

Cómo viajar con los Demás (o solo)

Las vacaciones nos permiten romper con la rutina. Son una buena oportunidad para cultivar la gratitud y ser más pacientes con nuestros compañeros. O para conectar con el mundo y con uno mismo

20/07/2009 - Autor: Borja Vilaseca - Fuente: El País Semanal

Viajar es la gran pasión de muchas personas. Un sueño que la mayoría podemos hacer realidad durante las vacaciones de verano. Al menos durante 15 días al año tenemos la posibilidad de escapar de nuestra rutina laboral para descubrir lugares remotos. Eso sí, teniendo en cuenta que la lejanía de nuestro destino será directamente proporcional a lo abultado que sea nuestro bolsillo.

“Los viajes en soledad nos ayudan a ser felices por nosotros mismos, potencian nuestra autoestima y confianza”

Los viajes nos permiten conocer un poquito más el mundo en el que vivimos, pudiendo aprender de culturas con valores diferentes. Expandir la comprensión que tenemos acerca de nosotros mismos y del entorno del que formamos parte. Vayamos donde vayamos, viajar nos da la oportunidad de ver nuestra vida con otra perspectiva y, en ocasiones, también nos ayuda a relativizar nuestros problemas del día a día.

Dado que, por primera vez en la historia de la humanidad, la mayoría vivimos en núcleos urbanos, los viajes nos permiten visitar parajes exóticos y salvajes donde recuperar el contacto con nuestros verdaderos orígenes. Una vez regresamos a casa, en nuestro recuerdo siempre perduran aquellos rincones donde pudimos maravillarnos con la belleza que desprende la naturaleza en estado puro. Es decir, la que todavía no ha sido manipulada por la mano del hombre para convertirla en una atracción turística. Afortunadamente, a veces no hay que ir demasiado lejos para encontrar lo que andamos buscando.

Viajar en grupo

“El instinto social de los hombres no se basa en el amor a la sociedad, sino en el miedo a la soledad” (Arthur Schopenhauer)

Para disfrutar al máximo de la libertad temporal, hemos de tener muy en cuenta que viajando es precisamente como mejor se conoce a la gente. Se produce una convivencia extrema. Sin ocupaciones laborales. Sin recados cotidianos. Sin distracciones. Sin intimidad. Sin excusas. Cada mañana, tarde y noche. Codo con codo. Desde el inicio hasta el final.

Ya sea con la pareja, con los padres, con los hijos, con los amigos o con personas totalmente desconocidas, viajar supone desvelar aspectos de nosotros mismos que no solemos mostrar a

los demás. Más que nada porque la propia dinámica nos impide poder ocultarlos. En este tipo de convivencia afloran nuestras grandezas y nuestras miserias.

“Sucedá lo que suceda, no hemos de olvidar que el viaje es un regalo; lo importante es tener la posibilidad de experimentarlo”

De ahí que la calidad de nuestro viaje no tenga tanto que ver con el lugar al que vamos, sino con la relación que mantenemos con las personas que nos acompañan. Si queremos amortizar económica y emocionalmente la inversión realizada, más nos vale saber elegir con quién viajamos. Y aun así, difícilmente podremos evitar los roces. Por esta razón, viajar en grupo siempre acaba siendo una inmejorable oportunidad para practicar el arte de convivir con los demás.

El desafío de la convivencia

“¿Por qué, en general, se rehúye la soledad? Porque son muy pocos los que encuentran compañía consigo mismos” (Carlo Dossi)

Para viajar en grupo de forma pacífica es necesario que cada miembro se comprometa a llevar en su maleta cinco cualidades emocionales, imprescindibles para disfrutar plenamente de la experiencia. La primera es la paciencia, es decir, comprender que cada persona tiene su propio ritmo y que las cosas no siempre salen como esperamos. Basta con pisar un aeropuerto para corroborarlo: parecen espacios expresamente diseñados para quitarnos las ganas de viajar.

