

DECÁLOGOS

PARA VIVIR MEJOR

por Francisco-Manuel Náchter

ÍNDICE

A.- FAMILIA

- 1.- Decálogo para padres
- 2.- Decálogo para hijos
- 3.- Decálogo para cónyuges
- 4.- Decálogo para abuelos
- 5.- Decálogos para nietos
- 6.- Decálogo para padres políticos
- 7.- Decálogo para hijos políticos

B.- SOCIEDAD

- 8.- Decálogo de Jehová
- 9.- Decálogo para la convivencia
- 10.- Decálogo de la cortesía
- 11.- Decálogo para los llamados a desempeñar cargos públicos
- 12.- Decálogo para maestros
- 13.- Decálogo para discípulos

C: TRABAJO

- 14.- Decálogo para jefes
- 15.- Decálogo para subordinados

* * *

A MANERA DE PRÓLOGO

Desde que Moisés descendió del Monte Sinaí con las Tablas de la Ley, el Decálogo es el modelo que, generalmente, se utiliza para agrupar y expresar las normas fundamentales de funcionamiento de cualquier organización, sea ésta religiosa, política, económica o social y, especialmente, individual.

El número diez representa la verdadera sustancia del ser. Todos los números conducen a él y los que le siguen son meras combinaciones de los que le preceden. Es el número que simboliza el perfecto equilibrio entre la polaridad masculina (1) y la polaridad femenina(0) cuando trabajan de acuerdo con las leyes naturales.

Esta serie de decálogos, relativos a la familia, al entorno social y al laboral, tratan de recoger y llamar la atención del lector sobre sus principales deberes, derivados de las leyes naturales, según el estatus evolutivo de cada uno, y desde el punto de vista de la Filosofía Rosacruz.

Por supuesto, no se trata de enmendar la plana a Jehová ni de contradecir al propio Cristo, que ya redujo los diez mandamientos a sólo dos *“Ama a Dios sobre todas las cosas y a tu prójimo como a ti mismo”* y que, aún condensó esos dos en aquel *“un solo mandamiento os doy: que os améis los unos a los otros como yo os he amado.”*

Con ello, pues, sería suficiente. Pero a la gente, a los estudiantes, que van llegando a las puertas del ocultismo rosacruz, cargados de sufrimientos, de problemas, de preguntas, de anhelos, cada uno con su cruz, que siempre se le antoja la más pesada, no les resultaría suficiente, ni siquiera comprensible ese único mandamiento tan simple y tan escueto. Necesitan, necesitamos, más detalles. Necesitamos desentrañar, desmenuzar, diseccionar su contenido, que es el de nuestra conducta ideal, para poder mirar dentro de nosotros mismos y empezar a comparar y a

comprendernos y, desde ahí, a intentar tomar las riendas de nuestras propias vidas.

Vamos, pues, a dar un repaso a lo que consideramos como fundamental en el comportamiento de los humanos que, lo sepan o no, lo deseen o no, a lo largo de sus vidas, están intentando comprender la vida y la muerte y el mundo y las leyes que lo rigen todo y los porqués y los cómo de todas las cosas.

Los preceptos de estos Decálogo son necesariamente amplios y, aparte de lo que se pueda exponer sobre ellos, cada lector deberá, luego, ampliar su contenido con sus propias experiencias vitales, que son siempre únicas, personales e intransferibles.

Si se leen y se estudian y se meditan, estos decálogos ayudarán a quien lo haga a transitar por la vida sin demasiados sobresaltos y con la tranquilidad que da el saber que uno está preparando su mañana conscientemente, que la “vida no le sorprenderá ni lo vivirá”, sino que “será él quien viva la vida” porque en todo momento, sabrá dónde está y adónde quiere ir y cuál es el mejor camino para el éxito y para la paz interior y la armonía con el ambiente y consigo mismo.

Es, pues, sólo – como siempre – cuestión de voluntad. Y ahí ya el autor no puede intervenir, aunque sí desear que el lector la ejercite y la desarrolle en su propio beneficio y en el de su entorno.

Pozuelo de Alarcón, Navidades de 2004.

* * *

A.- 1**DECÁLOGO PARA PADRES**

Ser padre o madre no es fácil. Pero es lo más hermoso y lo más importante que nos puede ocurrir en la vida.

Ahí van unas cuantas ideas, que deberías leer frecuentemente hasta grabarlas, de modo imborrable, en tu cabeza y en tu corazón. Si las pones en práctica, puedes ayudar a tu retoño a ser feliz y a hacer felices a los demás:

1.- **AMA A TU HIJO.** Ha nacido de ti porque te necesita y te ha escogido entre todos los padres posibles. Y naciendo, ha puesto su vida en tus manos. Ámalo, pues, porque no podía haberte dado mayor muestra de confianza.

2.- **RESPETA A TU HIJO.** Tiene el mismo derecho que tú al respeto, y tú, precisamente, debes enseñarle el respeto por los demás. Por tanto, no lo castigues cuando se equivoque, pero prémialo siempre que acierte. Y destierra de tu mente, de por vida, como impropio, abuso de autoridad, soberbia y crueldad, cualquier clase de maltrato hacia él: Desprecio, insulto o ridículo y, más aún la agresión física, indigna hasta para los animales, que no la practican nunca.

3.- **COMPRENDE A TU HIJO.** Ponte en su sitio, a su nivel, y trata de ver las cosas como él las ve. Pero no pretendas nunca que las vea como tú, porque es imposible. Él es distinto.

4.- **DISFRUTA DE TU HIJO.** Participa de sus juegos, de sus ilusiones, de sus sueños... Él se sentirá fuerte y desarrollará las alas de la ilusión y la fantasía, piedras angulares de la felicidad.

5.- ALABA A TU HIJO. Mira siempre su lado bueno. Aprovecha cualquier ocasión para que oiga tus alabanzas y note que estás orgulloso de él. Es el mejor servicio que le puedes prestar. Además, siempre hay mil motivos para estar orgulloso de un hijo.

6.- SÉ CONSECUENTE CON TU HIJO. Si le aconsejas algo, que vea que tú lo haces. Si le dices que algo no debe hacerse, que vea que tú no lo haces. De otro modo sembrarás en él la confusión y la falta de confianza en ti y en el mundo, cuyo representante para él eres tú.

7.- SÉ RESPONSABLE CON TU HIJO. Sin que lo sepas, tú eres el espejo en que él se mira y tratará, inevitablemente, de imitarte. No hagas, pues, que fracase en el futuro cuando imite tus fallos de hoy. Procura superarte para estar a la altura de tu papel.

8.- NO AGOBIES A TU HIJO. No le pidas más de lo que puede dar, en ningún sentido. Él ha venido al mundo con unas capacidades y unas inclinaciones y un plan de vida distintos de los tuyos y distintos también de los que tú habías, egoístamente, soñado para él. Y tiene derecho a desarrollar "su" vida y no la tuya, cosa que tú ya hiciste y te pareció normal hacer.

9.- DIALOGA CON TU HIJO. Confía en él y haz que él confíe en ti. Eres, en todo el mundo, la persona en la que, de modo natural, más debe confiar, y de la que más tiene derecho a esperar. Si no te ganas su confianza, te suplantarán en ella los amigos y éstos no siempre serán los más aconsejables.

10.- NO LE DIGAS NUNCA NI LE ENSEÑES A TU HIJO QUE LA VIDA ES FEA O EL MUNDO ES HOSTIL. Porque la vida es maravillosa y vale la pena vivirla, y el mundo está lleno de amor y de felicidad y de cosas bellas y de oportunidades. Y ese es el mundo que debes mostrarle. Y el que tu hijo lo vea así o no, dependerá de tu acierto, de tus correctas enseñanzas y de tus buenos ejemplos... o de tus frustraciones, de tus errores y de tus complejos... de los que él no tiene ninguna culpa y con los que tú no tienes ningún derecho a hacerle cargar.

Como habrás observado, estos diez mandamientos se resumen en uno: AMA A TUS HIJOS COMO A TI TE GUSTARÍA QUE TUS HIJOS TE AMASEN A TI. O sea: AMAR. Pero ama sin esperar nada a cambio. Absolutamente nada. Tan sólo está dispuesto, siempre que haga falta, a escuchar, a echar una mano mediante un consejo, una reflexión, una sugerencia, un ejemplo o una ayuda material... pero nunca una imposición ni una exigencia. Eso es violencia y la violencia nunca está justificada y, además, genera más violencia, de la que la primera víctima serías tú mismo.

Si observas este Decálogo, tu hijo será feliz y tú con él. Si no, tú serás el principal responsable de su fracaso y de su infelicidad.

* * *

A.- 2**DECÁLOGO PARA HIJOS**

Ser hijo es el destino de todos. Podemos llegar o no a ser padres. Pero hijos lo somos todos sin excepción. Es, pues, la situación de convivencia más frecuente que existe. Y eso quiere decir que es la que mejor hemos de saber resolver.

Las ideas que siguen, que deberías estudiar y hacer tuyas, te ayudarán a desempeñar dignamente ese papel de hijo, el más importante que te cabrá desempeñar en tu vida, después del papel de padre.

1.- **AMA A TUS PADRES.** Ellos te lo dieron todo de la mejor manera que supieron. Todo. Y, más que nada, te dieron amor.

2.- **RESPETA A TUS PADRES.** Son los que tú mismo escogiste como tales. Y como tales te acogieron. ¿De qué te puedes quejar?

