



## NUESTRO PERSONAJE

Leo en una novela (y me excuso, porque al escribir este café no logro recuperar la referencia) la siguiente frase:

*Supongo que, a los cuarenta y cinco, todos estamos atrapados en un personaje. Y de cuánto odias o amas a tu personaje depende tu felicidad.*

Me temo que es así. Y digo me temo, porque no debería de serlo. Ojalá pudiéramos todos vivir desde nuestra autenticidad, sin habernos creado ningún personaje por el camino. Pero la realidad es que nos creamos no uno sino muchos personajes que, si no vamos con cuidado, nos atrapan y, como dice la frase, nuestra felicidad acaba dependiendo de ellos.

El ejercicio de desenmascarar nuestros personajes es un ejercicio psicológicamente muy sano. Porque desde el momento en que somos capaces de reconocer un determinado personaje ya podemos empezar a desactivarlo. Mientras no lo reconozcamos, nos gobernará inconscientemente y lo puede hacer para siempre.

Yo a lo largo de mi vida he identificado a muchos de mis personajes. Los más significativos, o los que me vienen más fácilmente a la mente son *el sufridor*, y *el salvador*. El *sufridor* hace que viva por anticipado todos los peligros de cualquier situación. Y ya podéis imaginar que mucha buena vida no me da. Y el *salvador* hace que salga al rescate de todo aquel que piense que me puede necesitar (por la recompensa del agradecimiento) hasta el límite de que, como cuenta magistralmente Robert Fischer en el libro “el caballero de la armadura oxidada”, me dedique a “salvar princesas que ni tan siquiera quieren ser salvadas”.

Identificar personajes no los mata, pero sí los dimensiona, y ayuda a que no vivamos atrapados en ellos. Porque incluso los buenos, los que nos puedan gustar, nos alejan de nuestra autenticidad, que es lo mejor que tenemos. Así que esta es la invitación: descubrir nuestros personajes, y quizás no matarlos, pero sí al menos pactar con ellos.