sin ir más lejos, cuando hacemos un regalo y le gusta al otro es porque lo hemos comprado pensando en sus gustos, no en los nuestros. No la ponemos en práctica cuando nos sorprende que los demás no sean felices a la manera en que nosotros lo somos, con pensamientos del tipo: «¿Cómo podrá vivir en una gran ciudad con lo bien que se vive en el campo?». «Tener hijos es la experiencia más maravillosa de la vida, no sé cómo no lo entiende.» Etcétera.

Cuando somos capaces de entender y sentir a los demás, podemos establecer relaciones con respeto sin juzgar, porque cada uno tiene su propio mundo, que no tiene por qué ser igual al nuestro. Nadie puede imponer su visión de la vida al otro.

Llevado al mundo de la estrategia, Baelish actúa como un jugador de ajedrez que no solo tiene en cuenta sus deseos y motivaciones, sino también la del adversario que tiene enfrente. De ese modo, se anticipa a los comportamientos de los demás, sin que nada le sorprenda, algo que no le ocurrió a Ned Stark, que pensaba que todos actuaban movidos por sus mismos motivos. Cuando Baelish actuó dos veces a su favor, Ned pensó que siempre lo haría así, aunque Baelish le advirtió de que no debía fiarse de él y posteriormente lo traicionó.

Lección 163

.....

Tyrion Lannister (a Daenerys):

—Se enfrentarán al grueso de la fuerza de los Lannister. Estarán en desventaja, contarán con menos corazas y armas. Las huestes de mi hermana luchan por ella por miedo. Los Inmaculados lucharán por algo más grande, lucharán por la libertad y la persona que se la concedió. Lucharán por vos y por eso triunfarán.

Tyrion le anticipa a Daenerys cómo se desarrollará el asedio y la batalla para tomar Roca Casterly y por qué vencerán los Inmaculados a pesar de estar en desventaja.

Ante una batalla, es inevitable que en las tropas esté presente el temor, el encogimiento que provoca el miedo. Si a esa aprensión se le suma el desasosiego de servir a una reina que elimina a todo el que no considera leal a su causa, el resultado no puede ser otro que una merma en las capacidades necesarias para la lucha.

En el lado opuesto está el valor, que potencia la voluntad y hace reaccionar con firmeza ante el peligro. No es casualidad que la etimología de *coraje* venga de la palabra latina *cor* «corazón». Nos indica de dónde sale la fuerza que nos permite plantar cara al miedo y vencerlo. Esa audacia nos empuja hacia delante sin mirar atrás, de manera apasionada con la vista en el futuro.

El ejército de Daenerys lucha por una causa elevada como es la libertad, lo que une y canaliza sus fuerzas. Al mismo tiempo, tienen un enemigo que representa lo contrario a sus ideales, lo que da aún más sentido a su lucha. No tener un ideal por el que luchar o hacerlo solo por el interés material del dinero conduce a la derrota por falta de una motivación consistente.

Lección 164

.....

Jaime Lannister (a Olenna Tyrell):

—Siempre se aprende de los fracasos.

Jaime Lannister le cuenta a Olenna cómo aprendió de la derrota contra Robb Stark en el Bosque Susurrante para llevar esta vez su ejército a Alto Jardín y distraer a los Inmaculados en la toma de Roca Casterly.

Las experiencias han ido cambiando el carácter de Jaime Lannister, al principio altivo y arrogante, hasta conseguir de él que reconozca sus errores y aprenda de ellos. Admitir un error es un golpe para nuestro ego, por eso nos resistimos a aceptar que nos hemos equivocado y tratamos de disimularlo; no obstante, el mayor error es no reconocer que nos hemos equivocado.

El error y el fracaso son grandes maestros si tenemos la suficiente humildad para admitirlos y aprender la lección que traen consigo. No hacerlo es señal de testarudez y poca inteligencia, porque lleva a repetirlos de nuevo, como muestra la siguiente historia sufi:

En el curso de un viaje, mulá Nasrudín llega a un pueblo. Se detiene en la plaza frente a un puesto de frutas exóticas que le parecen muy apetitosas.

—Estas frutas tienen muy buena pinta. ¡Deme un kilo! —le dice al vendedor.

Se va muy contento con su compra. Unos metros más adelante, muerde una de las frutas encarnadas e inmediatamente siente un picor insoportable en la boca. Su cara enrojece, llora..., sin embargo, sigue comiendo. Un transeúnte que lo ha visto, le dice:

—Pero ¿qué hace usted?

—Como creí que estas frutas eran muy sabrosas, pensé que no me bastaría una sola y compré un kilo —responde Nasrudín.

—Lo entiendo, pero ¿por qué sigue comiéndoselas? Son guindillas muy picantes.

—No son las guindillas lo que estoy comiendo ahora —dice Nasrudín—, sino mi dinero.

A veces hacemos esfuerzos enormes para conseguir algo: una pareja, un trabajo, etc., y si nos equivocamos, insistimos, como Nasrudín comiendo sus guindillas. Estas representan el esfuerzo que hemos hecho y nuestra falta de humildad para reconocer nuestro error. Si queremos cambiar, hemos de ser humildes para admitir que nos hemos equivocado, dar carpetazo a la situación para cambiar y hacer las cosas de manera diferente.

Aunque tengamos miedo de equivocarnos, entre no hacer y hacer, siempre hay que elegir la acción, porque o bien acertaremos, o bien erraremos y en ese caso habremos adquirido experiencia para cambiar la forma de hacer las cosas la próxima vez. Solo no falla el que no se atreve a hacer las cosas, pero a cambio, tampoco aprende ni evoluciona. Atreverse es de valientes y no actuar por no fallar, de cobardes.

Decía Séneca que errar es humano, pero perseverar es diabólico. Equivocarse no es malo; cada error trae consigo una lección. El verdadero error es repetirlo una y otra vez, dado que no se aprende de la experiencia, sino cuando se reflexiona sobre ella.

Lección 165

Olenna Tyrell (a Jaime Lannister):

—Vuestra hermana ha hecho cosas que yo sería incapaz de imaginar. Ese fue mi mayor error, la falta de imaginación.

Aunque Olenna Tyrell ha hecho cosas inconfesables por la seguridad de su familia, reconoce que Cersei ha hecho cosas que a ella jamás se le hubieran ocurrido.

La imaginación es una facultad maravillosa... si sabe usarse bien. La creatividad y la imaginación van de la mano, porque todo lo que se crea, antes se ha imaginado, desde lo más sublime —obras de arte, poesía, novelas, películas, etc.— hasta lo más cotidiano, como una nueva receta de cocina. La imaginación da frutos maravillosos y bellos, pero como en el caso de Cersei,

también puede hacer daño y destruir. A Hitler, su imaginación malvada y enferma le llevó a intentar crear un mundo en el que no hubiera lugar para los débiles, ni para las razas y etnias que despreciaba, matando y destruyendo todo lo que consideraba que sobraba en su «mundo ideal».

Decía Albert Einstein que la imaginación es más importante que el conocimiento; el conocimiento es limitado, la imaginación lo abarca todo. Olenna Tyrell ha gestionado su conflicto con los Lannister desde el conocimiento, mientras que Cersei lo ha hecho desde la imaginación, porque es la vía para resolver los problemas que no se pueden solucionar desde lo conocido. Si un problema no se puede resolver con un remedio conocido, es necesario abordarlo con uno nuevo.