La segunda es la flexibilidad. Cada persona tiene prioridades diferentes a las nuestras, por lo que es fundamental saber adaptarnos a las necesidades de los demás. Para lograrlo hemos de limar nuestro egoísmo, que a veces se manifiesta en forma de rigidez. Al adoptar una visión más objetiva y una actitud más altruista, nos mostramos más cuidadosos con la relación que mantenemos con las personas que nos acompañan, lo que armoniza enormemente la convivencia.

La tercera es el respeto. Para incorporar esta competencia emocional en nuestro equipaje, basta con que nos preguntemos qué preferimos: ¿tener la razón o ser felices? ¿Imponer lo que queremos o estar en paz con nosotros mismos y con los demás? ¿Entrar en conflicto con nuestros compañeros de viaje o aprovechar la experiencia para fortalecer nuestro vínculo afectivo? Y es que más allá de lo que podamos ver y hacer, lo que verdaderamente nutre y llena nuestro corazón es lo que compartimos.

La cuarta es el sentido del humor. Saber reírnos de nosotros mismos con nuestros compañeros, así como de los contratiempos, es un antídoto contra cualquier enfado. Si bien nos ayuda a cultivar una sana complicidad con el grupo, también nos previene de la negatividad liberándonos de un vicio muy arraigado: el de amargarnos la vida.

Por encima de la paciencia, la flexibilidad, el respeto y el sentido del humor se encuentra la

cualidad más necesaria de todas: la gratitud. Más que nada porque sin ella solemos perder de vista lo que de verdad importa. Cuando no somos del todo conscientes del enorme privilegio que supone viajar, podemos llegar a quejarnos, lamentarnos e incluso enfadarnos por pequeñas tonterías.

Viajar es un regalo

“Cuando te enfadas tienes doble trabajo: desenfadarte y pedir perdón” (Pilar Romero de Tejada)

Que si el avión llega tarde. Que si el taxista nos ha intentado tomar el pelo. Que si el hotel es feo. Que si el desayuno no nos gusta. Que si hace demasiado calor. Que si hace demasiado frío. Que si la gente no habla inglés. Que si... Cuando adoptamos este rol tan susceptible y crítico, la lista puede ser interminable. Para evitar estropearnos el viaje a nosotros mismos y a los que nos acompañan, hemos de comprender que todos estos contratiempos forman parte de la experiencia de salir de nuestra rutina habitual.

Viajar no sólo es vivir aquello que deseamos, sino también dejarnos sorprender por aquello que no esperamos. Suceda lo que suceda, no hemos de olvidar nunca que cualquier viaje es en sí mismo un regalo. Lo más importante es tener la oportunidad de experimentarlo. En el año 2007 sólo uno de cada diez viajó al extranjero, según el Instituto de Turismo de España.

Aunque no es una práctica habitual en España, cada vez más personas se animan a viajar solas por el mundo. Y no en plan turista –con todo el paquete organizado por una agencia–, sino como mochileros, sin más compañía que nuestro equipaje, nuestro pasaporte y nuestra sombra. Más allá de descansar y disfrutar, el objetivo de estos viajes en solitario es precisamente aprender a convivir con nosotros mismos. De ahí que sean concebidos como una gran experiencia de aprendizaje y crecimiento personal.

Viajar solo como aprendizaje

“Aprendes a estar solo cuando comprendes que nunca lo estás realmente” (Marc Oromí)

Para que tengan un impacto real, estas aventuras han de durar, como mínimo, entre 15 días y un mes. Se sabe de mochileros que viajan a solas durante meses e incluso años, mayoritariamente menores de 35 años, sin responsabilidades familiares y echando mano de los ahorros de toda una vida. Sin embargo, la simple idea de viajar en soledad incomoda y despierta cierto miedo en muchas personas. Algunos reconocen no comprender cómo alguien puede preferir viajar solo a hacerlo acompañado.

