

FERNANDO TRÍAS DE BES
TOMÁS NAVARRO

YO SOY ASÍ (Y YA NO ME IMPORTA)

Cómo convivir con las manías propias,
de jefes, pareja, cuñados, vecinos, suegra
y otros seres queridos

zenith

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 este 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 fotocopiar o escanear 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.

Primera edición: septiembre de 2019

© Tomàs Navarro Hernández y Fernando Trías de Bes, 2019

© Editorial Planeta, S. A., 2019

Zenith es un sello editorial de Editorial Planeta, S.A.

Avda. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)

www.zenitheditorial.com

www.planetadelibros.com

ISBN: 978-84-08-21381-9

Depósito legal: D. 16322 - 2019

Fotocomposición: gama, sl.

Impresión y encuadernación: Liberdúplex

Impreso en España – *Printed in Spain*

El papel utilizado para la impresión de este libro está calificado como papel ecológico y procede de bosques gestionados de manera sostenible.

SUMARIO

Prólogo de los autores.....	11
Precisas instrucciones	15
«Yo soy... ordenado».....	23
Siente algo por ella	35
«Yo soy... celoso»	42
Tommy	55
«Yo soy... indigno».....	61
El doctor Carreras.....	73
«Yo soy... importante».....	81
El perfecto García.....	95
«Yo soy... perfecto»	100
La merienda	111
«Yo soy... solitario»	116
Un hombre sincero	131
«Yo soy... mentiroso»	137
Números	151
«Yo soy... obsesivo».....	159
No.....	167
«Yo soy... sumiso».....	173

El amuleto	183
«Yo soy... supersticioso»	192
Un inmenso placer.....	203
«Yo soy... reprimido»	209
Piel con piel.....	221
«Yo soy... sobreprotector»	228
Ego te absolvo.....	237
«Yo soy... cumplidor»	242
Un descafeinado.....	253
«Yo soy... cumplidor»	259
Soy todo oídos	269
«Yo soy... ignorante»	279
La vueltita	289
«Yo soy... nostálgico»	296
Meter la pata.....	307
«Yo soy... desgraciado»	312
Bibliografía.....	321
Agradecimientos.....	323



PRECI-
SAS



INS-
TRUC-
CIO-
NES



La habitación estaba a la mitad de precio de las que había visto por el barrio. Y eran pisos peores. La chica no daba crédito. Era una ganga.

—Me la quedo —dijo al instante.

El semblante de Teresa, la propietaria, se iluminó, y su envejecido aspecto ganó cierta vitalidad. Desde que enviudó, el piso parecía haberse agrandado. El silencio y la soledad se habían adueñado de su vida.

Precisaba compañía.

Algo de dinero, sin ser el motivo, también le vendría bien. Teresa había hecho pintar la estancia del fondo, puso una colcha nueva en la cama, añadió detalles aquí y allá, colgó unas láminas de caballos e hizo coser una banda azul a la cortina, dando así un toque de modernidad al típico cuarto de servicio de piso del Ensanche. El baño tampoco se quedó corto. No solamente cambió la grifería, sino que también renovó el plato de la ducha y el espejo, un tanto oxidados.

Más de ocho meses desde entonces y, sin embargo, no había logrado alquilar la alcoba. La rapidez de la muchacha en aceptar llevó a Teresa a temer una rebaja excesiva. Cada mes de negativas, ella contraatacaba con un recorte de diez euros. Hoy pedía la mitad que en el primer anuncio. No importaba. Lo esencial era la compañía. Tener con quien indignarse del último escándalo de la prensa rosa; acostarse con el eco del televisor; o, simplemente, vivir pensando que alguien ha de llegar más tarde. Era preciso deshacerse de su sempiterno aislamiento.

—¿Es su primer empleo? —preguntó Teresa a su futura inquilina.

—No. Hago lo propio en Pamplona; pero había una vacante en Barcelona. Pagan más y, total, como estoy soltera... Soy bióloga.

—Claro, claro —asintió Teresa.

—Entonces —dijo la muchacha para cerrar el trato—, ¿en efectivo?

—Por supuesto —rio Teresa—, pero si no soy más que una viuda solitaria. Esto no es un hotel ni un negocio. Ahora bien, se sentirá como en casa. Renové casi toda la habitación.

—Se nota, se nota. No tiene nada que ver con los ascos que ofrecen por ahí. ¡Y a qué precios!

Teresa volvió a dudar. Pero ya era tarde.

—Puede pagarme cada fin de mes; hacia el día 25, para que tenga tiempo de ingresarlo en el banco. ¿Le parece?

—Hecho. ¿Hay algo más que deba saber?

A Teresa le reconfortó la sensibilidad y la educación de la joven. Se llevaría bien con ella.