El conocimiento es solo una pequeña porción del saber, mientras que la imaginación es el medio por el que se accede a la fuente de la sabiduría. Los ojos de la imaginación ven lo que no podemos ver con nuestros ojos, por eso los niños, los artistas, las personas creativas, innovadoras, ven lo que los demás no vemos.

Lección 166

Jaime Lannister (a Olenna Tyrell):

—Cuando venzamos y no quede oposición alguna, cuando el pueblo viva en paz en el mundo que ella erigió, ¿de verdad creéis que les inquietará el modo de erigirlo?

Para Olenna Tyrell, Cersei es un monstruo, calificativo que Jaime no piensa que compartirá el pueblo cuando ganen la guerra y se consiga la paz.

A Jaime Lannister no le preocupa lo que el pueblo pueda pensar de Cersei, dado que la gente tiende a recordar el resultado final y no cómo se llegó a él.

El término «resultadismo» nació en el ámbito del deporte y sintetiza la búsqueda del resultado por encima de todas las cosas, la versión moderna de «el fin justifica los medios».

Si bien nadie puede ignorar la importancia del resultado, la obsesión por este puede provocar que no se respeten los tiempos de los procesos necesarios para obtenerlos.

No solo los equipos deportivos pecan de resultadismo; en el mundo empresarial también se da esta búsqueda del resultado sin tener en cuenta los medios para lograrlo, de ahí que esta obsesión se trate de compensar con la sostenibilidad y el cuidado de los procesos productivos y de los empleados.

En esta sociedad de lo inmediato en la que estamos, parece que el criterio para valorar lo que queremos se realiza desde preguntas del tipo: ¿y esto para qué sirve?, ¿qué sacaré con esto?, ¿cuánto me va a costar?, que menosprecian el proceso por el que hay que pasar para alcanzar lo que se desea.

Valorar excesivamente el resultado conduce a tener más en cuenta lo que se obtiene que lo que se es; si no consigues lo que buscas, no vales, independientemente de cómo seas.

Desperdiciamos la mayor parte de nuestra vida si la pasamos obcecados en la consecución de un resultado. Si lo logramos, inmediatamente estaremos pensando en el siguiente; si no, nos sentiremos decepcionados y frustrados.

Si todo se rige por el resultado, no se disfruta del viaje por el camino hacia este, el sabor de los matices del recorrido, porque como el burro que sigue la zanahoria, dejamos de ver lo que hay a los lados, ignorando que la vida se vive, no se persigue.

CAPÍTULO

4

Lección 167

Jon Nieve (a Daenerys):

—La gente que os sigue sabe que hicisteis posible lo que parecía imposible.

Daenerys le pide consejo a Jon Nieve sobre si debería atacar Desembarco del Rey y la Fortaleza Roja con sus dragones, lo que Jon desaprueba, ya que, si lo hiciera, actuaría con el mismo ánimo de destrucción que cualquiera de los gobernantes que han conocido y ella, hasta ese momento, se ha diferenciado de estos porque ha logrado cosas que ni siquiera estaban en la imaginación de sus súbditos.

Alcanzar el éxito depende en gran parte de las creencias que tengamos acerca de nuestras capacidades. Si tenemos creencias limitantes, estaremos mermando nuestras posibilidades, más aún si sumamos las creencias limitantes de nuestro entorno. Si no paramos de oír que no podremos conseguir lo que nos proponemos y nosotros mismos también estamos convencidos de ello, será imposible que logremos lo que queramos, al haber minimizado nuestros recursos. Es lo que ocurre en el mundo del circo, con el adiestramiento de elefantes. Cuando el animal acaba de nacer, se le ata la pata a un árbol. Como es demasiado pequeño, intenta soltarse, pero su falta de fuerza se lo impide. Después de varios intentos, desiste. Ya adulto, en el circo, cuando el domador ata la pata del animal a un taburete, el elefante permanece quieto y no intenta huir. Si quisiese, lo haría y se llevaría todo por delante, pero en su cerebro se produce una asociación entre la cuerda y la ausencia de escapatoria.

Debemos hacer oídos sordos a las voces que se oponen a que marchemos hacia nuestros sueños, dado que lo que les ocurrió a los demás no tiene por qué ser nuestra experiencia. Más acertado es lo que decía Henry Ford: «Tanto si piensas que puedes, como si piensas que no puedes, estás en lo cierto». Creer que no conseguiremos lo que queremos es poner la primera piedra para fracasar; del mismo modo, creer que sí lo conseguiremos es asentar los mejores cimientos para triunfar.

Es de ilusos pensar que a lo largo del camino no habrá dificultades, pero la actitud marca la diferencia, ya que hay que tomarlas como estímulos para continuar creciendo, no como sinónimos de fracaso seguro. Mejor decirse no lo he intentado todavía a es imposible.

El hecho de que la ignorancia sea atrevida es un factor a favor en este caso. Desconocer los problemas que podremos encontrarnos sirve para no frenarnos de inicio y no partir de un *a priori* de imposibilidad. ¿De qué sirve escuchar una retahíla de advertencias negativas si lo que se pudieron encontrar otros en el camino quizá nosotros nunca lo encontremos y de encontrarlo lo podamos resolver con menor dificultad?

Animar y depositar confianza en los demás y no ser severos con los errores es esencial para emprender un desafío con solidez. El talento es como un caracol, que con el miedo se esconde y con la confianza sale. Los complejos e inseguridades se desarrollan en ambientes llenos de miedo y represión, que terminan por anular a la persona y reducirla a su mínima expresión. Sin confianza los resultados son malos o en el mejor de los casos, mediocres, con confianza el talento se expande hasta el logro de resultados que, al materializarse, sorprenden incluso a su protagonista, que descubre que ha conseguido lo que en algún momento le pareció imposible.

Lección 168

.....

Missandei (a Jon Nieve):

—No es nuestra reina por ser hija de un rey que no conocimos, sino por ser elegida.

Missandei sigue a la reina Daenerys porque la liberó y respeta la libertad de sus súbditos de seguirla o no. Sus súbditos la siguen libremente y son ellos los que la han elegido para ser su reina.

El liderazgo y capacidad de influencia de Daenerys no se basa en ser la heredera de un rey, ni en la coacción a sus súbditos, sino en un fuerte carisma que atrae a todos los que la conocen.

¿Qué tiene Daenerys que hace de ella una líder tan carismática? En lo relativo a las emociones, no teme mostrarlas y compartirlas, al fin y al cabo todos los sentimos, lo que favorece el sentimiento de grupo. Es una mujer empática que se preocupa por el bien de sus súbditos y se interesa sinceramente por sus problemas, los escucha activamente, aunque tenga que recibir en audiencia a cientos de personas. Es expresiva y transmite lo que piensa y siente a través de sus gestos, reforzando así sus mensajes. Llama también la atención su elegancia, cómo transmite su personalidad a través de los vestidos que porta, una muestra más del cuidado de sí misma, autoestima y respeto hacia los demás. Su postura erguida, majestuosa, lo que en inglés se denomina *power posing*, refuerza su sensación de poder, al mismo tiempo que lo irradia.