3.- **SÉ AGRADECIDO CON TUS PADRES.** Les debes nada menos que la vida, tu don más preciado, y que nunca podrás agradecer bastante. Llevas, además, mucho más de ellos de lo que tú puedes imaginar.

4.- **AYUDA A TUS PADRES.** Ellos te ayudaron cuando lo necesitabas. A veces con gran sufrimiento, pero siempre con amor y con ilusión. Nunca sabrás las noches en vela, los sobresaltos, los disgustos, los sacrificios, las renunciadas y el esfuerzo que supusiste para tus padres. En realidad, sólo lo sabrás cuando, a tu vez, seas padre o madre. Entonces los empezarás a comprender mejor y a querer más. Es natural, pues, que puedan contar con tu ayuda en todos los terrenos y en todos los momentos. Y es natural que se la prestes sin regateos, sin mezquindades y sin excusas cuando la necesiten. Sobre todo, no los abandones porque son viejos. Ellos

no lo harían nunca contigo. Nunca. Para dejar de ayudar a los padres, pues, no hay ninguna excusa válida. Ninguna.

5.- DIALOGA CON TUS PADRES. Interésate en sus cosas y hazles conocedores de las tuyas. Ten en cuenta que, aunque tú no lo creas, tu vida es parte de la suya y todo lo que a ti te afecte, bueno o malo, lo sienten ellos como propio. Hazles, pues, partícipes de tu felicidad y disimúlales, en lo que puedas, tu desgracia.

6.- CUENTA CON TUS PADRES. No los dejes al margen de tu vida porque, por ley natural, nunca podrán estarlo. Tú, lo quieras o no, formas parte de ellos y eso te obliga a tenerlos al corriente de tus cosas y, sobre todo, a facilitar y fomentar su contacto y su convivencia, lo más intensa posible, con tus hijos. Los abuelos son los únicos que pueden dotar a tus retoños de unas raíces que los unan a su familia, a su ambiente, a su pueblo y a su historia, cosa que tú, preocupado por su educación y su formación, no harás o harás mal.

7.- IMITA A TUS PADRES. Lo has venido haciendo, sin darte cuenta, toda tu vida. Pero ahora debes hacerlo conscientemente. Estudia cada una de las virtudes, de los hábitos, de las actitudes que tú admires en ellos, y hazlos propios. Te será fácil, porque todos los padres tienen miles de cosas buenas y dignas de admiración.

8.- ESCUCHA A TUS PADRES. Dales posibilidades de ejercer su papel. Aunque ahora parece que no haya de ser así, por ley natural, mientras vivan seguirán siendo tus padres. Y sólo desean tu bien y tu felicidad. No les niegues, pues, la oportunidad de seguir siendo padres, a su manera.

9.- DISCULPA A TUS PADRES. Ellos no son perfectos. Nunca lo fueron ni pretendieron serlo. Y por eso se equivocaron, como tú te equivocas hoy. Pero siempre buscaron y se esforzaron por obtener lo mejor para ti, desde su punto de vista. Su actitud pues, aunque en algo se equivocaran, sólo merece tu disculpa y tu respeto.

10.- COMPRENDE A TUS PADRES. No son como tú, claro. Ni tú eres como ellos. Pero el vínculo que os une trasciende lo terreno para

anclarse en el corazón. Su falta de egoísmo para contigo, la ilusión que tu nacimiento y tu infancia y tu juventud les produjo; los sacrificios que por ti hicieron; los sueños que forjaron; el futuro que, en su imperfección, pergeñaron para ti, bien merecen tu comprensión y tu gratitud y tu amor.

Estos diez mandamientos se resumen en uno: AMA A TUS PADRES COMO A TI TE GUSTARÍA QUE, LLEGADO EL CASO, TE AMASEN TUS PROPIOS HIJOS. Pero ámalos sin reservas, como tus padres te amaron a ti. Si lo haces, los harás felices y tú lo serás con ellos. Si no, estarás violando una ley natural, y las leyes naturales no perdonan nunca a sus infractores.

* * *

A.- 3**DECÁLOGO PARA CÓNYUGES**

El cónyuge es nuestro ser más próximo. Es, casi, nosotros mismos, ya que comparte nuestra vida diaria, nuestras metas, nuestros sueños, nuestros proyectos... y también nuestros fracasos, nuestras enfermedades, nuestros problemas y nuestras tristezas. Ser cónyuge, pues, no es nada fácil.

Las líneas que siguen pueden ayudarte a que te conciencies del verdadero significado de ese estado civil que has elegido.

1.- AMA A TU CÓNYUGE. Entre todos los posibles candidatos, te eligió a ti. Y te eligió por amor. ¿Qué piensas que será lo primero que debes darle a cambio, sino amor? Pero ámalo con amor de verdad, deseando y buscando SU felicidad, no LA TUYA. Lo otro, aunque se le suele llamar amor, es puro egoísmo. y en el matrimonio todo debe ser recíproco.

2.- RESPETA A TU CÓNYUGE. Es un ser humano, como tú. Y, por tanto, sueña, se ilusiona, desea, hace planes y quiere ser feliz. Y tiene a ello el mismo derecho que tú. Y, además, discurre y es tan inteligente como tú o, quizá, más. El hecho, pues, de que haya decidido unir su vida a la tuya no es justificación para perderle el respeto. Al contrario.

3.- APRENDE DE TU CÓNYUGE. El matrimonio es una escuela de convivencia y, en muchos aspectos, tu cónyuge es tu maestro. Además, el punto de vista del otro sexo, necesariamente distinto del tuyo, es un magnífico medio para suavizar tu egocentrismo y hacerte más reflexivo, humilde y tolerante. Aprende tus lecciones, pues, y sé feliz.

4.- **COMPARTE CON TU CÓNYPUGE.** Compártelo todo: Ideas, gustos, aficiones, amistades, bienes... Si lo haces así, cada día os sentiréis más identificados, más próximos, más uno sólo, que es a lo que debéis tender. Y, si tienes hijos, no discutas con tu cónyuge por causa de su alimentación, su crianza o su educación. Los hijos deben unir y nunca separar. Los dos tenéis el mismo interés en que reciban lo mejor y el mismo derecho a opinar. Y siempre es preferible hablar civilizadamente y, si no es posible, ceder y compartir, que discutir y producir, precisamente en los hijos, la sensación de que no estáis unidos o, lo que aún es peor, de que son ellos la causa de esa falta de unión.

5.- **ALABA A TU CÓNYPUGE.** Tiene miles de cualidades maravillosas. Tú no eres tonto, y algo verías que te gustó. Sigue, pues, viéndolo, sigue profundizando y descubriendo cualidades dignas de admiración. Y alábaselas porque, al fin y al cabo, es humano, y la alabanza hará que se esmere en ello y que se sienta feliz de que lo percibas.

6.- **CONFÍA EN TU CÓNYPUGE.** Es lo menos que puedes hacer, ya que se te ha entregado de por vida. La confianza mutua es la base de la felicidad conyugal. Por tanto, no tengas secretos para tu cónyuge. Debes serle fiel porque a eso te comprometiste y porque tú también deseas su fidelidad. Pero no le debes, en ningún momento, coartar su libertad. ¿Qué mérito tendrá que te sea fiel si no tiene ocasión de serte infiel? El verdadero temple de las personas se ve cuando vencen las ocasiones, no cuando se les evitan. Destierra, pues, los celos, de tu cabeza. Te harán desgraciado y romperán para siempre tu matrimonio. Porque los celos suponen una falta total de confianza en uno mismo y en el otro, y el matrimonio se basa, precisamente, en la confianza mutua. Y recuerda, una vez más, que amar no es, ni mucho menos, poseer, sino todo lo contrario.

7.- **DIALOGA CON TU CÓNYPUGE.** Puesto que habéis unido vuestras vidas, hablad, estudiad, proyectad y decididlo todo los dos juntos y de mutuo acuerdo. No es justo, ni tienes derecho a ello, que decidas tú por los dos. Vuestra vida debe ser, en todo momento, tarea de ambos por igual. Y eso sólo se logra dialogando.

8.- **CONVIVE CON TU CÓNYPUGE.** Convivir no es sólo "vivir con", sino compartir, ilusionarse, sorprender agradablemente, ser felices

juntos. Y es estar juntos sin dejar de sentir, sino cultivando permanentemente aquella emoción, aquel cosquilleo interno que presidió vuestros primeros encuentros. Depende de vosotros y, por tanto, depende de ti, que vuestro matrimonio sea un noviazgo permanente o sea un maltrecho y ajado proyecto de vida en común. La convivencia te obliga también a compartir todas las tareas del hogar y de la crianza de los hijos. No te refugies, pues, en egoísmos más o menos acuñados por la costumbre, para dejar de cumplir con tu obligación.

9.- SÉ TÚ CON TU CÓNYUGE. No caigas en la tontería de representar un papel ante tu cónyuge. Te alejaría rápidamente de lo que vuestra vida debería ser. Debes ser tú, como tú eres, sin disimulos ni ficciones ni teatro, sin perjuicio de que cada día te esfuerces por mejorar. Sólo así te liberarás de tensiones y no necesitarás estar en guardia, a cambio de una ficción sin sentido.

10.- RESPETA LA FAMILIA DE TU CÓNYUGE. Su familia debe ser tu familia y como tal debes quererla y frecuentarla y alabarla. También tu familia tiene sus defectos y comete sus errores. Disculpa, pues, los de la suya. No te puedes imaginar cuántos matrimonios se han roto tontamente por no respetar uno de los cónyuges a la familia del otro.