—Sí. Unas mínimas normas de convivencia. Es mejor dejarlas claras ahora; eso evita, cómo diría yo...

—... Malentendidos —completó la chica.

—Bueno, digamos, más bien, innecesarios roces.

—Entiendo. No se apure. No traeré visitas. Ni fumo ni bebo. No le daré problemas. Trabajo todo el día. No vendré al mediodía a comer. Solo a cenar y a dormir. Los viernes por la tarde, sin excepción, me iré a Pamplona a ver a mis padres y a mis amigos.

—Gracias. Sí. Ni alcohol ni visitas. En eso no había reparado. Hay algunos detalles más.

A la recién inquilina le pareció advertir una progresiva transformación en la expresión de Teresa. Su afable gesto se desdibujó por un instante, dando paso a una rígida mirada. La comisura de sus labios se cerró. La anciana permaneció unos segundos en silencio. Parecía ordenar las ideas. Después, tomó aire y dijo:

—En primer lugar, la puerta. Vayamos a la entrada.

Caminaron hasta allí. La casa se oscureció.

—La última en salir de casa, echa la llave, con dos vueltas. Yo haré lo propio. De esta forma, la que llega sabe, al abrir, si la otra está dentro. Si, en cambio, está dentro de casa y quiere cerrar, hágalo con una vuelta solo. Es sencillo: dos vueltas, no hay nadie en casa. Una vuelta, hay alguien. Es algo así como un código secreto. Nos evitará sobresaltos.

—Bien —asintió la flamante inquilina.

—Después está lo de los zapatos. Es antihigiénico pisar el suelo de la casa con los zapatos que uno acaba de arrastrar por las aceras. Tráigase unas zapatillas. Este pequeño armario, aquí, detrás del paragüero, sirve para guardarlas. En casa, con pantuflas. Cuando llegue, se saca los zapatos en el butacón de piel de la entrada. Tiene un felpudo en su parte inferior. Cepille la suela del calzado y deposítelo en el armario. El primer estante es el mío. El segundo, el suyo. Le ruego que lo recuerde, pues mis riñones se quejan cuando me agacho más de la cuenta. Vayamos al salón.

»Primero, el televisor. El mando a distancia debe dejarse siempre, tras apagar la conexión, sobre el propio aparato. Aquí, ¿lo ve? Es la forma de encontrarlo con facilidad. Mientras esté viendo la tele, no lo deje en el sillón o en el sofá. Cuando se zambullen entre los cojines, los botones se aplastan. Los mandos son delicados y costosos de reparar; averías que, en caso de producirse, yo deberé costear. Déjelo sobre la mesa de centro y no se estropeará. ¿Está claro? Se lo recuerdo. Televisión encendida, mando en la mesa; apagada, sobre el aparato.

»Los visillos. Por la mañana, abiertos; por la tarde, echados. Me da igual que yo no esté en casa. Siempre he procedido así y me disgustaría hallarlos en una disposición distinta. Música: si me demuestra que cumple las normas, le permitiré hacer uso de la discoteca de mi difunto marido. Él adoraba la música clásica. Son más de trescientos vinilos. No abra más de uno a la vez. Es un vicio absurdo, pues el tocadiscos tiene un solo plato. Jamás he comprendido a las personas que van sacando discos uno tras otro, desparramándolos por todas partes. Cuando acabe de escuchar uno, lo guarda antes de extraer el siguiente. Introdúzcalos en la funda con la cara A hacia la derecha. Permite no tener que comprobar por dónde comienza el disco la próxima vez que lo coja. Si los abriéramos todos ahora, certificaría que se hallan en tal posición. ¿Lo recordará? Hacia la derecha. Déjelos siempre en la estantería y en orden alfabético, como ahora mismo están. Es una discoteca digna de un director de orquesta.

Teresa miró de reojo a la joven mientras acariciaba los lomos de los discos. Parecía asimilar sus instrucciones a buen ritmo, así que prosiguió:

—Cuando encienda las lámparas, retírelas ligeramente de las cortinas. Así, no más de cinco centímetros. De lo contrario, se oscurecen

debido al calor de la luz. Al apagarlas, sitúelas como antes. Si cree que no va a recordarlo, no las toque. El comedor. Fíjese que las patas delanteras de las sillas están sobre la línea azul de la alfombra. De esta forma, quedan perfectamente alineadas y en el punto justo para que los reposabrazos no rocen con el soporte inferior de la mesa. Si al acercarse la silla traspasa la banda azul, las maderas tocarán entre sí. Y se pican. Es algo que hay que evitar. Por eso, escogí esta alfombra, es la medida precisa. Vayamos a la cocina.