Todo lo anterior no es una puesta en escena, dado que su convicción en sus propósitos es tal, que los transmite con energía sin esfuerzo, desde la autenticidad. Su confianza en sí misma la llena de coraje y entereza ante las dificultades. Es responsable y asume los riesgos y consecuencias de sus decisiones.

La visión clara de lo que desea conseguir crea un proyecto ilusionante que facilita que sus seguidores se comprometan fácilmente, mostrándose cercana a sus colaboradores, a los que estimula y moviliza.

Al gozar de autoridad personal, no necesita imponer su poder, ni hacer alarde de su jerarquía para que sus órdenes sean obedecidas y aceptadas por sus colaboradores.

Gracias a su capacidad de comunicación y oratoria, transmite su mensaje con claridad, hace un buen uso de su voz y se hace entender claramente a cualquier interlocutor, apoyándose en el contacto visual que refuerza el interés que demuestra. Por todo esto, convence y moviliza a las masas, lo que genera una adhesión inmediata a su causa.

Se implica en las tareas que emprende en primera línea con entusiasmo y apasionamiento, dando la cara por cada uno de sus seguidores y a pesar de que quiere cambiar el mundo, las victorias que va obteniendo demuestran que es posible, con lo que hace fácil lo difícil.

En definitiva, Daenerys demuestra que para ser líder hay que querer serlo —tener la actitud adecuada—, poder serlo —poseer las aptitudes, capacidades y habilidades necesarias—, y saber serlo poniendo en juego con éxito la voluntad y las destrezas.

CAPÍTULO

5

Lección 169

Sansa Stark (a Arya Stark):

—Seguro que cortar cabezas es muy satisfactorio, pero no es el modo de hacer que todo el mundo colabore.

Los señores del Norte le muestran a Sansa Stark su disconformidad por la ausencia de Jon Nieve, su arrepentimiento por haberle elegido rey y su disposición a apoyarla a ella como reina en el Norte. Arya le recrimina que no hiciera nada cuando insultaron a Jon y le propone que ejecute a los que no lo apoyen, lo que Sansa rechaza porque provocaría que las casas que les respaldan dejaran de hacerlo.

Arya trata de convencer a Sansa de que aprovechar el poder para ejercer la fuerza contra los que empiezan a mostrar su descontento contra Jon Nieve es un modo eficaz de sofocar cualquier revuelta de las casas que lo apoyan. Este método puede servir para acabar con algunas voces discordantes y conservar la unidad del grupo, aunque no por convicción, sino por miedo.

La postura de Arya se corresponde con la de «jefe», mientras que la de Sansa encaja con la de un «líder». Yendo al significado de ambos conceptos, el *Diccionario de la lengua española* define *jefe* como «superior o cabeza de una corporación, partido u oficio» y *líder* como «persona que dirige o conduce un partido político, un grupo social u otra colectividad». A la vista de uno y otro significado, no tiene especial mérito ser jefe, ya que cualquiera puede ser designado como tal y ser la cúspide de una jerarquía. Aspirar a liderar y dirigir un grupo es tarea mucho más compleja, si bien, en el caso de ocupar un cargo de relevancia, conviene serlo, más allá del nombre del cargo que se posea.

Un jefe percibe su autoridad como un privilegio, en cambio, para el líder la autoridad es un privilegio si es útil para el grupo que dirige. El jefe diría «yo mando aquí»; el líder, «yo puedo ser útil aquí».

La autoridad del jefe se basa en el cargo que ostenta, sin embargo, el líder gana la voluntad y simpatía de los miembros de su grupo, convenciendo con sus actos y siendo el primero en dar ejemplo. En el mejor de los casos, el jefe trata de hacerlo dando una retahíla de argumentos.

Al estilo de lo que propone Arya, el jefe amenaza e infunde temor; el líder potencia las capacidades de las personas a su cargo, les infunde confianza, transmite su entusiasmo, reconoce el buen trabajo de sus subordinados. Al jefe lo siguen por obediencia y porque no queda más remedio; al líder, por ser valorado y apreciado.

Cuando alguien comete un error, el jefe busca culpables, amenaza y castiga; el líder puede llegar a entender el error y busca ayudar a quien lo ha cometido y solucionar el problema.

A la hora de encargar una tarea, el jefe las ordena y supervisa, las convierte en una obligación; el líder motiva con su ejemplo, transmitiendo coherencia entre lo que piensa, dice y hace.

En cuanto a la cercanía, el jefe suele tratar de una forma despersonalizada a sus subordinados, considerándolos por la utilidad que le proporcionan; el líder se interesa sinceramente por sus colaboradores, respetándolos a nivel profesional y personal.

El jefe, como ejemplifica Arya en la escena, defiende con uñas y dientes su autoridad; el líder logra que su grupo se comprometa, aportando inspiración y sentido a la tarea que realiza.

Lección 170

Ser Davos (a Gendry):

—Vale más ser cobarde un minuto, que morir para los restos.

Gendry, el bastardo de Robert Baratheon, se presenta ante Jon Nieve y se ofrece para formar parte de sus hombres, aunque anteriormente tuviera que huir para sobrevivir.

La reflexión de Ser Davos se corresponde al refrán «soldado que huye sirve para otra batalla». Aunque algunos puedan tachar de cobarde a quien evita el conflicto, es más conveniente ser astuto y saber cuándo afrontarlo con garantías de éxito, que ir a una derrota segura solo por querer demostrar valentía.

En el ámbito militar, huir siempre se ha considerado deshonroso, pero ¿qué mejor alternativa puede haber cuando se está en inferioridad de condiciones? Retirarse garantiza sobrevivir y prepararse para afrontar la disputa en condiciones de poder vencerla.

En un ejemplo más cotidiano y menos belicoso, imaginemos a alguien muy activo que sufre un accidente que le obliga a guardar reposo. ¿Qué es lo más inteligente que puede hacer? ¿Forzarse a pesar de todo, agravar su lesión o recaer y alargar el tiempo de recuperación? Lo más adecuado sería aprovechar el tiempo para realizar otras actividades más pasivas e igualmente provechosas que en los períodos de actividad no puede realizar: leer, estudiar, reflexionar, planificar, llevar a cabo tareas pendientes que se van acumulando por falta de tiempo, etcétera. Una vez recuperado, las garantías de retomar las actividades con éxito son mayores y habrán aparecido nuevas oportunidades gracias a la preparación adquirida durante el reposo.

En el terreno político, algunos dirigentes ansían poder presentarse a unas elecciones para tratar de ganarlas, cuando saben que están perdidas de antemano. Antes de acometer una empresa de tal calibre, sería más inteligente prepararse, acumular experiencia en algún cargo menor,

consolidar su liderazgo en su partido, fortalecer su imagen...

Luchar en desventaja, inmolarse y morir con honor es más romántico que replegarse y esperar el momento oportuno para combatir, pero donde el romanticismo queda verdaderamente bien es en la poesía. Dar un paso atrás no es romántico, ni poesía; muchas veces es condición indispensable para la victoria futura.

Lección 171

Lord Beric Dondarrion:

—Aquí estamos todos, en el confín del mundo, en el mismo momento, en la misma dirección, por la misma razón.

Ser Davos:

—Nuestras razones no son las vuestras.

Lord Beric Dondarrion:

—No importa cuáles creamos que son. Hay un propósito más elevado, le servimos juntos, lo sepamos o no.