Dado que el matrimonio es un proyecto común hecho con ilusión y con amor, estos diez mandamientos se pueden reducir a uno: AMA A TU CÓNYUGE COMO TÚ DESEARÍAS QUE TU CÓNYUGE TE AMASE A TI. Sólo así ese proyecto común pervivirá, dará sus frutos y os hará felices.

* * *

A.- 4**DECÁLOGO PARA ABUELOS**

Ser abuelo es un premio que no todos alcanzan. Y que, por tanto, lleva aparejada una gran responsabilidad. Y exige mucha discreción, mucha prudencia y mucho amor. Por ello te convendría meditar bien los diez mandamientos que siguen:

1.- TU NIETO NO ES TU HIJO. Tu responsabilidad, pues, no es la del padre. Es otra, muy distinta, que debes descubrir.

2.- TU NIETO NO ES TUYO. No es de nadie. Pero la responsabilidad de su crianza corresponde a sus padres. No pretendas irrogártela pues perderás a aquél y puede que a éstos.

3.- JUEGA CON TU NIETO. Lo harás feliz y alegre y libre de complejos y, además, lo serás tú. Vuelve a ser niño y sé dichoso.

4.- DISFRUTA DE TU NIETO. Es una ocasión única que la vida te brinda de ser feliz, con un alma joven en tus manos y desinhibido completamente de las responsabilidades educativas, siempre limitadoras.

5.- NO CRITIQUES A TU NIETO NINGUNA ACTITUD, POSTURA, PALABRA O PENSAMIENTO DE SUS PADRES. El hijo, por ley natural, admira a sus progenitores. No seas tú quien destruya esa admiración.

6.- NO PERMITAS QUE TU NIETO TE CRITIQUE A SUS PADRES. Es una gran tentación. Pero tú debes tratar siempre de

justificarlos y de defenderlos, pues los padres lo seguirán siendo de todos modos.

7.- PROPORCIONA A TU NIETO UNAS RAÍCES FAMILIARES. Ése es tu papel fundamental como abuelo. Relátale tu vida y la de todos tus antepasados y parientes, y la infancia de tu hijo, y las anécdotas de todos ellos, y háblale de lugares que habéis habitado o frecuentado y de vuestros orígenes; nárrale leyendas, cántale canciones de tu época, báilale los bailes que te han hecho vibrar...; proporciona así a tu nieto unas raíces seguras, profundas, una identidad y una ubicación en el mundo y en la sociedad, de modo que sepa siempre quién es y adónde pertenece y de dónde procede, y no se sienta solo en el mundo ni desarraigado, sin memoria histórica y sin justificación para nada.

8.- NO TE EXCEDAS EN LA VALORACIÓN DE TU NIETO. Todos los nietos, por definición, son, para sus abuelos, los más guapos, los más buenos, los más inteligentes, los más cariñosos, los más... y eso tú sabes que no puede ser. No dejes, pues, de ser racional por el hecho de ser abuelo.

9.- HAZ BUENO A TU NIETO. Dado que su padre está desempeñando el papel de educador y, por tanto corrector y sancionador, de un modo instintivo, tu nieto, que no tiene edad para comprenderlo, irá depositando en ti su confianza. No lo defraudes ni lo frustres. Sé su paño de lágrimas pero aprovecha esa ventaja para hacerlo bueno e inculcarle el amor al prójimo y a los animales y a las plantas y a la naturaleza toda y a Dios, y la comprensión y el compañerismo y la tolerancia, y el sentido de responsabilidad y el cumplimiento de las promesas. Incúlcale la costumbre de preguntarse siempre por qué y encontrar su respuesta. Y, sobre todo, corta en él todo atisbo de clasismo, racismo, separatividad, soberbia o egoísmo. Es tu gran ocasión de prepararle un futuro feliz.

10.- NO MALCRÍES A TU NIETO. Puedes y debes disfrutar de él y con él, pero sin malograr con ello la labor educadora de sus padres e, incluso, aportando en ese sentido tu granito de arena siempre que haga falta. Vale más un hombre hecho y derecho toda la vida que una caricia momentánea e inoportuna en la niñez. Cuando tu nieto sea mayor, no recordará esas carantoñas, pero le quedarán los buenos hábitos de

pensamiento, de sentimiento y de conducta que se le inculcaron en la niñez.

Estos diez mandamientos se resumen en uno: **COMPÓRTATE CON TU NIETO COMO A TI TE HUBIERA GUSTADO QUE TUS ABUELOS SE HUBIERAN COMPORTADO CONTIGO.**

* * *

A.- 5**DECÁLOGO PARA NIETOS**

Todos somos nietos, aunque no todos llegamos a conocer ni a convivir con nuestros abuelos en una edad en la que podamos comprender y aplicar este Decálogo. De todos modos, será muy útil para los que vivan esa privilegiada situación:

1.- RESPETA A TU ABUELO. Es el padre de tu padre o de tu madre. Sabe, pues, todo lo que hay que saber sobre el tema de la paternidad. Y, además, tiene una edad considerable, lo que lo hace más sabio.

2.- DIALOGA CON TU ABUELO. Él, libre ya de la responsabilidad de educar y con una escala de valores más relajada y práctica que cuando era sólo padre, sabe lo que tiene verdadera importancia y lo que no tiene tanta. Todo ello lo predispone a darte lecciones de vida que te serán muy útiles.

3.- QUIERE A TU ABUELO. Por una extraña ley natural, se quiere casi más a los nietos que a los propios hijos. Aprovéchate, pues, de su amor y sé feliz con él, que no te negará nada que no sea nocivo para ti.

4.- COMPRENDE A TU ABUELO. Él es de otra generación, de otra época. Y, a veces, le resulta difícil situarse imparcialmente en la tuya. Pero, por encima de todo, estará siempre su amor por ti.

5.- EXIGE A TU ABUELO. Exígele que te relate su vida entera, y la de tus padres, y la de todos tus parientes y amigos de la familia. Inquiérole sobre vuestra historia, sobre lugares, viajes, costumbres, anécdotas,

cantares, etc. Todo lo que te diga irá construyendo el tesoro inestimable de tu propia identidad y te permitirá saber quién eres y de dónde procedes y adónde perteneces. Y eso es fundamental para caminar por la vida. No seas, pues, un desarraigado más.

6.- AYUDA A TU ABUELO. Puede que la vida se le haga difícil en algún sentido: Económico, sanitario, afectivo, social... Se le han ido muriendo los parientes y amigos, para el trabajo ya no se le considera útil y sus facultades merman cada día. Necesita, pues, ayuda, asistencia, compasión y amor, sobre todo amor. Él ya dio todo el que tenía. Ahora es tu turno.

7.- NO ABANDONES A TU ABUELO. Lo matarías. Él necesita saber de ti, pues tu vida es una prolongación de la suya. Piensa que, si no fuera por él, tú no existirías. Devuélvele, pues, esa vida de la única manera en que puedes hacerlo: No olvidándolo ni, por tanto, abandonándolo.

8.- APRENDE DE TU ABUELO. Puede que no todo lo suyo sea ejemplar o apropiado para ti, pero la vida le habrá hecho desarrollar alguna o algunas facultades, capacidades o virtudes, inexistentes en la juventud, y que tú tienes la ocasión de aprender a su lado: La paciencia, el discernimiento, la prudencia, la previsión, la reflexión, etc. Son tesoros que están a tu disposición a través de tu abuelo. Aprovéchalos.

9.- DEFIENDE A TU ABUELO. Debido a su edad y a su estado, a veces disminuido, puede que se le menosprecie o incluso que se le dé de lado o hasta se le pretenda alejar del hogar por quienes más le deben: Sus hijos. No lo permitas nunca. Ésa es una gravísima infracción de las leyes naturales. Y tú estás aquí para conseguir que los últimos días de tu abuelo sean lo más felices y libres de sobresaltos posible.

10.- CONSERVA, CON AMOR Y RESPETO, LA MEMORIA DE TU ABUELO. Cuando, por ley natural, tu abuelo abandone este mundo y tú sigas en él, no lo olvides. Envíale tu amor, recuérdalo con cariño, rodéalo con tu profundo afecto. Él ya cumplió con su vida. Tú aún no. Y uno de tus cometidos es ése.

Estos diez mandamientos se resumen en uno: **COMPÓRTATE CON TUS ABUELOS COMO A TI TE GUSTARÍA QUE, LLEGADO EL MOMENTO, SE COMPORTASEN TUS NIETOS CONTIGO.**

* * *

A.- 6**DECÁLOGO PARA PADRES POLÍTICOS**

Has accedido a un estado que, en general, tiene mala prensa. Y eso se debe a que quienes te han precedido en ese puesto, a lo largo de los tiempos, no han estado a la altura de las circunstancias. Procura, pues, estarlo tú y sé la excepción que confirme la regla. Para ello, estudia y haz propios estos diez mandamientos:

1.- RESPETA LA ELECCIÓN DE TU HIJO. Él tiene derecho a configurar su vida como tenga por conveniente, lo mismo que tú hiciste en tu momento. Ahora es su turno.

2.- RESPETA AL CÓNYUGE DE TU HIJO. Casi nunca será como lo habías soñado, ni siquiera como a ti te gustaría. Pero eso no es culpa suya, sino tuya, a fuer de padre o madre que eres, que desea para su retoño lo mejor, incluso lo perfecto.

3.- NO TE INTERFIERAS EN EL MATRIMONIO DE TU HIJO. No es tu cometido. Tu cometido consiste en desear la felicidad de la pareja como tal y hacer lo posible por fomentarla y mantenerla.