Teresa se volvió sin mirar a su inquilina ni concederle la oportunidad de mediar comentario alguno. Siguió hablando mientras caminaba, a paso lento, por el corredor:

—El pasillo es muy largo y estrecho, como en la mayoría de pisos del Ensanche, pero tiene holgura para las dos, tanto si nos cruzamos, como si desea adelantarme. Debido a mi edad, camino a un ritmo lento. Habrá comprobado que ahora mismo voy por la franja derecha del corredor ¿no? —dijo sin volverse hacia su futura inquilina, que la seguía obedientemente—. Siempre he vivido como absurdas esas situaciones en que, de frente, en un pasillo, por la calle o donde sea, dos personas tantean izquierda y derecha como dos tentetiesos en un ridículo baile para ver por qué lado pasar. Camine siempre por su derecha. Intente adquirir el hábito, aunque esté sola en casa. Es fácil recordarlo. ¿Conduce usted? Pues es lo mismo: camine por el carril imaginario de su derecha. Si nos cruzamos, no nos entorpeceremos el paso y, si va detrás de mí y tiene prisa, podrá adelantarme por mi izquierda, como en un adelantamiento de carretera. Sin mediar palabra, el protocolo estará resuelto. Yo tengo carnet. Pero ya no conduzco.

»Esta es la cocina. Pase, pase. Ponga atención. La nevera. Las naranjas van en el último cajón. Las manzanas sobre las naranjas; nunca al revés, si no se acartonan. El primer estante, para la leche; el segundo, para el agua; en el tercero, la mantequilla y los huevos. Si coge uno, réngalo de inmediato. Me relaja encontrar las seis ubicaciones llenas. Coloque la botella de leche con la etiqueta hacia fuera, pero el día en que quede menos de la mitad, guárdela con la etiqueta hacia dentro. Es un sistema para recordar que debo comprar otra por la tarde. Cuando abra los paquetes de la charcutería y los vuelva a depositar en el frigorífico, póngalos con los pliegues del envoltorio hacia abajo, de lo

contrario las puntas del papel se abren, entra aire y se secan los embudidos, el queso o lo que sea que contenga. Cerremos la nevera.

»Los vasos. Están aquí. Siempre en cuatro filas. En la primera, cuatro vasos; en la segunda, tres; en la tercera, dos; en la cuarta, uno. Cuando precise beber, tome el de la cuarta fila, donde solamente hay uno. Después todos corren una posición. El último de la tercera fila pasa a la cuarta, que ha quedado vacía; el primero de la segunda pasa al último de la tercera y el primero de la primera pasa al último de la segunda. Parece complicado, pero es sencillo, como en la fila de la escuela, como una serpiente. No es una tontería. Con este sistema, al cabo del año se utiliza cada vaso el mismo número de veces, con lo que habrán pasado por el lavaplatos con idéntica frecuencia. En lugar de romperse uno cada seis meses, por los consabidos cambios de temperatura que los deterioran, se irán quebrando todos, en el mismo mes, dentro de unos cuatro años, momento en que renovaré la vajilla. Lo tengo comprobado.

»Los cubiertos. —Teresa abrió un cajón—. Los tenedores hacia arriba, para que no se desgasten las puntas; los cuchillos con el filo hacia la izquierda. Lo contrario que los discos y el pasillo, que van a la derecha; así no se le olvidará. Es para que no rocen entre sí y el afilado se mantenga uniforme. Las cucharas hacia abajo; es más higiénico.

»La despensa. Hay un bote de galletas. Puede tomar cuantas desee, pero procure que no se desordenen. Están apiladas en cuatro columnas. Si toma una, hágalo de la columna más alta. No renueve el bote hasta que no se acaben, si no, las de abajo nunca se consumen y terminan por ablandarse. Vayamos al lavabo.

Teresa estaba ensimismada en su propia rutina. Parecía un repaso para su propio beneficio o bienestar. No reparó en la expresión de la joven.

—Este es el servicio. Primero, el pulsador del inodoro. Si lo acciona dos veces, la segunda detiene el caudal. Es la manera de ahorrar agua. Ya me comprende. Si hizo mayores, pulse una vez, pero si fueron menores, basta con la mitad de la cisterna. Incluso menos. Sin embargo, ¡atenta! Si pulsa tres veces se bloquea el mecanismo y hay que avisar al instalador que, obviamente, deberé pagar yo.

»El jabón de manos. Verá que tiene una letra en el centro, con relieve. Es la «H» de Heno de Pravia. Frótese por los laterales, así. Me

agrada conservar la «H» porque imprime una sensación de limpio y nuevo. Un jabón desgastado resulta, a todas luces, sinónimo de hogar descuidado.

»Si acude al servicio y no son todavía las doce menos cuarto, puede tirar de la cadena; el sonido, desde la cama, me hará sentir acompañada. Más tarde, me despertaría y me desvelo con facilidad. Baje la tapa, abra la ventana para ventilar y cierre la puerta para que no se enfríe la casa. Por la mañana, la primera que se levante, renueva la cisterna.