¿Qué voy a hacer solo tantos días? ¿Con quién compartiré esa espectacular puesta de sol en medio de la naturaleza? ¿A quién acudiré si me siento triste y echo de menos a mis seres queridos? ¿Qué haré si me meto en algún lío? Para responder a éstas y otras preguntas es imprescindible vivir la experiencia por nosotros mismos. Sólo así podemos escapar de la prisión en la que suele encerrarnos nuestra mente a través de temores y limitaciones ilusorios.

Convertirte en tu mejor amigo

“Qué importante es en la vida no necesariamente ser fuerte, pero sí sentirte fuerte, midiéndote a ti mismo al menos una vez para saber de lo que eres capaz” (Christopher

McCandless)

Desde un punto de vista emocional, los primeros días y semanas pueden llegar a ser duros. Al no estar acostumbrados a estar solos, hablamos con nosotros mismos en voz alta para sentirnos acompañados. De forma natural, nos abrimos más para relacionarnos con viajeros y nativos de la zona. Al tener tanto tiempo libre y nada obligatorio que hacer, poco a poco empezamos a conectar con lo que somos, con lo que hemos ido acumulando en nuestro interior. Durante estos viajes en soledad solemos vomitar estados de ánimo sepultados por distracciones cotidianas. Al vaciarnos por dentro, volvemos a casa como nuevos.

No en vano, la mayoría de las personas que apostamos por viajar en soledad buscamos precisamente eso: crecer y madurar emocionalmente. Más que nada porque al estar solos no nos queda más remedio que aprender a contar con nosotros mismos. Saber que pase lo que pase nos tenemos a nosotros mismos es una de las revelaciones más liberadoras que podemos experimentar. Por eso viajar solo suele potenciar nuestra autoestima y fortalecer la confianza.

Al viajar solos podemos aprender como en ningún otro contexto a ser felices por nosotros mismos. Autoabastecemos emocionalmente, consiguiendo estar a gusto sin necesidad de evadirnos o juntarnos con personas. Así se disfruta plenamente de cada momento. Y este valioso aprendizaje nos resulta muy útil para emprender nuestro verdadero viaje, que siempre comienza cuando volvemos.

Recorridos por lo desconocido

1. Libro

‘Hacia rutas salvajes’, de John Krakauer (Zeta Bolsillo). Un libro que analiza psicológica y filosóficamente la necesidad de algunas personas de viajar en soledad. Y lo hace narrando el épico viaje del joven Christopher McCandless, que entre otras hazañas relacionadas con “la búsqueda de la verdad”, vivió solo durante 100 días en el corazón de Alaska.

2. Película

‘La playa’, de Danny Boyle. Leonardo DiCaprio interpreta a un joven americano que está cansado del turismo de masas, totalmente organizado. Durante un viaje en solitario por Tailandia decide ir en busca de un paraíso virgen e inexplorado. Por el camino conocerá aspectos de sí mismo y de la condición humana que jamás hubiera imaginado.

3. Canción

‘Enero en la playa’, de Facto Delafé. Música relajante para aprender a disfrutar del único viaje que comienza cada día: la vida.

Soltar lastre para la convivencia

Según un cuento tradicional chino, dos monjes budistas se encontraron con una mujer muy hermosa en la orilla de un río. Al parecer, la chica no se atrevía a cruzarlo por miedo a caerse en el agua. Sin dudarlo, uno de los religiosos la subió sobre sus hombros y la llevó

hasta la otra orilla. El otro monje no dijo nada, pero se puso furioso. Lo que había hecho su compañero estaba prohibido: un monje budista no debía tocar a una mujer. Tras recorrer en silencio varios kilómetros y entrar en el monasterio, el monje que estaba enojado se volvió hacia el otro y le dijo: “Tendré que decírselo al maestro. Lo que has hecho está prohibido”. Y el otro, desconcertado, le preguntó: “¿De qué estás hablando?”. Atónito, el monje enojado le recriminó: “¡Llevaste a esa hermosa mujer sobre tus hombros!”. El otro monje se rió y dijo: “Es cierto. Yo la llevé. Pero la dejé en la otra orilla del río. Sin embargo, tú todavía la sigues cargando”.