



# VICTOR KÜPPERS

## Ayuda a buscar el sentido de la vida

Rechaza el título de “coach” y prefiere el más modesto de “formador”. Su libro “Vivir la vida con sentido” (Plataforma) va por la quinta edición y se ha convertido en uno de los referentes en el campo de los textos de autoayuda. **texto ANTONIO ITURBE foto ARCHIVO**

**E**n círculos más o menos intelectuales es de buen tono criticar la autoayuda.

**¿Le molesta que sus libros se entiendan dentro de ese género?**

No me molesta para nada, siempre digo que es fantástico que un libro te ayude. Hay determinados libros de intelectuales que nadie entiende. ¿Y para qué sirve un libro si no se entiende? Me gusta mucho Tolstói, quien decía que “hay muchos tipos de conocimiento, pero hay uno más importante que todos los demás: el

conocimiento de cómo aprender a vivir”. Si un libro te ayuda a vivir mejor, pues fantástico, ¿no?

**¿Se considera un coach?**

Un *coach* es un especialista que, a través de preguntas, te ayuda a encontrar respuestas. Yo no tengo esa capacidad. Siempre explico que mi trabajo consiste en copiar y pegar. Copio de los expertos, de los que investigan y estudian, lo pego a mi manera y lo transmito en mis conferencias. Los formadores no sabemos nada, solo recogemos conocimiento de otros que

sí saben y lo comunicamos para hacer pensar a las personas que asisten a nuestras sesiones.

**Es de admirar su humildad pero... ¿seguro que no tiene unas cuantas ideas de cosecha propia?**

No, no, son ideas que he copiado, que además todos sabemos porque son de sentido común: lo fantástico que es disfrutar de la vida, la importancia de la alegría, las ilusiones, la generosidad, el optimismo, ser amable y agradecido, la bondad, son conceptos que todos conocemos. Pero el mérito

no está nunca en saber, sino en hacer. Por eso, a veces, necesitamos recordar cosas que son simples y obvias, en un mundo tan complejo necesitamos volver a los principios básicos. Lo único que es mío es la forma de “pegar” las ideas y algunas palabras de mi jerga particular, como “tarado”, “melón” o “merluzo”.

**“La vida sólo tiene un objetivo: luchar cada día para ser la mejor persona que uno pueda llegar a ser”. ¿En qué consiste ser buena persona?**

En vivir conforme a principios humanos como la amabilidad, ayudar a los demás, la honestidad, la lealtad, el trabajo bien hecho. Vamos, lo que nuestras abuelas sabían pero que estamos perdiendo en un mundo dominado por el egoísmo, la avaricia y la codicia.

### ¿Luchas o lloras?

**Entre sus personas más admiradas está Juan Pablo II... ¿Le parece bien que encubriera a sacerdotes acusados de abusos sexuales a niños?**

Yo no tengo información suficiente para juzgar y no puedo creerme todo lo que publican los medios, porque muchas veces nos manipulan. Soy católico y me han influido mucho las ideas de la Madre Teresa de Calcuta o de San Agustín, pero también muchos otros, algunos ateos. No hace falta ser católico para explicar cosas relevantes sobre cómo vivir. A mí me gustaba Hugo Sánchez y soy del Barça, no hay que perder la objetividad. En el caso de Juan Pablo II, está claro que luchó por la libertad de las personas y las sociedades, desde su juventud, desde la opresión del régimen comunista hasta la caída del muro. También dio una lección sobre saber perdonar, como hizo con Ali Agca, y tuvo un carisma personal impresionante, que puso al servicio de Dios hasta la muerte. Me impactó cómo se entregaba a los demás en sus últimos años, pese al dolor. Ese carisma se vio palpablemente con los cientos de miles de personas que lo acompañaron cuando murió. Algo bueno tuvo que hacer para conmovir a millones de personas, ¿no? Hay seres humanos que saben despertar lo mejor que llevamos dentro, y él fue sin duda uno de ellos.

**“Vivir una vez es suficiente”. ¿No se queda usted con ganas de más?**

Me gusta mucho esa frase y por eso la puse en la portada del libro: “Solo se vive una vez, pero una vez es suficiente si se hace bien”. No me planteo tanto si una es o no suficiente, que sería frustrante por su imposibilidad, sino que me hace pensar que no podemos perder el tiempo enfadándonos por cosas secundarias, perdiendo la alegría por tonterías, que hay que vivir para ayudar a los demás y siendo conscientes de que la vida es brutal.