Jon Nieve:

—Es verdad, estamos en el mismo bando. Todos respiramos.

Lord Beric Dondarrion, Thoros de Myr y Sandor Clegane han sido apresados cuando se dirigían al Muro. Son visitados en su celda por Jon Nieve, Gendry, Jorah Mormont, Tormund y Ser Davos. Mientras lord Beric argumenta que tienen en común el plan que el señor de Luz tiene para todos ellos, Ser Davos discrepa. Jon sí considera que hay algo que los une, estar vivos y luchar contra el Ejército de los Muertos que amenaza con acabar con toda la vida al sur del Muro.

Aunque las razones de lord Beric para unirse al grupo de Jon Nieve no convencen a Ser Davos, Jon simplifica lo que tienen en común unos y otros: están vivos y van a luchar contra el Ejército de los Muertos, el único enemigo que acabará con todos, si no hacen nada por impedirlo.

Discrepar, chocar y tener infinidad de conflictos y roces parece parte de la condición humana. Parece imposible alcanzar la armonía y vivir en paz; siempre aparecen nuevas discrepancias. ¿Qué debemos hacer? Podemos vivir echando un pulso continuo para tratar de imponer nuestra postura o poniendo el foco en lo que nos une y no en lo que nos separa, como demuestra Jon Nieve.

En el ámbito político, laboral, familiar, amistoso, etc., surgen divisiones y conflictos que parecen antagónicos hasta que con una perspectiva más elevada, a la vez que práctica, nos fijamos más en lo que nos une que en lo que nos hace divergir a unos de otros.

Hace unos años se hizo célebre un anuncio de captación de abonados del Atlético de Madrid. Ambientado en la Guerra Civil, un soldado del bando nacional llevaba prisionero a un miliciano republicano al que perdonaba la vida al anteponer su pasión común por el Atleti a las ideologías;

valía más la pena respetar la vida de alguien que compartía el mismo sentimiento por el mismo equipo de fútbol que acabar con él por otros temas menos importantes para ellos.

Como les ocurre a los soldados del anuncio, si queremos estar por encima de los rifirrafes, conflictos y divergencias habituales en todos los terrenos en los que nos desenvolvamos, tendremos que subir varios escalones para desde arriba, con otra perspectiva, poder ver que hay sentimientos, intereses y otros aspectos importantes compartidos, de mayor peso que aquellos que nos separan.

CAPÍTULO

6

Lección 172

.....

Jon Nieve:

—¿Por qué lucháis?

Lord Beric Dondorrion:

—La vida. La muerte es el enemigo, el primer enemigo y el último.

Jon Nieve:

—Pero todos morimos.

Lord Beric Dondorrion:

—El enemigo siempre vence, pero debemos combatirlo. Vos y yo no hallaremos mucha dicha aquí, pero podemos hacer que vivan otros, podemos defender a quienes no pueden defenderse.

Todos tenemos marcado un acontecimiento en nuestras vidas que no podremos evitar: la muerte. La vida no tiene un buen final. Como dice lord Beric, la muerte es el primer enemigo y el último, y siempre vence. Que la vida tenga fin significa que no tenga un fin. Más bien lo contrario.

Decía Aristóteles que el hombre es un *zoon politikón*, animal político o animal cívico. Somos sociales, por lo tanto creamos sociedades que evolucionan gracias a la contribución de todos. Vivir para contribuir a dejar un mundo mejor para las siguientes generaciones es un fin suficientemente poderoso y elevado como para dotar nuestras vidas de sentido.

Cada uno es libre para elegir qué sentido darle a la vida. Aristóteles creó el término eudaimonía para expresar la felicidad que aporta una vida entera que ha sido bien vivida, una vida llena de significado, de conexiones profundas con uno mismo y con los demás, una vida vivida de manera virtuosa. Marsilio Ficino, traductor renacentista de Platón, dijo que quien descubre su propio genio, encontrará su trabajo natural y al mismo tiempo su estrella. Coincide el «conócete a ti mismo» del oráculo de Delfos, puesto que conocernos a nosotros mismos es esencial para encarrilarnos hacia nuestra misión en la vida y conectar con el destino que nos aguarda.

En contraste con la felicidad eudaimónica se encuentra la felicidad hedonista, que alcanza un estado de ánimo elevado al vivir un hecho externo satisfactorio, la búsqueda de la satisfacción a través del placer físico y material, como en esta sociedad vemos constantemente a través del consumo. La eudaimonía corresponde al sentido de propósito y dirección en la vida que manifiesta lord Beric, el de pertenecer a algo más grande que nosotros, lo que no ocurre con el hedonismo, que aporta una felicidad inmediata que se desvanece apenas se logra.

No solo las consideraciones morales sitúan a la eudaimonía sobre el hedonismo. Estudios médicos muestran cómo la felicidad eudaimónica mejora el funcionamiento del sistema inmune, mientras que la felicidad hedonista provoca un cierto nivel de estrés crónico, al estar la felicidad condicionada por la búsqueda de algo externo, lo que acorta los telómeros, extremos de los cromosomas que protegen el ADN e intervienen en el proceso de envejecimiento.

Según los estudios de la psicóloga Barbara Fredrickson, los placeres hedonistas son como calorías vacías que no aportan nada y no benefician nuestra salud. Nuestras células responden positivamente al bienestar psicológico basado en la conexión y la vida vivida con un propósito.

Visto que tener un propósito nos beneficia, hay motivaciones extrínsecas e intrínsecas. Las primeras son externas al individuo, como trabajar para ganar dinero; las segundas proceden del interior de la persona y no esperan recompensa externa, sino la autorrealización y el crecimiento personal. La experimentan también los que trabajan para el bienestar y la mejora de un grupo, un equipo o una comunidad; en este caso la propia actividad genera un estado de bienestar.

No hay excusas a la hora de buscar una motivación y un propósito para nuestras vidas. El neurólogo y psiquiatra Viktor Frankl, superviviente de varios campos de concentración durante la Segunda Guerra Mundial, autor de *El hombre en busca de sentido*, cuenta que cualquiera, en cualquier circunstancia, aun de sufrimiento extremo, puede encontrar y aferrarse a una razón para vivir. No importa lo que esperamos de la vida, sino lo que la vida espera de nosotros. Llevado al terreno político y social, lo que dijo John F. Kennedy: «No te preguntes qué puede hacer tu país por ti, pregúntate qué puedes hacer tú por tu país». Un enfoque mucho más proactivo y con un fin beneficioso para uno y para los demás.

No nos debe dar miedo morir, porque mientras vivimos, la muerte no existe y cuando está presente, nosotros no existimos, como decía Epicuro, sino que somos zombis, estamos en la vida sin vivirla ni aprovecharla.

CAPÍTULO

7

Lección 173

Tyrion Lannister (a Cersei):

—Se conoce bien. Eligió a un consejero que controlase sus peores impulsos en vez de alimentarlos.

Tyrion se reúne a solas con Cersei para tratar de convencerla de que se una a la lucha contra el Ejército de los Muertos. Cersei le reprocha que sea la Mano de Daenerys, que amenaza de destrucción de Desembarco del Rey, si bien Tyrion ejerce la función de controlar los peores impulsos de la Targaryen.