»El papel higiénico. Me gusta que el papel cuelgue por detrás del rollo, no por delante. ¿Sabía que hubo una polémica sobre tal extremo en las cartas de los lectores de *La Vanguardia* que duró casi un año? Yo soy de las que suscribía las tesis de por detrás. Incluso envié una carta. No me la publicaron, era un poco larga, creo. En fin, sea cuidadosa con la línea de puntos y alise un poco el papel cuando acabe.

»Las toallas. La suya será la roja; la mía, la amarilla. Pero los meses pares intercambiaremos los colores. Me gusta modificar cada tanto el color de la toalla. Hace la vida más variada. ¿No cree?

A Teresa le extrañó que, pasadas casi tres semanas, su inquilina, que tan cumplidora parecía, no se hubiese puesto en contacto con ella tal y como le prometió que haría. Sentada ante el televisor apagado, con el mando sobre la parte superior del aparato, los trescientos vinilos de su difunto esposo en orden alfabético, el visillo tendido, la lámpara a cinco centímetros de la pared, las galletas en cuatro columnas, las manzanas sobre las naranjas y los vasos en fila, Teresa tintineaba nerviosamente con las puntas de los dedos. Miró en dirección a la ventana. Nueve meses y la habitación por alquilar. Se fue hasta el cuarto arrastrando sus pantuflas y caminó pegada a la derecha del pasillo. Abrió la puerta y contempló la habitación. «Está francamente bien», se dijo. Suspiró. Y entonces lo vio claro. El problema no era el precio. Qué tonta. El problema era la banda azul de la cortina: desentonaba, y mucho, con el tono de las láminas de caballos.

«YO SOY... ORDENADO»

Si te has visto reconocido o reconocida en este relato, tengo una buena noticia que darte: no te pasa nada. Si has visto reflejado a alguien conocido, tenemos que decirte que tampoco le pasa nada. Y si resulta que eres diametralmente opuesto a la señora Teresa, pues tampoco sucede nada.

Tenemos la manía de llevar el tema del orden a un estado superior y polarizar la vida en dos bandos diametralmente opuestos: los ordenados versus los desordenados. Enarbolamos banderas que defendemos a ultranza y acabamos estigmatizando todo, tanto el orden como el desorden.

Que si una persona ordenada es más estructurada, que si una persona desordenada es más creativa, que si las personas racionales y científicas tienen mentes ordenadas, que si los artistas son caóticos... Vaya cantidad de deducciones ingenuas y fuera de contexto llegamos a hacer con el tema del orden.

Nos intentan convencer de que en el orden encontraremos la felicidad. Nos dicen que una habitación caótica es indicativa de una vida desordenada. Pretenden que, ordenando nuestro armario, ordenemos nuestra mente... De verdad, le estamos dando una importancia al tema del orden que no puede ser buena. Fíjate, incluso nosotros hemos acabado hablando del orden... Pero, bueno, que quede claro, si hablamos del orden es para desmitificarlo y normalizarlo.

Creemos que el debate del orden no está bien enfocado y nos hemos propuesto aportar nuestro granito de arena.

¿QUÉ ES EL ORDEN?

Tenemos algunas preguntas existenciales que compartir contigo. No somos filósofos, sino un humilde psicólogo y un economista, por lo que lejos de tener una respuesta, no podemos hacer más que compartir nuestras preguntas. Eso sí, hacemos un llamamiento al cuerpo teórico filosófico mundial para que trate de dar con una respuesta metafísica acerca del orden y del desorden. Estos son algunos de los interrogantes

que nos han surgido mientras reflexionábamos sobre el tema, que deseamos trasladar al especialista pertinente y al gran público.

¿Qué es el desorden? ¿Qué es el orden? Ser ordenado o no serlo, ¿he ahí la cuestión? ¿Tendemos hacia la entropía y por eso tratamos de tenerlo todo ordenado? ¿Nos da miedo el desorden? ¿Nos da seguridad el orden? ¿Existe un orden universal o cada cual tiene el suyo?

¡Cuántas preguntas! ¿Verdad? Uno podría creer que el desorden es la falta de orden, pero a menudo llamamos desorden a un sistema de organización diferente al nuestro, al estándar o al normativizado. Por otro lado, ¿el orden viene a ser algo así como un fin en sí mismo, un objetivo o un recurso para vivir mejor? Nosotros, los autores de este libro, creemos que el orden debería ser un recurso para vivir mejor y, de hecho, la línea roja que separa lo normal de lo desadaptativo es precisamente esa, cuando el orden deja de ser un recurso para ser una limitación. Si eres esclavo del orden, tienes un problema.