4.- NO OBLIGUES A TU HIJO A ELEGIR ENTRE TÚ Y SU CÓNYUGE. Lo lógico es que escoja a éste, con lo cual habrás perdido un hijo. Y si, forzado por ti, te escogiese, lo habrás, además, hecho un desgraciado, que es peor aún que perderlo.

5.- NO CONFUNDAS EL AMOR CON EL AFÁN DE PODER. Tu autoridad como padre, como educador y como responsable de tu hijo terminó en el momento en que se independizó o tomó estado. Ahora tú has

subido un puesto en el escalafón de la vida y él ha ocupado la vacante que con ello le has dejado.

6.- NO CRITIQUES NI DESCALIFIQUES AL CÓNYUGE DE TU HIJO NI A SU FAMILIA. Aunque tu propio hijo lo haga. Porque, por encima de las desavenencias y de las críticas, sobrenadará siempre el amor que los unió. Pero tú no te enamoraste ni te casaste con él y, por tanto, tu crítica o tu descalificación te conducirán al desastre. Tú has de fomentar la unión, la comprensión y la tolerancia entre ellos, sabiendo, como sabes, que ninguno de los dos es perfecto, ni siquiera tu hijo.

7.- SÉ UN PADRE O UNA MADRE PARA TU HIJO POLÍTICO. Por supuesto, proviene de otra familia, ha crecido en un ambiente distinto, ha recibido diferente educación y, consecuentemente, piensa, habla y actúa de modo distinto al de tu hijo. Pero no creas que tú ni tu familia detentáis la patente de la perfección. Acepta, pues, esas diferencias como elementos enriquecedores de la vida de tu hijo, familiarízate con ellas y trata de comprenderlas.

8.- AMA AL CÓNYUGE DE TU HIJO. Porque, como todo ser humano, necesita y busca amor. Dáselo tú y así, indirectamente, contribuirás a la felicidad de tu hijo.

9.- NO HAGAS PASAR AL CÓNYUGE DE TU HIJO LOS MALOS MOMENTOS QUE A TI TUS SUEGROS TE HICIERON PASAR. No harías con ello más que demostrar una mezquindad y un afán de revancha irracional, que nada diría en tu favor. Y harías infeliz a tu hijo como tú lo fuiste por la misma causa.

10.- ALÁBALE A TU HIJO LAS VIRTUDES, CIERTAS O SUPUESTAS, DE SU CÓNYUGE. Él se enamoró y, por tanto, le será más fácil que a ti ver virtudes donde tú no las veas y no ver defectos para ti manifiestos. Ése es el privilegio y el hechizo del amor. No seas tú quien lo rompa. A todos, incluso a tu hijo, nos gusta que nos alaben el gusto, especialmente nuestros seres queridos.

Estos diez mandamientos se resumen en uno: PIENSA QUE CON EL MATRIMONIO DE TU HIJO NO LO HAS PERDIDO, SINO QUE HAS

GANADO OTRO. O, en otras palabras: COMPÓRTATE CON TU HIJO POLÍTICO COMO A TI TE HUBIERA GUSTADO QUE TUS SUEGROS SE COMPORTASEN CONTIGO.

* * *

A.- 7**DECÁLOGO PARA HIJOS POLÍTICOS**

Ser hijo político puede resultar una suerte o una desgracia. En todo caso, no es algo indiferente. Hay que enfrentarse a hábitos, costumbres, tendencias y prejuicios que hacen, como mínimo laborioso, el buen desempeño de ese papel. Estudia, pues, estos diez mandamientos y procura conseguir la primera opción.

1.- **AMA A TUS SUEGROS COMO SI FUESEN TUS PADRES.** Es la mejor manera de tener contento a tu cónyuge que, por haberse criado con ellos, encontrará normal todo lo que hagan, digan o piensen, aunque a ti no te lo parezca.

2.- **RESPETA A TUS SUEGROS.** Tus padres te perdonarían fácilmente cualquier falta de respeto (crítica, desprecio, desplante, etc.) por tu parte. Tus suegros, no tan fácilmente. Tu cónyuge no lo hará nunca: Sus padres son sus padres.

3.- **AYUDA A TUS SUEGROS.** Si necesitan algún auxilio o asistencia, no dudes en prestársela, discretamente y sin hacer ostentación de ello. Y, si no puedes, sugiere y convence a tu cónyuge para que lo haga. Ellos le dieron la vida y, gracias a sus desvelos y sacrificios, llegó a ser como a ti te gustó cuando lo elegiste para compartir con él tu vida.

4.- **DIALOGA CON TUS SUEGROS.** Hazles partícipes de vuestra vida, pues todo lo que afecte a su hijo les interesará siempre. Y escúchalos. A ellos les gusta relatar cuanto se refiere a la crianza de su retoño. Y eso te ayudará a integrarte más en su familia.

5.- HAZ POSIBLE Y FRECUENTE LA CONVIVENCIA DE TUS HIJOS CON SUS ABUELOS. Ellos siempre verán en aquéllos su propia continuación como seres humanos y, por lo tanto, como algo que, en parte, les pertenece. No impidas esa relación mágica que hace a los padres dejar de serlo, de vez en cuando, para volver a ser niños.

6.- ALABA, SIEMPRE QUE PUEDAS, A TUS SUEGROS LAS VIRTUDES O ÉXITOS DE TU CÓNYUGE. Ellos se sentirán orgulloso de tu admiración, te la agradecerán de veras y verán tus propias virtudes y tu lado bueno.

7.- DISCULPA A TUS SUEGROS. Ellos, como tú, no son perfectos y, como consecuencia, has de contar con diferencias de criterio y actitudes disonantes, y saber perdonarlas.

8.- CONFÍA EN TUS SUEGROS Y GÁNATE SU CONFIANZA. Si lo haces, como su objetivo, a su manera, es la felicidad de tu cónyuge, aunaréis vuestros esfuerzos en beneficio de todos.

9.- COMPRENDE A TUS SUEGROS. Son mayores que tú y, por tanto, llegarán a la vejez y quizás a la decrepitud, antes que tú. Y, en esos momentos, les harán falta tu comprensión y tu asistencia, así como la de tu cónyuge, que no deberás, en modo alguno, coartar.

10.- DISFRUTA DE TUS SUEGROS. Ellos tienen mucho que darte. En todos los sentidos (afectivo, económico, social, etc.). Hazte acreedor a ello y permíteles ser generosos.

Estos diez mandamientos se resumen en uno: **COMPÓRTATE CON TUS SUEGROS COMO A TI TE GUSTARÍA QUE, CUANDO LLEGUE EL MOMENTO, SE COMPORTEN CONTIGO TUS HIJOS POLÍTICOS.**

* * *

B.- 1**DECÁLOGO DE JEHOVÁ**

Los mandamientos de Jehová no son, como se cree generalmente, mandatos imperativos cuyo incumplimiento lleva indefectiblemente unido el castigo correspondiente. No. Nada más lejos de la realidad. Los mandamientos de Jehová son una serie de consejos, de confidencias, sobre el funcionamiento de las leyes naturales, para que, avisados sobre su modo de actuar, tratemos de evitar las consecuencias de una actuación opuesta a las mismas. Porque las leyes naturales, que son como las corrientes por las que circula la voluntad divina que rige el plan todo de la Creación, actúan impersonalmente y sin excepciones. No hay, pues, un Dios vengador ni ofendido ni lejano. Hay un Dios todo amor, que ha creado un universo lleno de seres, con el deseo de que compartan Su plenitud y lleguen a convertirse en dioses creadores y que, para ello, los ha dotado de libre albedrío. Y, para que el aprendizaje resulte fructífero y aprendan a utilizar ese libre albedrío sin grandes sobresaltos, les avisa sobre cuáles son las conductas que les pueden acarrear sufrimiento por infringir las leyes naturales. Lo demás, el juego de las causas que ponemos en funcionamiento con nuestros actos, y de sus efectos, que, necesariamente, recaerán sobre nosotros, eso ya es cosa nuestra. Siempre, sin embargo, con la mirada amorosa de Dios sobre nosotros, dispuesto, como buen Padre, a ayudarnos, si se lo pedimos.

1.- AMA A DIOS SOBRE TODAS LAS COSAS. Porque todas las cosas y todas las personas y todos los seres han salido de Dios, son manifestación Suya, parte de Él. Por tanto, si te amas a ti y a tu prójimo y a la naturaleza toda, estarás amando a Dios en Sus criaturas y Dios te bendecirá y serás feliz. Si no lo haces así, tú mismo, con tus vibraciones

negativas, te harás desgraciado e impedirás que el amor del Padre se pueda derramar sobre ti.

2.- NO TOMES EL NOMBRE DE DIOS EN VANO. Porque, en todas las lenguas, la palabra Dios, que responde a la idea que tenemos del Creador como Padre y Hacedor de todo, posee una vibración especialmente potente y positiva. Por tanto, si esa palabra la empleas con amor y con respeto y con reverencia, su vibración te llenará inmediatamente y te sentirás feliz y reconfortado. Pero si la pronuncias con ánimo de insultarlo o despectivamente, su propia vibración positiva disolverá, por ser más fuerte, tu propia vibración negativa y quedarás débil e indefenso ante cualquier otra vibración de ese tipo que, al único que perjudicará, será a ti mismo.

