



AUGUSTO CURY

O CÓMO SOBREVIVIR EN ESTE MUNDO DE LOCOS

TEXTO MARIAN SAGREDO FOTO SANTIAGO ZACCHI

El psiquiatra Augusto Cury en São Paulo. Con 12 millones de libros vendidos, es uno de los divulgadores de autoayuda más exitosos.



SUS LIBROS SOBRE **SALUD EMOCIONAL** SON UN ÉXITO DE VENTAS GLOBAL. PARA EL ESCRITOR Y PSIQUIATRA BRASILEÑO LA HUMANIDAD ESTÁ ENFERMA PORQUE NO SABE GESTIONAR SUS EMOCIONES

¿SE DESPIERTA CANSADO POR LAS MAÑANAS? ¿Sufre dolor de cabeza y muscular? ¿Ha notado un déficit de memoria y de capacidad de concentración? ¿Irritabilidad tal vez? ¿Estrés? Si responde afirmativamente a todas estas preguntas, lo más probable es que usted sea una víctima del sistema. Por si le consuela, hay muchos más en su situación. De hecho, la gran mayoría de sus semejantes. Lo dice el psiquiatra y escritor brasileño Augusto Cury, que lleva 12 millones de ejemplares vendidos y ha sido traducido a más de 50 idiomas. Su diagnóstico: "La gente se ha acostumbrado a tener una mala calidad de vida. Lo normal es estar agobiado. Pero si seguimos así, el mundo se convertirá en un gran hospital psiquiátrico". Para este doctor, el quid del trastorno global radica en que no nos educan para saber gestionar nuestras emociones o para afrontar los momentos duros de la vida. Sólo para consumir bienes y servicios. Y añade: "Nunca ha habido tanta gente con depresión. El 20% de la humanidad la padecerá en algún momento de su vida, según la Organización Mundial de la Salud". Habla con conocimiento de causa. Él mismo la sufrió. Hoy es un experto en psicología educativa y sus métodos se estudian en colegios y universidades.

No se alarme demasiado. La medicación que propone está al alcance de todos los bolsillos. La debe generar uno mismo: "Gaste unos minutos en penetrar en su interior, en relajarse, en tener una mesa redonda consigo mismo. Encuentre sus fantasmas, sus inquietudes y pregúntese el porqué de todos ellos". Luego vendrá el pensar antes de hablar, ejercitar la capacidad de crítica y de duda, saber disfrutar de las pequeñas cosas, utilizar la creatividad para aprender de los errores, abrirse de verdad a los seres queridos. O como lo resume él: "Alcanzar la salud emocional". Para lograrlo, advierte de la importancia de la educación. Y coloca a la figura de los profesores como los profesionales más importantes de la pirámide. Un colectivo al que, según él, "no se le ha dado la relevancia que merece".

ESTE HOMBRE PAUSADO DE 52 AÑOS, CASADO Y PADRE DE TRES CHICAS, vive retirado del mundanal ruido desde hace 20 años. Aunque sus libros están dando la vuelta al mundo desde que comenzara su carrera de

escritor, en 2003. Su finca, situada en la zona rural del estado de São Paulo (Brasil), dista un par de kilómetros del pueblo más cercano. Allí, rodeado de plantaciones de caña de azúcar, ha redactado sus 11 volúmenes, de ficción y didácticos. Incluido el último, que se acaba de publicar en España, *El vendedor de sueños* (Planeta). La historia de un marginado social decidido a mejorar el mundo de locos en que vivimos. Su instrumento es su don de palabra y una fuerte personalidad, dos cualidades que desmontan la coraza de todo aquel que se cruza en su camino.

El autor viste de traje chaqueta sin corbata. Su casa es una prolongación de su filosofía vital. Silenciosa, luminosa, acogedora y escrupulosamente ordenada. También relativamente austera (para un hombre con tantos millones de ejemplares vendidos), y abarrotada de fotografías familiares con caras sonrientes. "Mi mujer terminará gastando todos nuestros ahorros en revelar fotos", bromea. No hay televisión en el salón. Parece que la cambiaron por flores. "Es mejor así. Tenemos un cuarto aparte con proyector". La puerta contigua es su consulta, una pequeña habitación con una mesa, dos sillas y una estantería con libros. "Aunque ya casi no acepto pacientes, sólo los casos más difíciles que me pasan algunos colegas". La escritura es ahora el eje central de su trabajo. Una dedicación con la que no sólo busca entretener, "sino protestar".

