

## Generar 'no.problemas', ¿una enseñanza perdida?

*La Creatividad es la Inteligencia divirtiéndose*  
(A. Einstein)

A poco que se esté atento a cómo habla la gente de forma habitual, se puede oír como la gran mayoría de las personas se expresan obstinadamente en pensar y tratar como "*problema*" cualquier contratiempo o inconveniente que ordinariamente la vida nos depara por el mero hecho de estar viviéndola. Perder el autobús, el teléfono o la cartera, llegar tarde, el que el otro no me entiende, pasar un examen o una entrevista de trabajo, tener que estudiar, hacer dieta, romper (o no) una relación, donde ir de vacaciones (o no tenerlas), cualquier cosa que nos impulse a perturbar nuestra zona de confort lo vivimos como *problemas* porque de inmediato pensamos que: "...*tengo un problema*", "*Hay un problema...*", estimulando así a que nuestro organismo dispare instintivamente el estado de alarma para responder al desastre, estado de estrés que, paradójicamente, inhibe nuestra capacidad de pensar cómo solventar eficazmente cualquier imprevisto.

Del mismo modo que un niño aprende a hablar oyendo constantemente lo que dicen los demás, nosotros aprendemos expresiones que *problematizan* los acontecimientos más usuales y cotidianos, generando de ese modo el patrón de percibir la vida como una competición para ver quién colecciona más problemas y, de paso, quién es más eficaz resolviéndolos. Esa es la clave: *saber resolver*, ¿y qué pasa si no sabes?, de repente la autoestima se baja a lo más profundo del subsuelo arrastrando con ella hasta la más mínima certeza de ser capaz de zanjar el asunto que nos tiene embrollados.

Es cierto que en el colegio se aprenden fórmulas y teoremas que resuelven cada problema planteado para el estudio de las matemáticas, y es así, precisamente, como se entrena y desarrolla la inteligencia lógica-matemática, pasando desde las incógnitas más sencilla,-sumar dos y dos-, a las más complejas,-raíces cuadradas y logaritmos-, hasta que, prácticamente, uno tiene que hacer un acto de fe y creer ciegamente en que la operatividad de sus fórmulas es irrefutable, para lo cual no basta con conocerlas sino, además saberlas aplicar específicamente al problema pertinente. ¡Casi nada! . Con este panorama instalado en nuestro inconsciente no es de extrañar que uno se auto incapacite frente a los "problemas". Por eso sería muy útil que pusiéramos algo de orden y concierto en nuestra mente y empezando por preguntarnos: ¿Qué tiene que ver las fórmulas matemáticas con las vicisitudes de la vida cotidiana? ¿Cuáles de aquéllas son realmente operativas en el momento de reconducir mi vida?, y por otro lado ¿Es lógico que tengamos que problematizar cualquier reto que la vida nos presenta? ¿Es útil? ¿Para qué?

Hablo de los 'problemas matemáticos' para acentuar cómo hemos llegado a generalizar el concepto para casi todas las situaciones que interfieren de alguna manera en la ejecución de nuestras metas y objetivos, cuando, posiblemente, se suelen tratar de las averiguaciones

propias del proceso en cuestión, de tal modo que, por ejemplo, si he de tomar un avión a las 7h tendré que madrugar si quiero subirme a él a tiempo, es sencillamente un requerimiento y no un problema, a no ser que yo me empeñe en convertirlo como tal, claro está.

Cabría considerar con cierto rigor que todo aquello que en la vida cotidiana lo bautizamos como "*problema*" no siempre cumple los requisitos del originario matemático. Me refiero a que éste permite utilizar varias fórmulas para obtener siempre el mismo resultado, cuando, en lo referente a humanidades, se requieren tantas fórmulas para tantas y cuantas soluciones se puedan generar, de tal modo que cada persona adopte la que más le interese en un momento dado, y no necesariamente para siempre ni para todo a partir de entonces ni mucho menos para todo el mundo. En este contexto, en el que cada persona es una variable en si misma dentro de la ecuación, carecen de utilidad considerar irrefutable el pensamiento matemático como única vara de medir y aplicar la lógica. De la misma manera que no tiene sentido sumar peras con manzanas, tampoco ayuda gran cosa considerar un contratiempo o dificultad con un 'problema' porque nos induce a aplicar los cañonazos para matar moscas.