3.- SANTIFICA LAS FIESTAS. Cada día posee una vibración específica, que obedece a la posición de los astros con relación a la Tierra. Y cada siete días, porque todo en la naturaleza es cíclico, hay uno, el domingo, con una vibración especial. Una vibración que nos inclina al descanso, a la introspección, a la oración y al propio mejoramiento. Si ese día lo dedicas a esos fines, comenzarás la semana con fuerzas renovadas, tanto física como espiritualmente. Si no, tu energía irá consumiéndose y, al no almacenar la de cada domingo, pronto serás víctima del stress, los nervios, los desequilibrios, las enfermedades y todas sus conocidas consecuencias.

4.- HONRA A TU PADRE Y A TU MADRE. Porque ellos te dieron la vida. Y pasaron noches en vela y se sacrificaron y lucharon por ti y soñaron en tu futuro y renunciaron a muchas cosas de su presente para que las tuvieras tú. Por supuesto, tus padres no han alcanzado aún la perfección, como tampoco tú. Pero han hecho siempre lo que han pensado en cada momento que era lo más conveniente a tus intereses. Lo menos que puedes hacer, pues, es agradecerleslo y disculpar sus errores, si los hubo. Por mucho que hagas por ellos, nunca les pagarás la vida que te dieron. Nunca. Por eso les debes ayuda. No hay ninguna excusa válida para no socorrer a los padres cuando necesitan la ayuda del hijo. Es tu primer deber para con ellos. Si no lo cumples, prepárate a verte desamparado cuando tú la necesites, pues con tu conducta habrás hecho imposible que cualquier ayuda te pueda alcanzar.

5.- NO MATARÁS. Porque, si todo es parte de Dios, si los hombres y los animales y las plantas y los minerales no somos sino manifestaciones de Dios en distintos niveles de evolución; y, si tú no has dado la vida, ni a los hombres ni a los animales ni a los demás seres, ¿quién eres tú para quitársela? Todo ser vivo tiene derecho a su propia vida y a su propia evolución y, si tú haces imposible esa vida y esa evolución, serás responsable de transgredir el plan divino que a todos da su oportunidad de evolucionar, por haber hecho mal uso de tu libertad, facultad que Dios te dio para que la utilices rectamente y, con el tiempo, te conviertas en un dios creador como Él, ya que te hizo a Su imagen y semejanza.

Y ten en cuenta que estás haciendo también un uso indebido de tu libre albedrío. si atentas contra tu propia salud mediante adicciones o vicios que la minen y debiliten, porque esa vida tuya no es más que una parte de la vida de Dios, que tú no tienes derecho a malograr haciendo que se frustre el plan divino en cuanto a ti se refiere.

6.- NO FORNICARÁS. Porque Dios te ha dado parte de Su fuerza creadora para que vayas practicando en tu recorrido hacia la divinidad. Y esa fuerza creadora te la ha dado en tres vertientes: La energía sexual, capaz de traer seres a la vida; la palabra, capaz de expresar ideas y sentimientos y transmitirlos a los demás; y la fuerza mental, capaz de concebir ideas, razonamientos, juicios y obtener conclusiones. Y, en sus tres aspectos, esa fuerza creadora se te ha dado para que la emplees positivamente: La sexual, para procrear y perpetuar la especie; la palabra para ser veraz y enseñar la verdad; y el pensamiento, para concebir y construir un mundo cada vez mejor. Si así lo haces, las fuerzas de Dios estarán contigo. Si no, si haces mal uso de la fuerza creadora, te quedarás sin ella y tendrás que sufrir en tu propia carne las consecuencias de esa carencia, bien en forma de enfermedades o de incapacidades para expresar tus ideas o de disminución mental, en esta o en futuras vidas. Pero, inexorablemente, tendrás que sufrir las consecuencias de ese mal uso de la fuerza de Dios.

7.- NO HURTARÁS. Porque cada cual nace con un plan de vida determinado. Y nace con unas facultades y con unos defectos y con unas tendencias y con unos propósitos, derivados del comportamiento en vidas anteriores. Y, para cumplir debidamente ese plan de vida, se le provee de

los medios materiales necesarios que haya merecido en esas existencias previas. Si tú lo privas, pues, de esos medios que se había ganado con su esfuerzo, estarás frustrando todo el plan de vida de un semejante. Y eso es una enorme responsabilidad. Y, por tanto, las leyes naturales harán que te veas privado de lo tuyo cuando más falta te haga, para que aprendas esa lección.

8.- NO LEVANTARÁS FALSOS TESTIMONIOS NI MENTIRÁS. Porque, cuando falseas algo o cuando mientes, la forma mental que tú creas, discrepa de la que la realidad ha creado y lucha contra ella, por lo que tu visión de la realidad se resiente al perder materia mental, disuelta por la imagen real. Y luego, cuando, antes de nacer la próxima vez, estés preparando la construcción de tu cuerpo, como tu visión de la realidad no será la correcta, sino que estará distorsionada por tu hábito de deformarla, ese cuerpo lo construirás deficiente o tarado.

9.- NO DESEARÁS LA MUJER DE TU PRÓJIMO. Porque, antes de nacer, al preparar tu plan de vida, escogiste, de mutuo acuerdo con tu futuro cónyuge, la vida en común, porque ambos pensabais que erais la persona idónea para compartir esa vida. El cónyuge es, pues, la persona elegida que nos ha de ayudar a desarrollar nuestro proyecto de vida tal y como nosotros mismos lo concebimos. Y el matrimonio no es accidental, sino determinado, y supone un compromiso. Y, como es recíproco, el cónyuge tiene perfecto derecho a que cumplamos nuestra parte. Y, si no lo hacemos, seremos culpables de ese incumplimiento y de esa falta de asistencia a la persona que precisamente nos eligió para ello y a la que dimos nuestro acuerdo con el mismo fin. En el matrimonio se produce una especie de trasvase de parte del espíritu de cada uno en el del otro cónyuge, de modo que, si se separan, aunque encuentren nueva pareja, nunca su espíritu se sentirá pleno, completo, y siempre les faltará algo y les remorderá algo en su interior. Y fíjate que el mandamiento dice "desearás" porque, con sólo el deseo, ya estamos creando una forma mental que puede influir negativamente al cónyuge ajeno y, por supuesto, a nosotros mismos. En este aspecto, pues, es tan grave el desear como el obrar, porque un acto puede realizarse una sola vez, pero un pensamiento puede pervivir y hacer daño durante muchos años.

10.- NO CODICIARÁS LOS BIENES AJENOS. Porque, como se ha dicho antes, cada cual al nacer es acreedor a una serie de bienes y de medios que nadie tiene derecho, no sólo a arrebatarse, sino a desear. Porque el deseo es el primer paso para la acción y el deseo es el culpable de todas las malas acciones. No des, pues, pie al deseo y no caerás en los hechos.

Estos diez mandamientos se resumen en dos: AMA A DIOS SOBRE TODAS LAS COSAS Y A TU PRÓJIMO COMO A TI MISMO. Y esos dos, en uno: COMPÓRTATE CON LOS DEMÁS COMO A TI TE GUSTARÍA QUE LOS DEMÁS SE COMPORTASEN CONTIGO. Porque, si todos somos parte de Dios, si todos somos Dios, ¿qué diferencia hay entre unos y otros?, y ¿qué diferencia hay con Dios?

* * *

B.- 2**DECÁLOGO DE LA CONVIVENCIA**

La convivencia es inevitable pero, a la vez, es necesaria. Necesitamos a los demás y sin ellos nuestra existencia no tendría sentido. Nuestra evolución, nuestro aprendizaje, nuestro pasado, nuestro presente y nuestro futuro dependen siempre de los demás. Ellos juegan en nuestra existencia un papel mucho más importante de lo que podemos imaginar. Todos son nuestros maestros, unos para que aprendamos a asimilar y a agradecer y a perseguir lo bueno, lo positivo y lo agradable; y otros, para enseñarnos a evitar y a perdonar lo malo, lo negativo y lo desagradable. Y, al mismo tiempo, de un modo milagroso, todos ellos son nuestros discípulos y, con nuestra conducta y nuestros pensamientos y nuestras palabras, hemos de enseñarles a buscar y amar lo bueno y a evitar lo que no lo es. De modo que, en ambos casos, nuestra responsabilidad y nuestra manera de enfocarla están claras. Trata, pues, de hacer propios estos consejos y caminarás con cierta soltura por la vida:

1.- AMA A TU PRÓJIMO TAL COMO ES, CON SUS VIRTUDES Y SUS DEFECTOS. Tu misión no es criticarlo ni despreciarlo, sino ser una ayuda y un ejemplo.

2.- NO TOMES A MAL SUS OFENSAS NI SUS INGRATITUDES. Él es como es y tú también tienes tus defectos. Enséñale, con tu comprensión y tu tolerancia, que hay otra manera de ir por la vida. Pero no lo intentes hacer, devolviéndole mal por mal. No funciona.

3.- RESPÉTALO NO PENSANDO NI DICIENDO DE ÉL NADA NEGATIVO. Seguro que tiene una virtud o algo que te gusta o que

admiras. Destaca y comenta eso y no te obceques en lo negativo, porque con ello sólo pondrás de manifiesto tu lado malo. Que también lo tienes.

4.- HÓNRALO. En algún aspecto, seguro que te aventaja. Procura, pues, imitar eso. Y, entretanto piensa que, en ese aspecto, es tu maestro.

5.- NO MATES LAS OPORTUNIDADES DE AYUDAR. Cada oportunidad de ayudar no aprovechada la habrás perdido para siempre. Y sólo el aprovecharlas te hará realmente feliz.