El orden y el desorden son como el yin y el yang: dos conceptos en eterna contraposición, en una lucha sin fin por controlar la vida. Apenas uno se despista, el desorden se apodera de la situación y acaba desestabilizando un precioso ecosistema construido no sin esfuerzo. ¿Qué es la vida, sino un ir y venir del orden al caos? Y esa es su grandeza para ti, persona extremadamente ordenada: la posibilidad de volver a ordenar el desorden es lo que te mantiene viva y focalizada.

EL COMPONENTE ESTÉTICO DEL ORDEN

Una cosa es el orden y otra muy diferente es el impacto estético del orden y del desorden. Insisto, el desorden suele ser otro tipo de orden, pero de eso ya hablaremos más tarde. Entrar en una habitación ordenada, ver un escritorio ordenado o una estantería ordenada, es estéticamente agradable, ya que hay cierta armonía, mientras que el desorden suele despertarnos emociones más desagradables.

Pero ¿qué ocurre si la puerta de la habitación está cerrada, el cajón de la mesa cerrado y la estantería tapada? Pues que el componente estético del desorden queda absolutamente compensado. Queridos desordenados que convivís con personas ordenadas, el secreto para mantener

una relación sana está en tener las puertas cerradas y el desorden bajo control en cajones y armarios...

EL COMPONENTE PRÁCTICO DEL ORDEN

Tenemos que decir que el componente práctico del orden está sobrevalorado. Precisamente, ¿sabes cuál es la última tendencia en almacenaje y logística? Los almacenes caóticos. Los almacenes caóticos son almacenes en los que no hay un espacio asignado para una determinada categoría de productos, sino que un complejo sistema informático se encarga de asignar espacios a los bienes almacenados sin tener en cuenta la coherencia con los productos de al lado.

¿Cuál es la ventaja de los almacenes caóticos? Que no tienes hipotecado espacio reservado para algo que a lo mejor nunca llega o nunca pasa. ¿Cuál es el problema de los almacenes caóticos? Pues que cuando se cuelga el ordenador no hay manera posible de localizar los productos guardados en él. Algo que también ocurre con las personas.

Queridos padres de adolescentes. Este es el problema. Si convivís con un joven caótico, necesitáis que su CPU mental no se cuelgue o estaréis perdidos. Eso sí, no tratéis de entender su sistema de organización. Existe, sin duda —tenerlo, lo tiene—, pero posiblemente utilice una lógica diferente a la vuestra.

Lo aceptamos. Madres y padres de adolescentes de todo el mundo, sabemos que el «orden caótico» de vuestros hijos adolescentes es muy, pero que muy diferente al vuestro y que puede llegar a ser muy molesto; pero creednos, no pasa nada, absolutamente nada. Si son capaces de encontrar lo que necesitan y vosotros de cerrar la puerta de su habitación, todo estará bien.

No son maniáticos del orden, tan solo tienden a la perfección

El orden se asocia habitualmente al perfeccionismo y posiblemente tenga algo que ver. La señora Teresa, en definitiva, «optimiza» procesos. Si fuera capaz de darle salida a esa habilidad sería una gran ingeniera

de procesos, una diseñadora de fábricas de renombre mundial, una consultora de fama universal capaz de optimizar cualquier empresa.

No renuncies a esa virtud tuya, mejor sácale partido a tu manía. El mundo necesita más personas como tú, sal al mercado, muestra tus virtudes... Acéptalo, disfrutas ordenando las cosas, no renuncies a lo que te da la felicidad, a lo que calma tu corazón desbocado; es más, dedícate a ordenar cosas a nivel profesional. ¿Te crees que eres el primero?

Mira a Marie Kondo, una ordenadora en serie —algo así como un asesino en serie, pero mucho más constructiva— que ha hecho de su manía su profesión. El mundo está necesitado de personas como tú, ordenadoras profesionales que se adentran en casas caóticas para ayudar a organizar vidas.

¿No sabes por dónde empezar? Mira, algunas personas quieren ser ordenadas, pero no saben ni por dónde empezar; ese, precisamente, es tu *target*. A partir de ahora dejarás de ser un maniático del orden para ser un POC, lo que vienen a ser las siglas de *personal organizer coach*, no lo confundas con TOC, siglas de trastorno obsesivo-compulsivo.

Así que ya lo sabes, cuando alguien te diga que eres un TOC, dile que no se equivoque, que eres un POC... Y por lo menos, lo tendrás un rato distraído intentando entender qué has dicho...

Y ya que hablamos del impacto del orden, por el tema social no te preocupes. Aquí puede que te tengan por raro, pero en Alemania posiblemente no. Si eres como la señora Teresa, ya tardas en tomar un vuelo y trasladar tu residencia a Leverkusen para ofrecer tus servicios a cualquier fábrica en Baviera; verás cómo haces un montón de amigos, tienes trabajo y eres feliz compartiendo tu *expertise* con otras personas como tú. Y si ya eres de *nivel pro*, pues te espera el maravilloso mundo *kaizen* de Japón. Cógete un avión y vete a Japón, prepárate alguna entrevista de trabajo y te sorprenderás con cómo te van a llover las ofertas.