Desde que somos niños formamos parejas de diferente índole: amigos, compañeros de escuela, hermanos, compañeros de trabajo..., aunque siempre que pensamos en parejas, asociamos el término a las parejas en las relaciones sentimentales. Sean del tipo que sean, la mayor parte de las ocasiones hay una falta de equilibrio evidente debido a las diferentes características de sus miembros, diferencias de personalidad, carácter, etcétera.

Algunas personas tratan erróneamente de compensar la falta de una cualidad de su pareja igualándose por lo bajo, es decir, si uno de los miembros no tiene conocimientos en un área determinada, el otro trata de no sacar temas relacionados con ese ámbito o de simular que apenas tiene conocimientos con el fin de no dejar en evidencia a la parte menos cualificada. En estas parejas se suele dar más la comparación entre sus miembros que el sano reconocimiento de las virtudes del otro, que no tienen por qué ser las nuestras.

Uno es como es, con sus defectos y virtudes y si tener pareja conduce a camuflar las cualidades de cualquiera de sus integrantes, mal negocio. Si que aflore lo mejor de nosotros afecta negativamente y provoca inseguridad en la otra persona, el problema está en ella, porque una pareja debe enriquecer la vida, no mermarla o frenarla.

Del mismo modo que ocurre en el caso de Tyrion y Daenerys, nadie es igual a nadie. Uno de los aspectos positivos de esta pareja es que Tyrion le aporta prudencia y reflexión a Daenerys, características que a ella le faltan y necesita en su toma de decisiones. Si necesitamos un consejo, hemos de seleccionar al consejero con un cuidado riguroso y teniendo la humildad suficiente para

aceptar sus consejos, como sucede con Daenerys. Prefiere que le hablen con sinceridad a que le digan lo que quiere escuchar. Si se rodea de Tyrion, el mejor consejero de Los Siete Reinos, es para que le dé los mejores consejos, no para reforzar sus peores tendencias.

Si en el ámbito personal no podemos soportar a una pareja llena de cualidades, seguramente no la estemos amando, sino envidiando, y nos estará dando la medida de nuestras carencias y de nuestra actitud para mitigarlas o resolverlas.

Lección 174

Petyr Baelish (a Sansa Stark):

—A veces, cuando intento entender los motivos de una persona, juego a una cosa: me pongo en lo peor. ¿Cuál es la peor razón que puede tener para decir lo que dice y hacer lo que hace? Luego me pregunto si esa razón explica realmente bien lo que dice y lo que hace.

Sansa comenta con Meñique la alianza de Jon con Daenerys. Sansa está inquieta por su futuro y el de Invernalía, así como por las intenciones que pueda tener Arya hacia ella. Meñique le indica que lo que suele hacer en situaciones poco claras y amenazadoras es pensar en las razones de las otras personas, que son el origen de lo que dicen y hacen. Se pone en lo peor, que suele ser lo que finalmente ocurre.

Meñique indaga en las intenciones de los demás a través de la coherencia entre pensamiento, palabra y acción. Puesto que todo empieza en el pensamiento, lo que decimos y hacemos va en consonancia cuando somos coherentes. Si alguien dice algo y sus acciones no se corresponden a lo dicho, probablemente esté confuso, o nos esté mintiendo.

Cuando tenemos un objetivo claro, concreto y enfocado, todo nuestro ser se alinea para lograrlo, dado que todas nuestras fuerzas empujan hacia esa meta. Asimismo, nos resultan personas de fiar aquellas que son fieles a su palabra consigo mismas y con los demás; sus acciones son el reflejo de sus palabras.

La imagen de la incoherencia sería dos fuerzas que tiran de una cuerda en direcciones opuestas, por lo que alcanzar resultados se hace mucho más difícil. Se piensa una cosa, se dice otra y se hace una diferente, lo que provoca las excusas, justificaciones, retrasos, conflictos... Vamos al endocrino con intención de que nos dé una dieta y unos consejos para adelgazar y vemos que el doctor tiene un sobrepeso evidente, lo que genera falta de credibilidad en lo que nos quiera aconsejar; no nos parece que sea un médico de fiar. Son las personas del refrán: «Haz lo que yo diga, pero no lo que yo haga».

Meñique tiene en cuenta la coherencia para valorar a sus enemigos. Las palabras y acciones le muestran los pensamientos de su autor, poniéndose alerta ante las personas coherentes y menospreciando a las que no lo son.

La comunicación nos muestra, sin lugar a dudas, si lo que se transmite es verdadero o falso en relación al pensamiento del emisor. Dado que la palabra es un 7 % de la información que se emite; el tono de voz, un 38 % y el lenguaje del cuerpo un 55 %, la cantidad de información que nos llega a través del cuerpo —lo más cercano a la acción— es mucho mayor que la que nos llega a través de la palabra, por lo que el lenguaje del cuerpo nos dará información suficiente para saber si coincide con la palabra o la contradice.

Si decimos algo que no pensamos, nunca lo lograremos. En nuestro cerebro se encuentra el Sistema de Activación Reticular, una especie de filtro que se encarga de seleccionar lo que nos es útil para lograr nuestros objetivos: información, situaciones, personas, oportunidades, etcétera, acordes a nuestros pensamientos y emociones, por lo que llegará lo que esté en consonancia con lo que pensamos, no con lo que decimos.

Un indicador para medir nuestro grado de coherencia —además de la dificultad o facilidad en lograr los objetivos que anhelamos en nuestra vida— es cómo nos sentimos con nosotros mismos. Las sensaciones de malestar, incomodidad, arrepentimiento... indican que algo puede estar fallando en nuestra coherencia interna.

Lección 175

Sansa (a Arya):

—Cuando cae la nieve y soplan los blancos vientos, el lobo solitario muere, pero la manada sobrevive.

Sansa y Arya recuerdan las duras experiencias que han tenido que vivir solas y cómo han sobrevivido a ellas hasta encontrarse. Ante la cercanía de los acontecimientos que están por venir, recuerdan la importancia de estar juntas en adelante y la frase que su padre, Ned Stark, les decía ante la llegada del invierno.

Ante dificultades como las que han vivido Sansa y Arya y ante las que están por llegar, se hace más necesaria que nunca la frase de Aristóteles: «El todo es más que la suma de sus partes». La sinergia, unión o multiplicación de energías ofrece mayores posibilidades que la de cada una de las partes analizadas aisladamente.

Cada parte tiene sus propiedades individuales, pero al formar un todo, este tiene propiedades distintas de las que tenían sus partes inicialmente. Larry Mullen, batería y fundador del grupo U2 dijo en una entrevista: «Yo no soy un buen batería, soy un buen batería para U2». Un equipo siempre tiene más valor que el de las individualidades que lo forman, por eso los entrenadores de los equipos deportivos siempre manifiestan que el equipo está por encima de las individualidades.

El término sinergia se ve claramente en el funcionamiento de los grupos de trabajo, en equipos deportivos y en el mismo hogar, entre otros contextos, dado que los resultados que se obtengan serán superiores a la suma de lo que los individuos aisladamente podrían conseguir. Esta es la sinergia positiva, si bien también existe la negativa, en la que los miembros del grupo no aportan nada para lograr los resultados.

Por eso hay que tener en cuenta lo que dijo Fritz S. Perls, fundador de la terapia Gestalt:

«Yo soy yo, Tú eres tú.