6.- NO HAGAS MAL USO DE TU ENERGÍA FÍSICA, EMOCIONAL NI MENTAL PARA PERJUDICAR A NADIE, NI DERROCHÁNDOLA. La energía es algo de lo que no eres dueño, sino administrador. Y, si haces mal uso de ella, la perderás. Y haces mal uso de ella si explotas a tu prójimo o lo calumnias o lo desprecias o lo insultas o lo engañas o le niegas tu auxilio cuando lo necesita.

7.- NO PRIVES A TU PRÓJIMO DE SUS ÉXITOS, SUS OPORTUNIDADES O SUS ALEGRÍAS. Haz tuyos sus problemas e interésate por sus cosas. A todos nos gusta que nos quieran y nos respeten, no sólo a ti. Tenlo en cuenta y actúa en consecuencia.

8.- ALABA SUS VIRTUDES, TANTO SI ESTÁ PRESENTE COMO SI NO. Si le alabas lo bueno, harás que le aumente y que te crezca a ti. Y si lo alabas en su ausencia demostrarás tu gran calidad moral. Criticar a un ausente está al alcance de cualquiera. Alabarlo, no.

9.- NO ENVIDIES SUS TRIUNFOS. Alégrate de ellos como si fuesen tuyos. Lo mismo que el aire limpio lo respiramos todos, los éxitos y los triunfos de cualquiera, de un modo misterioso, nos benefician a todos si sabemos alegrarnos. Pero nos hacen desgraciados si los envidiamos.

10.- ESTÁ SIEMPRE ALEGRE Y ALEGRA A LOS DEMÁS. La vida es tal como tú la quieras ver. Ella está ahí y cada uno la ve de una manera. Esfuérzate por ver todo lo que de hermoso y de positivo hay en ella. Y colabora con tu estado de ánimo para que esa hermosura resplandezca a tu alrededor. Te asombrarás de los resultados que produce sonreír a la vida.

Estos diez mandamientos se resumen en uno: PIENSA QUE TU PRÓJIMO ES COMO TÚ y tiene sus ilusiones y sus capacidades y sus flaquezas y sus debilidades, y espera de ti, como tú esperas de él, una mano tendida, o sea, un poco de amor. ÁMALO, PUES, Y LO HARÁS FELIZ Y TÚ LO SERÁS CON ÉL.

* * *

B.- 3**DECÁLOGO DE LA CORTESÍA**

La convivencia es necesaria. Y tiene sus normas. Pero, como ocurre con los motores, funciona mejor si se le pone aceite. Y la cortesía es el aceite de la convivencia. Tenlo presente y estudia estos diez mandamientos:

1.- TRATA SIEMPRE DE COMPRENDER A LOS DEMÁS. Ponte en su sitio y te será fácil. Y entonces sabrás cómo comportarte.

2.- DA TU OPINIÓN SÓLO SI TE LA PIDEN. No te quieras convertir en consejero de los que no te piden consejo, pues sólo conseguirás pasar por presuntuoso.

3.- SONRÍE SIEMPRE A TODO EL MUNDO. La sonrisa te abrirá todas las puertas. El ceño fruncido, te las cerrará.

4.- ESCUCHA A LOS DEMÁS. Pues para ellos, sus problemas, sus triunfos o sus ideas son las más importantes y necesitan compartirlas.

5.- NO DISCUTAS. Discutir sólo sirve para crear antagonismos. Tú debes tender a razonar, a encontrar la verdad, pero nunca a tener razón. No te hace ninguna falta ni te ayuda en nada.

6.- SÉ PUNTUAL. La impuntualidad es, además de una falta de educación, un robo a los demás de su tiempo, del que no tienes derecho a disponer.

7.- ESTÁ ALEGRE. La tristeza no te ayudará a resolver ni a disfrutar nada. La alegría, en cambio, es contagiosa y obra milagros.

8.- NO HABLES DE TUS PROBLEMAS. No le interesan a nadie, pues cada cual está bastante preocupado con los suyos.

9.- NO PROMETAS SI NO VAS A CUMPLIR. Y, POR SUPUESTO, CUMPLE LO QUE HAYAS PROMETIDO. No hay nada peor que la informalidad. Te hundirá irremisiblemente.

10.- PÍDELO TODO "POR FAVOR" Y DA SIEMPRE LAS "GRACIAS". A todo el mundo le halagan el respeto y la gratitud de los demás. Aunque diga lo contrario.

Estos diez mandamientos se resumen en uno: COMPÓRTATE CON LOS DEMÁS COMO A TI TE GUSTARÍA QUE LOS DEMÁS SE COMPORTASEN CONTIGO.

* * *

B.- 4**DECÁLOGO PARA LOS LLAMADOS A DESEMPEÑAR CARGOS PÚBLICOS**

No todos llegan a ostentar cargos públicos. Suponen siempre, o un esfuerzo intelectual y una trayectoria perfecta en un organismo oficial, o la total confianza de quien nos designa, ya que pone en nuestras manos su propio futuro. No es, pues, un asunto sin importancia. Por ello, te convendría estudiar y asimilar los siguientes diez mandamientos:

1.- Si has llegado a ser designado es porque SE HA CREÍDO QUE ERES EL MÁS IDÓNEO. Demuestra en todo momento que quienes creyeron en ti no se equivocaron.

2.- Ten en cuenta que el país está constituido por todos, que todos tienen los mismos derechos y deberes, y que TE DEBES A TODOS POR IGUAL, sin distinguir nunca entre ellos por razón de ideas, de creencias o de nivel económico o cultural o de actuaciones.

3.- Si eres demócrata, como aseguras ser, tienes, por definición, que ADMITIR LA EXISTENCIA DE OPINIONES DISTINTAS Y AÚN CONTRARIAS A LA TUYA Y DEBES, ADEMÁS, RESPETARLAS POR IGUAL, mal que te pese, pues todos tienen el mismo derecho que tú a opinar y a manifestar su opinión. La crítica, si sabes encajarla debidamente tiene, a veces, mucho de colaboración.

4.- NO UTILICES NUNCA LA DESCALIFICACIÓN NI EL DESPRECIO NI, MUCHO MENOS AÚN, EL INSULTO, aunque otros lo hagan, incluso contra ti. Tú haz y di lo que honestamente debes hacer y decir, si tu propio tribunal interior lo aprueba. Porque, si tu conciencia te

reprocha lo que haces o dices, aunque todos lo aprueben, tú sabrás siempre que has fallado.

5.- Ten presente, a lo largo de toda tu ejecutoria, que **ESTÁS AL SERVICIO DEL PUEBLO Y NO AL REVÉS**. Y que debes estar siempre en condiciones de rendirle cuentas de cada minuto de tu gestión. Tu vida debe responder a lo que el pueblo espera de sus dirigentes. Si no te sientes capaz de ello, es mejor que no asumas la función o que dimitas de ella.

6.- **EN NINGÚN CASO DUDARÁS EN DESTITUIR** o sancionar públicamente a quien no sea capaz de cumplir con total honestidad su cometido al servicio del país. Y recuerda que esta norma te afecta activa y pasivamente.

7.- **LOS PARIENTES, AMIGOS Y ALLEGADOS DEJAN DE SERLO APENAS SE OCUPA UN CARGO PÚBLICO**. Tenlo presente siempre. Lucha, con todas tus fuerzas, para erradicar la recomendación, el nepotismo y el compadreo. Si sucumbes a ellos te habrás hecho indigno del cargo. Deben ser promovidos siempre los mejores, los más aptos. Es la única manera de estructurar un país inteligentemente y a tenor de las leyes naturales que, de otro modo, acaban siempre cobrándose cualquier transgresión.

8.- **NO PIENSES QUE EL CARGO SERÁ ETERNO**. Es sólo un servicio, una entrega, un regalo que estás obligado a hacer al país por el hecho de ser más capaz que otros, y debes sólo aspirar a, en su momento, recibir con la frente alta las gracias que el país te dará por los servicios prestados.

9.- El desempeño de un cargo público es **UNA MAGNÍFICA OCASIÓN QUE SE TE BRINDA PARA EVOLUCIONAR** hacia la comprensión de los demás, la colaboración, la mejora de lo mejorable y la ilusión de futuro. Aprovéchala.

10.- Recuerda siempre que la autoridad, como todo en la vida, tiene un precio; y que el precio de la autoridad es la soledad. **A LA HORA DE DECIDIR ESTARÁS SIEMPRE SOLO**. Decide, pues, con discernimiento para no tener luego que avergonzarte de ti mismo.

Estos diez mandamientos se resumen en dos: Respétate a ti mismo en todo momento, en toda ocasión y en todo lugar, y respeta a los demás como a ti te gustaría que los demás te respetasen a ti.

Si tienes presente cuanto antecede, el desempeño de ese cargo público, sea el que fuere, te hará más humano, más fuerte y más feliz, y te armonizará de modo misterioso con el pueblo. Y el pueblo, entonces, vibrará también contigo. No lo dudes.

* * *

B.- 5**DECÁLOGO PARA MAESTROS**

Ser maestro es uno de los más excelsos destinos del hombre. El maestro tiene en sus manos el futuro de la Humanidad. En ellas se deposita la arcilla que ha de moldear del modo apropiado para que dé luego de sí todo lo más posible. Ése es el gran reto del maestro. Trata, pues, de tener presente este Decálogo:

1.- AMA A TUS DISCÍPULOS. Un gran porcentaje de tu trabajo ha de basarse en el amor, pues sólo el que ama puede soportar las salidas de tono, los errores y los defectos de una generación que no es la suya y de unos hijos que no son los suyos.