Nos hemos acostumbrado a vivir la vida como un campo de *minas-problemas* y en lugar de ver retos y nuevas posibilidades que estimulen nuestra mente creativa-adaptativa, ésta se ve ahogada por el temor, y uno no se da cuenta de que está viviendo y respirando *la cultura del miedo* que nos genera incertidumbre y desconfianza, sintiéndonos permanentemente amenazados, volviéndonos excesivamente vulnerables temiendo que la ira de los dioses del Olimpo se desate ante nuestra incapacidad de zanjar situaciones de infortunio que no teníamos previstas. Así como un guijarro rodando incansablemente por la ladera de la montaña nevada acaba siendo una gran bola de nieve, el estar pensando en que cualquier contratiempo cotidiano es un *problema*, convierte nuestra vida en un enorme problema.

*El inteligente resuelve problemas,  
el genio los previene y el sabio los evita.*  
(A. Einstein)

Hay personas especialmente hábiles en resolver problemas, incluso llegan a plantearlos con tal de tener la oportunidad de probar tal pericia. Otras, en cambio *los evitan* porque, a fuerza de vivirlos en primera persona han aprendido a *verlos venir*, lo que aprovecha esta ventaja para escoger vías alternativas evitando así el posible desastre, son los generadores de '*no.problemas*'. El '*no.problema*' es la otra opción que educa y entrena a nuestra mente a explorar nuevos caminos que nos mantengan a salvo de caer en el tan temido abismo de los '*tengo-la-obligación-de-resolver todos los problemas-si-no-quiero-que-queda-como-un-estúpido*'. Para evitar un problema primero tienes que pensar en él, -lo mismo ocurre si estás orientado a la solución-, generar un '*no.problema*' es el resultado de haber entrenado a tu mente a mantenerse a salvo de toxicidades innecesarias. Del mismo modo en que cuidamos que los niños aprendan a alejarse de los lugares peligrosos, al tiempo que les guiamos por caminos de confianza, ¿qué nos impide usar este mismo patrón para salir mejor parados de una situación aleatoria, -ni deseada ni esperada-, sin perjudicarnos, anulando automáticamente la tentación de responder a provocaciones beligerantes que nos pueden enclavar en un mundo absurdo y desatinado?

Podríamos empezar a habituarnos a llamar las cosas por el nombre que mejor se ajusta a la definición de los acontecimientos, es la parte de la lingüística que nos provee de manera eficaz para descubrir los molinos que los gigantes nos impiden ver. Algunos de los enredos en los que con mayor frecuencia “vivimos” como *problemas*, y que son grandes aliados para descartar situaciones estresantes, son entre muchos otros:

1. Complicación requiere simplificar en pequeños fragmentos.
2. Contrariedad requiere enderezar la situación y flexibilizando sin necesidad de renunciar.
3. Contratiempo requiere reconducir en el contexto temporal armónico.
4. Dificultad que requiere la acción de hacer validar tus facultades y/o adquirir nuevas.
5. Dilema/Conflicto aprender a decidirte y decantarte por el camino más conveniente para ti. Requiere negociar con uno mismo en cada momento.
6. Inconveniente requiere contextualizar para actuar convenientemente.
7. Interferencia requiere re-sintonizar tu idea con la realidad del mundo que te rodea para conseguir hacerlo posible.
8. Obstáculo requiere de las habilidades del pensamiento estratégico.
9. Revés requiere enderezar la situación en la dirección y el orden correctos.
10. Traba requiere serenidad y paciencia para "desenredar", desenmarañar lo que está retrasando el proceso.

Pensar en '*no.problemas*' significa dejar de torturarte exigiéndote encontrar soluciones a todo, pensar en '*no.problemas*' requiere estar orientado a la indagación, la exploración y al sondeo de diferentes acciones para seguir avanzando, indistintamente del resultado, no se busca tanto el "acertar" como un golpe de suerte, sino de aprender durante el proceso lo que el proceso te va mostrando. La mente, entonces, se siente libre para re-significar aquello que emerge en cada fase del proceso y utilizarlo a tu favor, no se trata, pues, solamente de evitar problemas sino de pensar de manera diferente.

*Lo que es correcto no siempre es popular y  
lo que es popular no siempre es correcto.*

(A. Einstein)



María A. Clavel Álvaro  
Socia Didacta (0058) y Formadora de la AEPNL (2002)  
Tl. 963 925 917  
[www.escoladevida.com](http://www.escoladevida.com)