Tú haces lo Tuyo, Yo hago lo Mío.

Yo no vine a este mundo para vivir de acuerdo a tus expectativas.

Tú no viniste a este mundo para vivir de acuerdo con mis expectativas.

Yo hago mi vida, Tú haces la tuya.

Si coincidimos, será maravilloso.

Si no, no hay nada que hacer».







GUÍA DE PERSONAJES

CASA STARK

Eddard «Ned» Stark:

Patriarca de la Casa Stark, guardián del Norte y señor de Invernalía. Casado con Catelyn Stark y padre de Robb, Sansa, Arya, Bran, Rickon y Jon Nieve. Aliado, amigo y Mano del rey Robert Baratheon con el que luchó contra Aerys Targaryen, el rey Loco.

Catelyn Stark:

Esposa de Ned Stark. Señora de Invernalía.

Robb Stark:

Primogénito de Ned y Catelyn Stark. Heredero de Invernalía.

Talisa Maegyr:

Curandera procedente de Volantis, esposa de Robb Stark.

Sansa Stark:

Hija mayor de Ned y Catelyn Stark. Prometida de Joffrey Baratheon. Casada en un primer matrimonio con Tyrion Lannister y en segundas nupcias con Ramsay Bolton.

Arya Stark:

Hija de Ned y Catelyn Stark.

Bran Stark:

Hijo de Ned y Catelyn Stark.

Rickon Stark:

Benjamín del matrimonio de Ned y Catelyn Stark.

Benjen Stark:

Hermano de Ned Stark y miembro de la Guardia de la Noche.

Maestre Luwin:

Maestre de Invernalía al servicio de la Casa Stark.

Syrio Forel:

Maestro de esgrima de Arya Stark, originario de Braavos.

CASA LANNISTER

Tywin Lannister:

Patriarca de la Casa Lannister, señor de Roca Casterly y Guardián de Occidente. Padre de Cersei, Jaime y Tyrion Lannister.

Cersei Lannister:

Hija de Tywin Lannister, consorte del rey Robert Baratheon y posterior reina regente de Los Siete Reinos. De sus relaciones incestuosas con su hermano Jaime nacieron Joffrey, Tommen y Myrcella.

Jaime Lannister:

Hermano gemelo de Cersei, miembro de la Guardia Real y posteriormente comandante de esta. Padre biológico de Joffrey, Tommen y Myrcella.

Tyrion Lannister:

Hermano menor de Cersei y Jaime, Mano del rey Joffrey Baratheon y posteriormente de Daenerys Targaryen.

Joffrey Baratheon:

Primogénito de Cersei y Jaime Lannister, rey de Los Siete Reinos a la muerte del rey Robert Baratheon.

Tommen Baratheon:

Hijo de Cersei y Jaime Lannister, rey de Los Siete Reinos a la muerte del rey Joffrey Baratheon.

Myrcella Baratheon:

Hija de Cersei y Jaime Lannister y hermana de Joffrey y Tommen.

Bronn:

Mercenario al servicio de Tyrion y Jaime Lannister.

Maestre Pycelle:

Gran maestre, al servicio del Trono de Hierro, miembro del Consejo Privado del Rey.

Qyburn:

Maestre al servicio de Cersei Lannister.

CASA TARGARYEN

Daenerys Targaryen:

Hija del rey Aerys Targaryen (el rey Loco), hermana de Viserys Targaryen y aspirante a recuperar el Trono de Hierro a la muerte de su hermano. Conocida como la Madre de Dragones.

Viserys Targaryen:

Hijo del rey Aerys Targaryen (el rey Loco), hermano de Daenerys Targaryen y aspirante a recuperar el Trono de Hierro.

Jorah Mormont:

Hijo de Jeor Mormont, caballero al servicio de Daenerys Targaryen.

Daario Naharis:

Mercenario de los Segundos Hijos, pasa a ponerse al servicio de Daenerys Targaryen.

Gusano Gris:

Esclavo Inmaculado, liberado por Daenerys Targaryen en Astapor, pasa a su servicio como Comandante de los Inmaculados.

Missandei:

Esclava de la isla de Naath, traductora de Daenerys Targaryen tras su liberación.

Lord Varys:

Apodado la Araña, consejero de los Rumores con los reyes Aerys, Robert, Joffrey y Tommen. Pasa al servicio de Daenerys.

CASA BARATHEON

Robert Baratheon:

Rey de Los Siete Reinos tras haber derrocado a Aerys Targaryen (el rey Loco). Esposo de Cersei Lannister y hermano de Stannis y Renly Baratheon.

Gendry:

Bastardo de Robert Baratheon, herrero de profesión.

Stannis Baratheon:

Hermano de Robert Baratheon, señor de Roca Dragón y aspirante al Trono de Hierro de Los Siete Reinos. Esposo de Selyse Florent y padre de Shireen Baratheon.

Selyse Florent:

Esposa de Stannis Baratheon y madre de Shireen.

Melisandre:

Sacerdotisa Roja, adora al señor de Luz. Al servicio de Stannis Baratheon.

Ser Davos Seaworth:

Antiguo contrabandista, almirante del Mar Angosto y consejero de Stannis Baratheon.

Renly Baratheon:

Hermano menor de Robert y Stannis Baratheon, señor de Bastión de Tormentas y aspirante al Trono de Hierro de Los Siete Reinos.

Brienne de Tarth:

Heredera de la Casa Tarth, miembro de la Guardia Real de Renly Baratheon.

GUARDIA DE LA NOCHE

Jeor Mormont:

Cabeza de la Casa Mormont, padre de Jorah Mormont. Lord Comandante de la Guardia de la Noche.

Jon Nieve:

Hijo bastardo de Ned Stark. Ingresa en la Guardia de la Noche de la que acaba siendo Lord Comandante.

Maestre Aemon Targaryen:

Al servicio del Lord Comandante del Castillo Negro. Pertenece a la Casa Targaryen, aunque al incorporarse a la Guardia de la Noche renunció a cualquier derecho sucesorio

Samwell Turly:

Hijo mayor de lord Randyll Tarly, miembro de la Guardia de la Noche y amigo de Jon Nieve.

Alliser Thorne:

Miembro de la Guardia de la Noche, enemistado con Jon Nieve.

CASA ARRYN

Petyr Baelish:

Conocido como Meñique, es el cabeza de la Casa Baelish de Harrenhal, señor de las Tierras de los Ríos y Protector del Valle de Arryn. Fue consejero de la Moneda con Robert y Joffrey Baratheon y dueño de prostíbulos con los que ha hecho su fortuna.

Robin Arryn:

Cabeza de la Casa Arryn, hijo de Jon Arryn y Lysa Tully.

CASA TYRELL

Oleanna Tyrell:

Reina madre de Altojardín, conocida como la reina de las Espinas, madre de Mace y abuela de Margaery y Loras.

Mace Tyrell:

Señor de Altojardín, hijo de Oleanna Tyrell, padre de Loras y Margaery.

Margaery Tyrell:

Hija de Mace Tyrell y hermana de Loras Tyrell. Esposa de Renly Baratheon, Joffrey y Tommen.

Loras Tyrell:

Hijo menor de Mace Tyrell, conocido como el caballero de las Flores, Lord Comandante de la Guardia Real de Renly Baratheon.