2.- EDUCA A TUS DISCÍPULOS. Tu papel no termina haciendo "sabios". Eso es, en realidad, accesorio. Tú has de hacer, fundamentalmente, "hombres".

3.- COOPERA CON LOS PADRES DE TUS DISCÍPULOS Y CON ELLOS MISMOS INDIVIDUALMENTE. Cada hombre es único e irrepetible y, por tanto, estás obligado a tener en cuenta las características y circunstancias de cada uno para poder extraer de ellas el máximo posible.

4.- COMPRENDE A TUS DISCÍPULOS. Ponte en su sitio. Recuerda cuando tú ocupabas su lugar, y trata de imaginar y sentir lo que sucede en sus cabezas y en sus corazones.

5.- ESTIMULA A TUS DISCÍPULOS. Si eres su maestro es porque aún no están formados y si es así, has de contar con su inconstancia y con

sus técnicas de estudio equivocadas o parciales. Muéstrales el camino correcto.

6.- SIEMBRA LA CURIOSIDAD EN TUS DISCÍPULOS. Ha sido el fermento de la civilización. Si no fomentas la curiosidad, si no haces brotar en los pechos de tus discípulos el ansia de conocimiento, habrás fracasado como maestro.

7.- ENSEÑA A TUS DISCÍPULOS. Has de lograr que asimilen todo lo que tú sabes y seas capaz de transmitirles. Y ello con el propósito, el deseo y la esperanza de que, partiendo de esa base, lleguen más alto de lo que tú has llegado. Ésa es tu gloria como maestro.

8.- SÉ UN EJEMPLO PARA TUS DISCÍPULOS. Eres el modelo a imitar por ellos, lo quieras o no. Toda su vida, tus alumnos de hoy te llevarán en su memoria. En ti está el que te lleven también en el corazón.

9.- APRENDE DE TUS DISCÍPULOS. Porque, si bien oficialmente eres tú el maestro, también ellos lo son para ti en cuanto a la necesidad de desarrollar tu paciencia, tu capacidad de síntesis, tu facilidad de palabra, tu claridad de exposición, tu sentido de la justicia, tus dotes de persuasión, tu léxico, tu tacto, tu psicología, tu comprensión, tu compasión, tu espíritu de trabajo, tu sentido de la colaboración, etc. No te equivoques: Al final, la cuenta enseñanza-aprendizaje queda saldada con el mismo beneficio para ambas partes. Aprovecha, pues, la tuya para mejorar tú, ya que el puesto que ocupas es privilegiado para ello.

10.- RECUERDA QUE LA REPRESIÓN ES DIRECTAMENTE PROPORCIONAL A LA FALTA DE INTERÉS. Si has de reprender, es que estás fallando como sembrador de inquietudes. La represión, pues, más que para tus alumnos, debería ser para ti. Aunque, curiosamente, casi siempre recae sobre el que menos la merece.

Estos diez Mandamientos se resumen en uno: TRATA A TUS ALUMNOS, EN TODOS LOS SENTIDOS, COMO A TI TE HUBIERA GUSTADO QUE TUS MAESTROS TE TRATARAN A TI. Si así lo

haces, enhorabuena. Estarás dando la talla que de ti se esperaba. Si no, aún estás a tiempo: Rectifica o cambia de trabajo.

* * *

B.- 6**DECÁLOGO PARA DISCÍPULOS**

Ser discípulo es un privilegio que no todos disfrutan. Hazte digno de él y aprovecha el tiempo. Durante el aprendizaje has de “llenar las baterías” que te han de durar mientras vivas. Por tanto, tu futuro dependerá en gran parte de esta época de tu vida. Estudia y asimila estos mandamientos, y nunca te arrepentirás.

1.- RESPETA A TUS MAESTROS. Ser maestro no es fácil. Es una vocación. Y conlleva mucho sacrificio, mucha entrega, mucha paciencia, mucha reflexión, mucha comprensión y mucho amor. Tus maestros podrán ser mejores o peores pero, en todo caso, han elegido el sendero del sacrificio porque pensaban que tenían "algo" que transmitir.

2.- COMPRENDE A TUS MAESTROS. Son seres humanos, como tú. Y, como tales, tienen sus defectos y sus flaquezas. No exijas de ellos más de lo que pueden dar. Tu papel no es juzgarlos, sino aprender lo que de bueno sepan transmitirte.

3.- NO ECHES SOBRE TUS MAESTROS TUS PROPIAS CULPAS. Es el recurso más fácil de los malos estudiantes. Pero no funciona. Tú aplícate, ve a lo tuyo y todo lo demás vendrá por añadidura.

4.- ESTUDIA SERIAMENTE Y NO TRATES DE ENGAÑAR A TUS MAESTROS. Lo que estás estudiando es para ti y, por tanto, si estudias sólo para aprobar o haces trampa en los exámenes, serás tú mismo el engañado, porque eso que entonces no sabes, lo ignorarás siempre.

5.- PIENSA QUE LOS AÑOS DE ESTUDIO SON UNA PREPARACIÓN PARA LA VIDA. Lo que ella luego sea, dependerá, pues, muy mucho de tu comportamiento como estudiante.

6.- HAZTE UN PLAN DE ESTUDIO QUE ABARQUE TODO EL CURSO, Y CÚMPLELO FIELMENTE. Sólo así te resultará fácil estudiar y recordar. Y hasta te sobrará tiempo.

7.- INTERÉSATE SERIAMENTE EN LO QUE ESTUDIAS. Con toda seguridad, alguna vez, en el futuro, te hará falta.

8.- NO DEJES JAMÁS EL ESTUDIAR PARA MÁS ADELANTE. Ahora es la época en que debes hacerlo. Luego será demasiado tarde y tendrás otras cosas que hacer, más apremiantes para tu supervivencia.

9.- NO COMPITAS CON TUS CONDÍSCIPULOS, SINO CONTIGO MISMO, SUPERÁNDOTE CADA DÍA. Aunque parezca otra cosa, la única competencia que la vida nos impone es la de vencernos a nosotros mismos.

10.- SÉ, EN TODO MOMENTO, BUEN COMPAÑERO. Honesto, colaborador, comprensivo y dispuesto a ayudar. En la época estudiantil nacen esas amistades valiosísimas que duran todo la vida y que son un tesoro inapreciable, pues la amistad es la hermana menor del amor.

Estos diez mandamientos se resumen en uno: AMA A TUS MAESTROS, AMA A TUS CONDÍSCIPULOS Y AMA EL CONOCIMIENTO. Porque, quien dedica su vida a la enseñanza, merece agradecimiento; quien comparte contigo una porción de su vida, forma parte ya de la tuya; y el conocimiento es lo que te ha de hacer un componente útil de la sociedad a que perteneces. Todo ello equivale a: COMPÓRTATE CON TUS MAESTROS COMO A TI TE GUSTARÍA QUE, LLEGADO EL CASO, TUS ALUMNOS SE COMPORTASEN CONTIGO.

* * *

C.- 1

DECÁLOGO PARA JEFES

Ser jefe es una gran responsabilidad. Y es una magnífica ocasión para evolucionar. Si sabes aprovecharla, podrás tener la satisfacción de haber pasado por la vida dignamente, es decir, aportando algo al acervo común.

Lee estos mandamientos, repítelos, medítalos y hazlos propios. Luego, cúmplelos. Y haz, de vez en cuando, examen de conciencia sobre su cumplimiento. Tú mismo te asombrarás de los resultados.

1.- RESPETA A TUS SUBORDINADOS. Son hombres, como tú y, además, muchos de ellos ni siquiera tendrán posibilidades, por su falta de capacidad, de formación o de voluntad, de llegar adonde tú has llegado. El estar a tus órdenes es, pues, su única oportunidad de aprender y de labrar su futuro. Por otra parte, ten por seguro que cada uno de ellos te aventaja en algo. Merecen, por tanto, tu respeto, porque ningún motivo justifica lo contrario, que no sería sino abuso de poder. Olvida, pues, el ceño fruncido, que no pone de manifiesto sino tu propia falta de capacidad o de preparación para ostentar la jefatura, y sonríe a tus subordinados.

2.- SÉ AGRADECIDO CON TUS SUBORDINADOS. Si ellos no estuvieran a tus órdenes, tú no serías jefe. No te hagas ilusiones: No hay jefe sin subordinados. Por tanto, si quieres seguir siendo jefe, hazles agradable tu jefatura. Ellos son la peana de tus pies. Y, si tus subordinados no te estiman y te sostienen, esa peana resultará ser de barro y te hará caer en el momento menos esperado u oportuno.

3.- ENSEÑA A TUS SUBORDINADOS. Se supone que, si eres jefe, es porque estás más preparado que ellos, porque sabes más, por lo menos

en lo que al trabajo que os une se refiere. Pero tú no naciste sabiendo. Lo que sabes te lo enseñó alguien. Y ahora eres tú ese alguien para tus subordinados. Y enseñar es lo más hermoso que se puede hacer en una sociedad, sea ésta mercantil o de cualquier otro tipo.

4.- NO SEAS UN OBSTÁCULO PARA LA PROMOCIÓN DE TUS SUBORDINADOS. Tu mayor orgullo debe consistir en que alcancen cotas más altas que tú mismo. Son tus "hijos laborales" y para un padre no hay mayor orgullo que el que su hijo le supere. Si te eriges en competidor de tus subordinados estarás infringiendo una ley natural. Promuévelos, empújalos, sin miedo, con orgullo, si lo merecen. Y no caigas nunca en la bajeza de envidiarlos.