**Usted dice: si no tienes ninguna ilusión, búscatela. ¿Cómo?**

Trabajándolo.

**¿Se puede fabricar un entusiasmo que no se tiene dentro?**

El entusiasmo se desarrolla, no tengo ninguna duda. Tú eliges poner las noticias económicas negativas en la radio o ponerte una canción que te guste, tu ánimo será uno u otro, el que tú decidas. Es así de simple, tú decides, tú eliges tu estado de ánimo. La vida es muy simple, no fácil, pero simple, lo que pasa es que nos encanta complicárnosla o que nos la compliquen.

**¿Y qué actitud tomar ante las tragedias?**

Es verdad que la vida tiene dramas como pueden ser el fallecimiento de seres queridos, accidentes, enfermedades, etc. Los dramas, por desgracia, no tienen solución. No todo tiene solución en la vida. Los dramas hay que sufrírselos y solo el tiempo atenúa un poco el dolor. Si uno padece dramas tiene todo el derecho del mundo a no estar alegre ni ser entusiasta, ¡solo faltaría! Pero los que no padecemos dramas para ayudar a los que sí los sufren, no vale mirar a otro lado, y lo mínimo que se nos puede pedir es que valoremos las cosas que nos funcionan bien. Los que no padecemos dramas tenemos “circunstancias a resolver” y no se puede perder la alegría por eso. A veces tendríamos que preguntarnos por qué no vamos dando botes de alegría por la calle, qué nos quita la alegría. Muchos nos daremos cuenta de que son cosas secundarias.

**Entre sus reglas está “aceptar con alegría las humillaciones, incluso las injustas”. ¿Hemos de dejar campar**

**a sus anchas al abusador, al torturador y al mezquino?**

Para nada, todo lo contrario. Por supuesto que hay que reaccionar ante las injusticias. De hecho, pienso que somos una sociedad demasiado sumisa, que los que nos dirigen nos toman el pelo y lo aceptamos con demasiada resignación. A lo que me refiero con esa frase es que hay que saber aceptar las críticas, los fracasos y los errores con deportividad y alegría, sin actitudes defensivas o de rencor. En el caso de las relaciones humanas no creo que sea bueno darle vueltas, incluso aunque nos parezcan situaciones injustas, porque lleva a actitudes de rencor y nuestro criterio de justicia puede ser subjetivo o equivocado. Es mejor, creo, olvidar, disculpar y mirar hacia adelante. Todos cometemos errores.

**Al “Valle de las Excusas”, ¿no podemos ir de vez en cuando, para no fustigarnos con la culpa?**

Sí, sí, por supuesto. De hecho, en el libro explico que es muy sano y necesario quejarse, nos ayuda a desahogarnos y a sacar el cabreo que llevamos dentro. Pero hay que saber cuándo acabar. A mucha gente que esta quejándose todo el día tendríamos que decirle: “¡Tienes razón, melón, pero acaba ya!”. Porque, cuando uno se lamenta, no hace nada para avanzar. Normalmente nos quejamos de lo que no depende de nosotros y no nos centramos en lo que sí depende de nosotros. Luchar no garantiza el éxito, pero llorar garantiza el fracaso.

**Se lamenta de que, conversando con un grupo de alumnos indignados con el hambre en el mundo, preguntó cuántos habían llevado comida al Banco de Alimentos de su ciudad y ninguno lo había hecho. ¿La solución es la limosna?**

No, la solución al hambre en el mundo es que los gobernantes inútiles que tenemos y que no merecemos dejen de gastar en armamento y otras cosas innecesarias y lo destinen a invertir en los países menos desarrollados. En nuestras manos está cambiar el sistema, por ejemplo con nuestros votos o manifestándonos, pero también gestionando lo que esta en nuestras manos. Si no haces lo que depende de ti, no tienes mucho derecho a quejarte de lo que no hacen los demás. ■



**Vivir la vida con sentido**  
Victor Küppers  
Plataforma  
248 págs. 16 €.