EN SUS LIBROS CRITICA TANTO EL CAPITALISMO COMO EL SOCIALISMO. Se atreve incluso a sugerir que los ejecutivos actuales son los nuevos proletarios. "Es una paradoja, pero el sistema traiciona a todo el mundo, sobre todo a los que más le dan". Y añade que la sociedad siempre ha errado porque nunca ha dado prioridad al desarrollo interior de las personas. Y como quiere hechos, ha creado un programa denominado Escuela de la Inteligencia, que gestiona junto con su hija mayor Camila. Se trata de insertar en el horario escolar una hora semanal que potencie la reflexión en los jóvenes, lo que llevaría a un mejor rendimiento académico y a una comunicación más profunda con maestros, padres, compañeros e incluso con uno mismo. Por el momento cuenta con 4.000 alumnos de diversos colegios. →

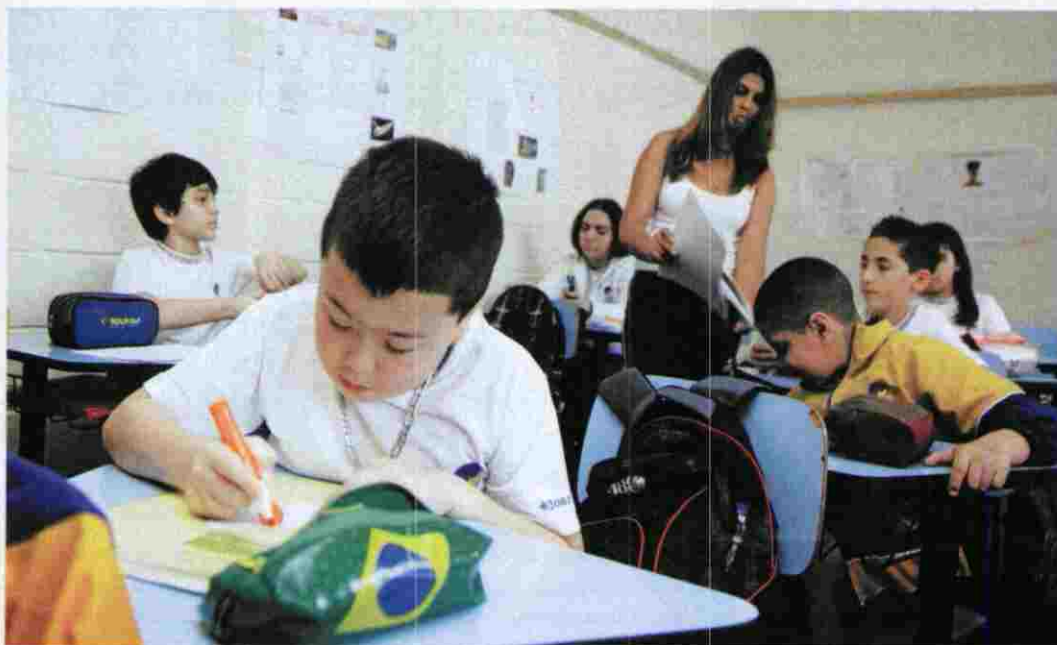


EL LIBRO

EL VENDEDOR DE SUEÑOS

(PLANETA).

El último libro del psiquiatra brasileño Augusto Cury es un manual de ilusión.



Escuela de la Inteligencia El colegio Ouro Preto imparte la materia de Cury a alumnos de 10 a 18 años. Abajo, la estudiante Isabella, el coordinador Scarpellini y la profesora Buccelli.

→ **OURO PRETO ES UNO DE ELLOS.** Una escuela privada con 350 alumnos y 40 años de experiencia, situada en el barrio italiano de Mooca, en São Paulo. Es el primer curso que imparten la materia de Cury. Marcio Scarpellini, el coordinador general, se muestra muy contento con los resultados obtenidos hasta ahora: "Fuimos nosotros quienes buscamos a la Escuela de la Inteligencia. Los manuales de Cury tienen método, no sólo retórica. Los chavales están más relajados y concentrados. Hay más armonía, y no sólo aquí, también en sus casas. Queremos hacer participar a los padres de esta evolución, por ello, con la matrícula les damos a leer varios de sus libros". Vanessa Buccelli, la profesora de Biología, también se encarga de impartir la clase de la reflexión a los mayores, de entre 14 a 18 años. "A

esa edad los chicos sienten que sus amigos no les escuchan y que sus padres siempre están trabajando. Aquí usamos las enseñanzas de Cury, como poner música ambiental y las mesas en círculo, generamos debates, nos contamos nuestras vivencias y tratamos de humanizar el conocimiento, como por ejemplo, poniendo cara a los grandes pensadores y profundizando en todas las dificultades y circunstancias que les rodearon".

Flabica tiene 18 años y tanto le ha cambiado la vida esa clase que ahora quiere dedicarse a la pedagogía. "Nos escuchamos más unos a otros. Somos mejores amigos. Me siento más feliz aquí en la escuela y en casa también porque tanto mis padres como yo tenemos mejor disposición a sentarnos a hablar tranquilamente". Isabella, de 16, añade: "Cada uno vemos la vida de distinta manera, ahora tratamos de ponernos en el lugar del otro. De escuchar y de pensar antes de emitir un juicio". Victoria, de 12 años y un poco más tímida que las anteriores, aún no ha conseguido mejorar la relación con sus padres: "No me entienden y yo tampoco a ellos. Pero por lo menos esa hora me lo paso muy bien, me relaja bastante y siento que puedo decir tranquilamente lo que pienso de todos los temas. A un amigo mío que es muy reservado le sirve para soltarse".

Cury avisa de que sus pautas no son milagrosas. "Conseguir la salud psíquica requiere tiempo, un entrenamiento día a día. Pero al final hay resultados. Y mira, puede que te ahorres la consulta al psiquiatra".