5.- NO EXPLOTES A TUS SUBORDINADOS. No es ése tu papel, ni es el de ellos dejarse explotar. Todos os debéis a una empresa común, pero cada uno en su puesto, y con recíproco respeto de los derechos y las obligaciones. Ponte, de vez en cuando, en el sitio de cada uno de tus subordinados; imagina sus ilusiones, sus sueños, sus problemas, los de sus familias, lo que esperan de ti, y examina si a ti te gustaría ser tratado como tú los tratas a ellos. Por otra parte, no creas, ni por un momento, que tu papel consiste sólo en ganar dinero o en que lo gane la empresa. Tu principal cometido, y por eso estás donde estás, es formar hombres y mujeres responsables, profesionales serios, honestos, ambiciosos, ilusionados y contentos de ser útiles y de aportar algo a la sociedad.

6.- CONFÍA EN TUS SUBORDINADOS. Si quieres que vuestra relación funcione, dales confianza. Ello los obligará a hacerse dignos de ella. La confianza es algo, por naturaleza, recíproco, o no es confianza. Y, si tú no confías en ellos primero, ellos no confiarán en ti y estarás preparándote un futuro incierto.

7.- ALABA A TUS SUBORDINADOS. A todos nos gusta que alaben nuestras obras. Por otra parte, la alabanza nos impulsa a superarnos y responder a la idea que se tiene de nosotros. Mientras que la crítica, el encontrar siempre y solamente el defecto o el error, para demostrar nuestra superioridad, desmotiva, disuelve la ilusión y la confianza y hace que se resquebraje todo lo que te ha de sustentar en tu puesto o auparte a otros superiores. Si quieres reprochar algo a algún subordinado, dile

simplemente que esperabas más de él, que él es capaz de hacerlo mejor. Con eso bastará. Pero sigue sonriéndole y dándole confianza.

8.- **DIALOGA CON TUS SUBORDINADOS.** Ellos son los que están en la trinchera. Y, aunque tú no lo creas así, conocen el trabajo, en detalle, mucho mejor que tú. Habla, pues, con ellos, cambia impresiones, recoge y estudia y, si procede, acepta sus sugerencias, haz que se sientan importantes, que se convenzan de que son piezas significativas en el engranaje que a todos abarca, que se sientan responsables de la labor común. Pero que ello no te lleve a confundir esto con la dejación de tus obligaciones. Como jefe has de ser tú quien tome las decisiones y, como tal, tendrás que pagar el precio de serlo: la soledad. Porque, a la hora de decidir, estarás y deberás estar solo, ya que sólo tú serás el responsable de las consecuencias de tus decisiones.

9.- **FORMA EQUIPO.** No creas, porque no es verdad, que tú solo te bastas. Tú necesitas de tus subordinados y ellos necesitan de ti. Y, de todos modos, para el trabajo que os ocupa, ellos son más necesarios que tú pues, mal que bien, podría hacerse sin ti, pero no sin ellos. Trata de aglutinarlos a todos en la empresa común, en el orgullo de la labor bien hecha y en la ilusión de pertenecer a ese grupo que se ayuda, se comprende y se estimula. Para ello, no regatees felicitaciones, alabanzas ni gratificaciones, incentivos ni ascensos. Siempre es rentable el formar equipo, el tener una filosofía, un lenguaje, y un comportamiento común.

10.- **SÉ UN EJEMPLO PARA TUS SUBORDINADOS.** Aunque tú no te des cuenta, tus subordinados se miran en ti. Y, por tanto, esperan de ti una conducta consecuente y proporcionada al respeto y la obediencia y subordinación que exiges. Si no das la talla, fracasarás. Piensa que, cuando tú te vayas, por cualquier motivo que sea, lo que quedará de ti, tanto en la cultura de la empresa en la que has sido jefe, como en la vida de cada uno de tus subordinados, será, no el beneficio obtenido, sino tus enseñanzas, tu comportamiento, tu ejemplo, tu liderazgo. Lo demás se olvidará.

Estos mandamientos se resumen en uno: **COMPÓRTATE CON TUS SUBORDINADOS COMO TE GUSTARÍA QUE TUS JEFES SE COMPORTARAN CONTIGO.** Mírate en ellos. Son arcilla que se ha puesto en tus manos para que la moldees. Su futuro profesional, y quizás

privado, depende de ti. No los defraudes y los hagas fracasar. Sería tu propio fracaso.

* * *

C.- 2**DECÁLOGO PARA SUBORDINADOS**

Todos somos subordinados. Por muy altos que estemos, siempre, en algún aspecto, dependeremos de alguien. Por tanto, es muy interesante tener claro cuál es nuestro papel como subordinados, especialmente en nuestro desempeño profesional y laboral que constituye, de hecho, la porción más prolongada y significativa de nuestra vida.

Lee, por tanto, estos mandamientos y hazlos tuyos. Y tenlos presentes a lo largo de tu desempeño como subordinado.

1.- RESPETA A TU JEFE. Además de tu superior, ha de ser también tu maestro. Verás en él cosas buenas y otras no tanto porque, como todos los seres humanos, tu jefe no es perfecto. Trata de imitarlo en lo positivo y aprende a no caer en lo negativo. Y, como es mucho más fácil ser subordinado que ser jefe, respétalo por ese incremento de responsabilidad que asume al serlo. Y no lo hagas quedar mal.

2.- OBEDECE A TU JEFE. Es quien, de modo natural, está legitimado para darte órdenes. No discutas nunca éstas. Antes de que te las dé o después de cumplirlas, sugierele lo que consideres oportuno modificar, pero no en el momento de recibirlas. En ese momento la decisión ya la ha tomado y ése es su privilegio como jefe.

3.- NO DIFAMES NI MURMURES DE TU JEFE. No es un ser perfecto, como tú no lo eres. Y, al estar por encima, sus defectos se ven más. Pero ello no debes aprovecharlo para desprestigiarlo. La deslealtad no funciona nunca. Y, a la larga, perderías tú, porque todo, todo acaba por saberse. Y entonces no tendrías derecho a quejarte de las consecuencias de tu errónea actuación.

4.- **COMPRENDE A TU JEFE.** Porque, incluso cuando ejerce su papel de jefe, es un ser humano. Y, como todos los seres humanos, está necesitando amor y comprensión. Lo mismo que tú.

5.- **AYUDA A TU JEFE.** Facílitate su tarea dándole ideas y entregándote de verdad a tu trabajo. Él ha de responder, no sólo de sus propios errores, sino de los tuyos, por el hecho de ser tu jefe. No se lo hagas, pues, más difícil.

6.- **NO CRITIQUES A LOS COMPAÑEROS ANTE TU JEFE.** Sólo demuestra bajeza y doblez y, si tu jefe es inteligente, no merecerás más su aprecio por convertirte en su confidente. Si algo hacen tus compañeros que no consideres correcto, repróchasele directamente al interesado con caballerosidad y compañerismo. Pero nunca caigas en la tentación de vender a un compañero por unas monedas, sean éstas un ascenso, una retribución o una palmada en la espalda. En todo caso, acabarás perdiendo la confianza de tu jefe y la de tus compañeros. Y eso es, laboralmente, lo peor que te puede ocurrir.

7.- **TRABAJA LO MEJOR QUE PUEDAS.** Tú conviniste una retribución determinada por tu tiempo y tu saber y tu trabajo. Pero un trabajo bien hecho. Ésa fue la oferta que aceptaste. Si no trabajas bien, lo mejor que sabes, a tope, has de saber que no estás cumpliendo lo convenido y no tendrás derecho a quejarte si no se cumple contigo. Piensa que lo más interesante para un jefe, lo que más necesita y, por tanto, lo que más le satisface, es un subordinado que trabaje como se supone que debe trabajar.

8.- **APRENDE ININTERRUMPIDAMENTE.** Aún en el trabajo más repetitivo, hay variación. Y esa variación es un medio para que adquieras nueva experiencia y nuevos conocimientos. Nunca creas que ya lo sabes todo porque, desde ese mismo momento, estarás ya quedándote atrás. La vida no acaba y cada minuto debe ser una agradable sorpresa para ti y una lección a asimilar.

9.- **ASPIRA A MEJORAR, SUPERÁNDOTE; PERO NO TE SUPERVALORES.** Es lícito que aspire a subir. La vida es una evolución

y cualquier evolución bien llevada supone mejora. Pero no te pases. Hazte lo más imprescindible que puedas con una entrega honesta a tu labor, y lo demás vendrá por sí solo. Y, si no viene, cuando seas imprescindible, pídelo, conservando siempre las formas. Pero no antes.

10.- NO TE QUEJES DE TU JEFE. Ten siempre clara la alternativa: Si estoy a gusto, me quedo y no es lógico que me queje; y, si no estoy a gusto, me voy y no necesito quejarme. Pero no te quedes para amargar tu vida y la de los demás. Sé consecuente contigo mismo. Porque el que se queja y no actúa en consecuencia, sólo demuestra falta de carácter o de confianza en su propia valía. Y poca inteligencia.

Estos diez mandamientos se resumen en uno: AMA Y RESPETA A TU JEFE COMO A TI MISMO. y, por tanto, COMPÓRTATE CON ÉL COMO A TI TE GUSTARÍA QUE TUS SUBORDINADOS SE COMPORTASEN CONTIGO. Tú puedes llegar a jefe y entonces necesitarás del amor y el respeto y la comprensión y el sostén de tus subordinados.

FIN