La parte negativa de vivir en Japón es que el piso va a ser muy pequeño y vas a tener poca cosa que ordenar... Pero seguro que lo compensas trabajando en una superfábrica de componentes electrónicos que ordenar.

Quizá aquí penalicemos eso de tender a la perfección, no pasa nada, imperfectos somos todos, pero que te puedes ganar muy bien la vida con tu perfeccionismo, no lo dudes...

¿NO SERÁ QUE ESTÁS ABURRIDO?

Algunas personas con una gran energía mental necesitan dar salida a esta, y para eso el orden, pues oye, ni está mal, ni hace daño a nadie.

Pero volvamos a lo importante. Ante la falta de estímulos, una mente inquieta como la tuya puede padecer el efecto zoológico. No lo busques en Google ni en los manuales de psicología, porque acabamos de inventárnoslo ahora mismo, así, de pronto. ¿Qué hace un animal enjaulado? Pues trata de estimularse como puede, sea andando, jugando o fastidiando a otro animal.

De todas las maneras de entretenerse y estimularse que hay, te animamos a que descartes fastidiar a los demás, que bastantes psicópatas tenemos ya en la vida; pero si lo analizas con una perspectiva receptiva, quizá ese orden excesivo en tu vida te está diciendo que tu mente quiere marcha. Vamos, que estás aburrido.

Introduce el reto en tu vida, busca nuevas opciones, nuevas aventuras, y ese empeño en ordenar de manera excesiva que puede traerte problemas se moderará.

¿POR QUÉ A MÍ?

Hay personas más ordenadas que otras, no pasa nada. Algunas han heredado el gen del orden de otros miembros de su linaje y estirpe familiar, pero lo más habitual es que el entorno en el que vivimos condicione nuestro orden.

Si, por ejemplo, te has criado en una familia caótica, muy posiblemente te encuentres cómodo en el caos. Pero si te acabas casando con una persona ordenada, muy posiblemente adquieras algunas rutinas más organizadas.

El entorno tiene un papel primordial, ya que te ofrece un modelo que imitar y, lo más importante, unas reglas de orden o de desorden que integras como buenas y que incorporas a tus repertorios conductuales y de relación con el mundo.

NO TE PIERDAS EN EL PROCESO

Te puedes perder en el proceso de ordenar, como si se produjera una especie de cortocircuito. Posiblemente conozcas a alguna persona que lleva años intentando ordenar su vida, sus fotos, sus libros, sus recuerdos, su despacho, su cocina, su casa, su todo. Es posible que esta persona se haya quedado atrapada en una especie de agujero espaciotemporal ordenativo. Quizá lo que le gusta es estar ordenando, pero lo cierto es que este tipo de personas suelen vivir en el desorden mientras intentan ordenar lo inordenable.

Si te reconoces en este modelo, tenemos un consejo para ti: no pasa nada por convivir con el desorden. Bueno, no pasa nada o puedes hacer algunas cosas que te pueden ayudar, por ejemplo comprarte un disco duro de dos millones de *terabytes* y poner toda tu información en él, dentro de una carpeta que se llame «Mogollón»; después creas otra carpeta que se llame «Ordenado» y vas colocando en ella tus cosas poquito a poquito.

Puedes hacer lo mismo de forma física. Por ejemplo, puedes alquilar un trastero enorme, una nave industrial o un polígono entero y allí metes todo lo que quieres ordenar; si tienes garaje, también vale, pero antes consúltalo con el resto de miembros de la familia que guardan su vehículo en él. Métele todo allí, guarda todo lo que tengas que ordenar y poco a poco ve cogiendo alguna cosa y colocándola donde toque. Pero, de verdad, ten el desorden controlado de forma que no te impida convivir con el resto de personas que comparten casa contigo.

Insistimos, si el proceso de guardar y de ordenar tu vida te relaja, ¡adelante!, pero si tienes un rato, intenta probar cosas nuevas, quizá te sorprendes.

CUESTIÓN DE CRITERIO

Ordenar es todo un arte y como buen arte tiene un secreto. La piedra angular de la organización son los criterios. Qué es mejor, ¿ordenar las cosas según el tipo de prenda —jerséis, pantalones, etcétera—, o por el color, y mezclar, así, pantalones, calcetines y jerséis de un mismo tono?

Nuestra respuesta es que depende, que puedes ordenar tu armario como te dé la gana, pero que una vez que hayas decidido un criterio, debes aplicarlo sistemáticamente, o de lo contrario no encontrarás nada, nunca, jamás.

