

Carta 7

¿Por qué te apresuras? (Miento, esto no es una pregunta.)

No te apures... (Miento otra vez.)

¡No *me* apures! (Eso es lo que quería decir.)

No se trata de *saber*, se trata de *darse cuenta*.

Si utilizamos la semántica, la gramática y la etimología para “hablar bien”, posiblemente conseguiremos hablar bien, pero esto no tiene nada que ver con el proceso de *darse cuenta*.

El acento que pongo en *cómo* hablamos, es un camino (hay otros, habrá mejores). Es una manera de transitar este proceso.

Una de las trampas sobre las que intento trabajar últimamente es *La caja negra del “tengo que”*...

“El detective maravilloso entra en la habitación y sorprende al gángster aún con la pistola en la mano. A su lado se encuentra el cadáver de su mejor amigo. El detective le coloca las esposas con poca o ninguna resistencia del asesino quien, con la cara desencajada y la mirada perdida en el infinito, es conducido dócilmente a la patrulla mientras repite: ‘¡Tuve que hacerlo! ¡Sabía demasiado!’.”

¿Tuvo que hacerlo? ¿Qué querrá decir con “tuve que hacerlo”? ¿Quién lo obligó?

Puede ser que te rías conmigo de esta situación que hemos visto infinidad de veces en la pantalla plateada, sin embargo, a diario hacemos exactamente lo mismo cuando hablamos de lo que *tenemos que hacer*.

Tengo que implica obligación, imposición, deber (de paso te recuerdo que para el

Diccionario de la Real Academia Española *deber* es “estar en deuda”).

Cuando me encuentro creyendo que *tengo que* hacer o decir algo, replanteo la idea como lo que *elijo* o *decido*. Y esto me ayuda a sentirme plenamente responsable de mis actos. Entonces, lo que hago, aunque no sea lo que más me gusta, puede ser agradable. No hay agrado desde el *tengo que*.

Por supuesto que no siempre elijo hacer lo que más quiero. A veces, renuncio a lo que más me gustaría para conseguir otra cosa (conservar un trabajo, por ejemplo) y me gusta ser consciente de que esta renuncia, aunque dolorosa, es voluntaria.

En la elección y en la decisión me hago responsable, soy dueño de mí, soy plenamente yo.

La mejor manera de sentir esto con claridad es sobre nuestras propias cosas.

Imagina que el tiempo desaparece y que estás otra vez en mi consulta, como hace años. Juguemos juntos...

Intenta hacer una lista de tus *tengo que*. Construye seis o siete oraciones que empiecen con *Tengo que...* y lo que surja después, sin pensar demasiado... (como te digo siempre: “No hagas trampas, nadie te mira, sólo tú”).

Tengo que _____

Tengo que _____

Tengo que _____

Tengo que _____

Tengo que _____

Tengo que _____