CASA CLEGANE

Gregor Clegane:

Conocido como la Montaña, cabeza de la Casa Clegane, caballero al servicio de los Lannister y enfrentado a su hermano Sandor.

Sandor Clegane:

Conocido como el Perro, menor de los hermanos Clegane, miembro de la Guardia Real al servicio de los Lannister hasta su desertión durante la batalla del Aguasnegras.

CASA GREYJOY

Theon Greyjoy:

Hijo de Balon Greyjoy, hermano de Yara Greyjoy y sobrino de Euron Greyjoy. Criado con los Stark.

Yara Greyjoy:

Hija de Balon Greyjoy, hermana de Theon Greyjoy y sobrina de Euron Greyjoy.

Euron Greyjoy:

Hermano de Balon Greyjoy, ocupa el trono de las Islas del Hierro tras asesinarlo.

CASA BOLTON

Rosse Bolton:

Cabeza de la Casa Bolton y señor de Fuerte Terror. Padre de Ramsay Bolton y Guardián del Norte tras la muerte de Robb y Catelyn Stark en la boda Roja.

Ramsay Bolton:

Hijo bastardo de Rosse Bolton, reconocido posteriormente como legítimo. Casado con Sansa Stark y heredero de la Casa Bolton.

SALVAJES DEL PUEBLO LIBRE

Mance Rayder:

Rey del Pueblo Libre, enfrentado a la Guardia de la Noche.

Ygritte:

Salvaje perteneciente al Pueblo Libre, novia de Jon Nieve.

Orell:

Salvaje perteneciente al Pueblo Libre, Cambiapielos (persona con la capacidad de entrar en la mente de algunos animales). Enfrentado a Jon Nieve.

CASA MARTELL

Doran Martell:

Cabeza de la Casa Martell y príncipe de Dorne.

Oberyn Martell:

Hermano menor del príncipe Doran Martell de Dorne. Amante de Ellaria Arena.

Ellaria Arena:

Amante de Oberyn Martell y madre de las cuatro Serpientes de Arena.

Tyene Arena:

Hija de Oberyn Martell y Ellaria Arena.

CASA FREY

Walder Frey:

Señor de los gemelos y cabeza de la Casa Frey.

HERMANDAD SIN ESTANDARTES

Lord Beric Dondarrion:

Líder de la Hermandad sin Estandartes.

Thoros de Myr:

Sacerdote rojo y miembro de la Hermandad sin Estandartes.

FE DE LOS SIETE

Gorrión Supremo:

Septón Supremo de la Fe de los Siete.

Hermano Ray:

Antiguo mercenario, reconvertido a la Fe de los Siete.

BANCO DE HIERRO

Tycho Nestoris:

Representante del Banco de Hierro de Braavos.

CASA DE NEGRO
Y BLANCO

Jaen H'ghar:

Hombre sin Rostro de Braavos. Maestro de Arya en la Casa de Negro y Blanco.

BIBLIOGRAFIA

- Alcaide Hernández, Francisco. *Aprendiendo de los mejores*. Alienta Editorial. Barcelona, 2014.
- Cañizares Gil, Olga; García de Leaniz Sempere, Carmen; Castanyer Mayer-Spiess, Olga; Ballesteros Martín, Iván; Mendoza de la Fuente, Elena. *Hazte experto en inteligencia emocional*. Editorial Desclée de Brouwer. Bilbao, 2015.
- Cruz, Camilo. *La vaca*. Taller del éxito. Sunrise, Florida, 2007.
- Eckhart Tolle. *El poder del ahora*. Gaia ediciones. Móstoles, 2001.
- Elffers, Joost; Greene, Robert. *Las 33 estrategias de la guerra*. Editorial Espasa Calpe. Madrid, 2007.
- Elffers, Joost; Greene, Robert. *Las 48 leyes del poder*. Editorial Espasa Calpe. Madrid, 1999.
- Ferrante, Louis. *Aprenda de la mafia*. Random House Mondadori. Barcelona, 2012.
- Giacobbe, Giulio Cesare. *En busca de los mimos perdidos*. Editorial Debolsillo. Barcelona, 2008.
- Gómez, Julián. *El Juego de Tronos de los Proyectos*. Project Management. 2016.
- Gracián, Baltasar. *Oráculo manual y arte de prudencia*. Editorial Cátedra. Madrid, 2005.
- Hernández, Carlos. *Optimismo para torpes*. Ediciones Anaya Multimedia. Madrid, 2013.
- Hudson, Russ; Riso, Richard. *La sabiduría del eneagrama*. Urano. Barcelona, 2012.
- Izquierdo, José Luis. *Superpoderes del éxito para gente normal*. Alienta Editorial. Barcelona, 2015.
- Jodorowsky, Alejandro. *Cabaret Místico*. Ediciones Siruela. Barcelona, 2007.
- Jodorowsky, Alejandro. *La sabiduría de los chistes*. Editorial Grijalbo. México, D.F. 2001.
- Levy, Norberto. *La sabiduría de las emociones*. Editorial Debolsillo. Barcelona, 2006.
- Maquiavelo, Nicolás. *El príncipe (comentado por Napoleón Bonaparte)*. Espasa Libros. Barcelona, 2012.
- Pérez Ortega, Andrés. *Marca personal para dummies*. Centro libros PAPP, SLU. Grupo Planeta. Barcelona, 2017.
- Tres iniciados. *El Kybalión. Filosofía Hermética del Antiguo Egipto y Grecia*. Editorial Kier. Buenos Aires, 1973.

AGRADECIMIENTOS

A Javier García Vegue, mi amigo, mi hermano, compañero del alma y, además, mi agente literario. Por tu magia y tu fuerza a la hora de convertir los sueños en realidades.

A María Buigues Art, mi ilustradora, artista superdotada y superlativa. Igual que el rey Midas transformaba en oro lo que tocaba, tú das vida a todo lo que sale de tus pinceles.