Si mezclas criterios, tus calcetines rojos se perderán en un caos de armario junto a los cereales del desayuno de color rojo, la escoba de color rojo, los discos de vinilo porque son redondos como los cereales —los casetes, no, porque son cuadrados—, los palos de golf porque se parecen a la escoba, las raquetas de tenis, patines de hielo y botas de esquiar porque son elementos para hacer deporte, como los palos de golf, y así un largo e imprevisible etcétera. ¿Visualizas ya el caos?

Otro consejo es que es mejor si compartes esa categorización lógica, que tiene tu lógica, con la lógica de aquella persona con la que compartes vida... Y si no sois capaces de compartir una misma lógica, no pasa nada, os repartís las áreas comunes y a visitar Ikea para comprar armarios diferentes para que cada uno ordene sus cosas según su buen criterio. Eso sí, ni se te ocurra colocarle en el armario a tu pareja la ropa recién planchada sin preguntarle cómo la quiere...

Antes de cerrar el tema, os diremos que cada uno puede tener las categorías que le dé la gana. Los niños, los adolescentes y los adultos, aunque no lo parezcan, siguen su proceso de razonamiento —que no siempre es razonable— para crear sus propias categorías. Así pues, la categoría de un adolescente puede ser «ropa que me da buena suerte para ligar»... ¿A que mola esa categoría? Ahí entra su colonia, un par de conjuntos, unas gafas de sol y ropa interior molona. Y esa categoría es tan importante que merece el frontal del armario, lo que provoca el desconcierto de su madre, que ve mezcladas cosas tan dispares.

¿Qué puedo hacer si convivo con un desordenado?

Algunas personas no pueden ser ordenadas, otras no saben y otras no quieren. Ese es el primer paso, realizar un diagnóstico acertado, ya que dependiendo del grupo al que se adscriba tendremos que hacer una cosa u otra.

Empecemos por el caso más fácil: si tu compañero de piso, de trabajo o de vida no quiere ser ordenado, pues nada, a respetarlo. No

trates de cambiar a nadie. Intenta valorar si puedes vivir, trabajar o compartir piso con él, sabiendo que es así y que no tiene la menor intención de ser más ordenado. Si puedes tolerar esa ligera debilidad o si la compensa con otras virtudes, pues nada, a disfrutar de una vida estimulante. De la misma manera, si crees que no puedes soportarlo, solo tienes dos opciones. Una, tratar de negociar con esa persona y encontrar un punto medio en el que tanto tú como ella adoptéis una postura más moderada en pro de la convivencia o... romper relaciones diplomáticas.

La segunda posibilidad es que nuestro compañero de piso, de trabajo o de vida no sepa ser ordenado. Si es así, tenemos una buena noticia para ti: estás en la mejor de las situaciones, ya que tú, todo un experto en orden, te acabas de encontrar con una persona virgen en la materia. En tus manos está alguien deseoso de aprender, de saber, de crecer y tú vas a ser su maestro. Piénsalo bien. Podrás enseñarle tus criterios de ordenación, tu sistema de organización, tus categorías, tus manías, tus rutinas... Pero eso sí, ten cuidado... Si el discípulo supera al maestro, acéptalo con humildad.

El tercer caso es que no pueda. Algunas personas no pueden ser ordenadas. No es una cuestión de motivación, no es que no quieran —al contrario, desean ser ordenados—, es que no pueden. Una especie de alienígena interior fuera de control domina sus manos y sus mentes y les impide ser ordenados.

No confundas este caso con el primero. Si convives con este último tipo de personas, tienes dos opciones. Una, asumir su parte del orden —como buen maniático del orden que eres, estarás contento de tener más cosas que ordenar—; y dos, facilitarle la vida con etiquetas, instrucciones y pegatinas.

Pon un *gomet* de color en el cesto de la ropa sucia de color, uno blanco en el cesto de la ropa blanca y uno negro en el cesto de la ropa negra. Tu compañero y tu salud mental te lo agradecerán. Haz una funda de ganchillo donde ponga «mando de la tele» y así sabrá dónde tiene que ponerlo. Cuelga carteles con instrucciones precisas, por ejemplo justo encima del rollo del papel higiénico, indicando el lado hacia el que debe colgar y que no olvide reponerlo una vez que se haya terminado.

Verás que un problema se convertirá en una oportunidad para empapelar la casa con protocolos. ¿Se te ocurre alguna manera de disfrutar más para un maniático del orden? Trata de imaginártelo, todo lleno de normas sobre cómo actuar... ¡Instrucciones y listas por doquier!