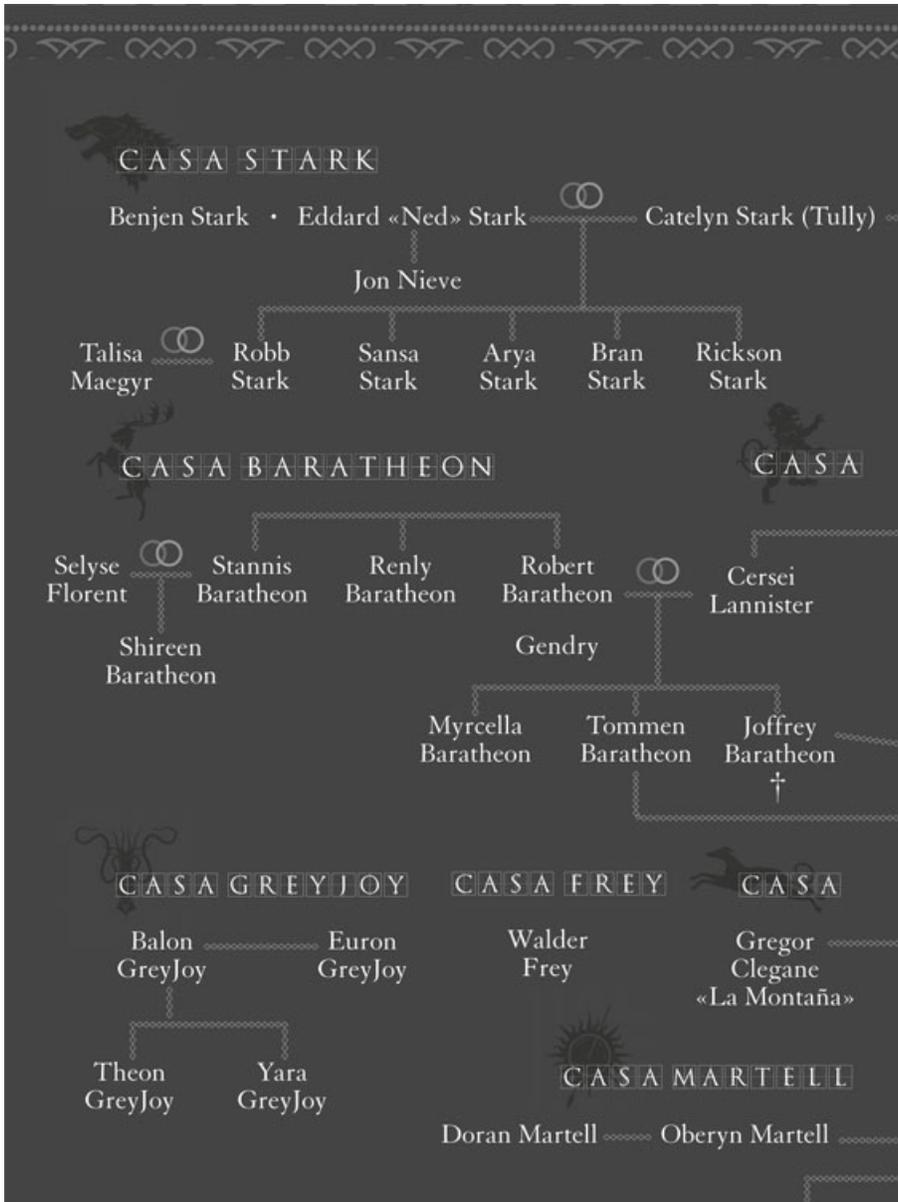
A David Figueras, mi editor. Tu inteligencia, talante y profesionalidad al servicio de los demás son un ejemplo de generosidad a recordar cada día.

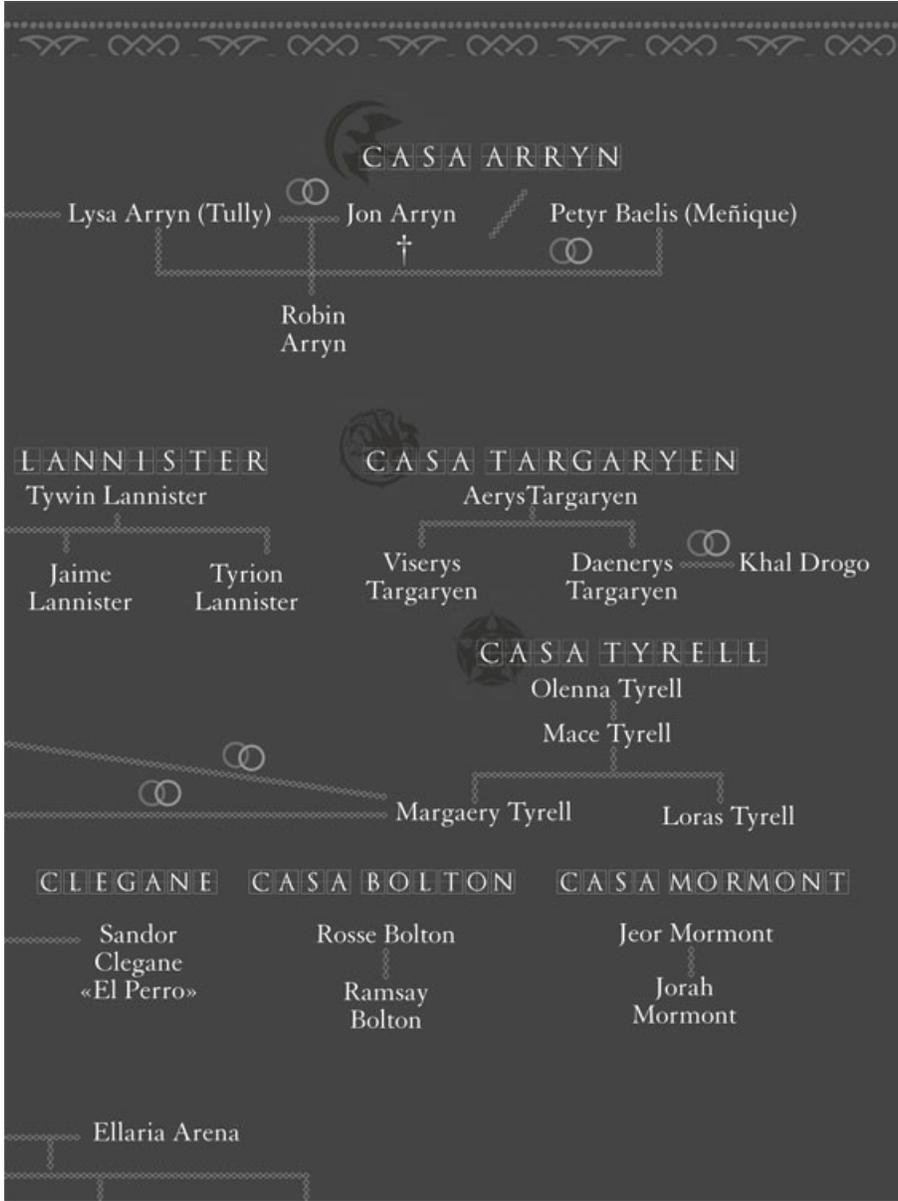
A José Manuel Lorenzo Mariño, mi maestro y amigo incondicional. Cada momento contigo es una lección, un regalo y una fiesta. Tu corazón sabio y espléndido convierte en ricos a los que estamos a tu lado.

A mis amigos Antonio Pérez y Charo Torres, tanto monta, monta tanto. Por vuestra lucidez, viendo siempre más allá de lo evidente e insistirme en que conociera *Juego de Tronos*.

A Victoria, porque tu fe me da el impulso necesario para mover montañas. Tu amor, luz, sencillez y bondad son el alimento de mi viaje.









Las lecciones de Juego de Tronos para la vida
Jesús Nieto Quintana

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal)

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita reproducir algún fragmento de esta obra.

Puede contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47

© del texto: Jesús Nieto Quintana, 2019

© de las ilustraciones de interior: María Buigues Art

© de las ilustraciones de cubierta: Shutterstock

© Editorial Planeta S. A., 2019

Av. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)

Libros Cúpula es marca registrada por Editorial Planeta, S. A.

www.planetadelibros.com

Primera edición en libro electrónico (epub): abril de 2019

ISBN: 978-84-480-2568-7 (epub)

Conversión a libro electrónico: Newcomlab, S. L. L.

www.newcomlab.com



Las lecciones de
JUEGO DE TRONOS
para la vida

SE ACERCA EL INVIERNO

JESÚS NIETO

LIBROS CÚPULA