Cuando un ordenado y un desordenado tienen que convivir, intentan imponer al otro sus propias reglas del orden. En definitiva, ambos son ordenados —cada cual tiene su orden—, pero uno es más metódico y el otro más caótico. En estos casos, lo mejor es diferenciar áreas. Es mejor que cada uno tenga su espacio: su armario, su lavabo, su cocina, su comedor y su lavadora. Bueno, hemos exagerado un poco, pero lo cierto es que respetar la libertad individual y la expresión de la personalidad del otro es básico para que una pareja pueda funcionar.

Esa pequeña debilidad tolerada tiene que organizarse... ¡Otra vez estamos hablando de organización y orden! Podéis encargáros de la cocina en días, semanas o meses alternos. De esa manera, los espacios comunes pueden ser adaptados al talante de cada uno.

El secreto está en no compartir nada, ya que no somos capaces de tolerar el orden del otro, de entenderlo y de amarlo, o acabaremos de los nervios, cada día, varias veces al día.

¿Y si convivo con una persona ordenada, pero tiene un criterio diferente al mío?

¡Eso es lo mejor que te puede pasar! Trata de imaginarte la de veladas que os pasaréis debatiendo sobre la conveniencia de ordenar los troncos de leña de la chimenea de menor a mayor o de mayor a menor con un vaso de vino en la mano. No hay nada mejor para un maniático del orden que otro maniático del orden... Eso sí, antes de decidir compartir la vida con un maniático del orden, pregúntale si le gusta negociar y si está receptivo a nuevos métodos.

¡Si la respuesta es afirmativa, tendrás la mejor relación de tu vida! Y si es negativa, entonces te puedes plantear la opción de aprender nuevas formas, de explorar alternativas y de incorporar nuevos métodos.

Acepta otros tipos de orden en tu vida, ponte a prueba, trata de compartir piso con una persona con un orden diferente al tuyo, será una gran fuente de placer.

En cualquier caso, si tienes que compartir piso con alguien, nuestro mejor consejo es que seas claro de entrada. La sinceridad por delante. Es mejor dejar las cosas claras y las expectativas bien definidas para evitar desengaños y problemas.

El orden, diana de todas las culpas

No eres maniático, eres precavido. Ordenado, perfeccionista o incluso quisquilloso... Pero eso no debería suponer ningún problema. Sin embargo, en ocasiones nuestro gusto por el orden tiene que defenderse ante algunas acusaciones.

Solemos culpar a nuestra manía por el orden de los problemas de convivencia. Si este es tu caso, no te engañes, la culpa no es del orden, sino de no compartir prioridades y del nivel de tolerancia. Cada uno tiene derecho a tolerar lo que le dé la gana y a tener sus propias prioridades, sin duda. El problema es cuando tienes que elegir entre una persona y tus prioridades. Si para ti es más importante mantener tu idea de orden que convivir con una persona, no pasa nada, estamos seguros de que encontrarás a alguien con prioridades como las tuyas, con manías como las tuyas y con extravagancias como las tuyas.

Pero ten cuidado, una persona que no comparta ni tolere tu gusto por el orden será capaz de hacerte sentir mal, incluso de decirte que tienes un problema. Querida o querido maniático del orden, no creas todo lo que te dicen...

Ordenados incoherentes

«Si fueras tan ordenado en casa como en el trabajo todo iría mejor.» Esta es una frase que ilustra a la perfección la vida de un desordenado que necesita ordenarse. Si es el caso de la persona que convive contigo, no te lo tomes a mal, no es nada personal. Tu pareja es desordenada, pero sabe que en el trabajo o es ordenada o la despiden y si la despiden eso va a ser un problema familiar todavía mayor que su desorden en casa.

Ser ordenada en el trabajo le consume tanta energía que llega a casa derrotada, abatida, exhausta y no le queda ni un átomo de fuerza en su

cuerpo para organizar nada. Además, si en casa no puede estar relajada, ¿dónde va a estarlo?

Observa a tu pareja con una mirada amable, no es que te ignore, es que no puede. No es que no esté motivada para ser ordenada en casa y sí en el trabajo, es que ahí no tiene más remedio. Es más, valora ese esfuerzo titánico que realiza en el trabajo para que pueda seguir viviendo toda la familia con relativa tranquilidad financiera.

Esclavos del orden

Una cosa más: atiende a las señales del entorno. Ser ordenado nunca supone un problema, padecer un trastorno obsesivo-compulsivo con el orden, sí. La palabra clave es *ansiedad* y las consecuencias de las rutinas que adquieres para intentar controlar esa ansiedad.

Si te reconoces como un esclavo o una esclava del orden, tienes un problema. Posiblemente hayas pasado esa delgada línea roja. El orden te ha de proporcionar cierta paz y tranquilidad; la falta de orden cierta motivación para organizarte; pero si la falta de orden te genera ansiedad, te bloquea, te irrita y te aísla de tu entorno, dirígete, ordenadamente, a un especialista competente que te pueda ayudar.