

CANTO RODADO  
ANA GAITERO

## VIENTO DEL ESTE

En Brick Lane, en el East End de Londres, los nombres de las calles están escritos en inglés y en bengalí. Sobre las fachadas rojinegras o negriamarillas que dibujan el paisaje de este barrio, cuyas tejas surtieron de ladrillos al Londres victoriano y que fue sede de mercados de frutas y verduras de importación y antaño también de la cervecería Truman, se plasma el grito más fresco de la sociedad británica. Grafitis, murales, pintadas y hasta esculturas pueblan los muros de las calles. A gran escala y en miniaturas divertidas como esa que sostiene un pequeño diablillo verde con la leyenda 'Be fuckin nice', que vete a saber lo que quiere decir porque el lenguaje callejero siempre tiene otros sentidos.

En este barrio, paseando de la mano de la autora de *Londres, pastel sin receta*, la maragata-bañezana Lala Isla, vemos una antigua iglesia que luego fue sinagoga y que ahora es una mezquita cuya media luna se eleva sobre el cielo londinense a través de un asta, tan estrambótica como el 'Pepinillo' de Norman Foster en la City. Si hay un barrio en Londres que retrata la sociedad global, multicultural y hospitalaria y de nuevas oportunidades, es el Brick Lane. Primero fueron los hugonotes, que huían de la persecución religiosa en Francia; luego los judíos y después las olas de emigrantes que llegaron desde Bangladesh. D

### Jóvenes y héroes

Ahora son jóvenes de todo el mundo, también españoles, emprendedores y gente dispuesta a superar las barreras del idioma sirviendo comidas y copas, abriéndose camino en el proceloso mar de las artes, como Enrique Perezalba Red, otro leonés, berciano, de Toreno. O trabajando en la City como el héroe del último atentado de Londres, Ignacio Echeverría. Un ejemplo de solidaridad, generosidad y civismo.

Muy cerca del Brick Lane, también en el este, está Islington, distrito por por el que acaban de elegir a Jeremy Corbyn,



CORBYN, ELEGIDO EN EL DISTRITO DE ISLINGTON HA ILUSIONADO AL ELECTORADO BRITÁNICO MÁS JOVEN Y A LAS MUJERES FRENTE A LA VIEJA GRAN BRETAÑA

líder del Partido Laborista y uno de los políticos que se abren paso con decencia que se ha convertido, sin ganar, en el triunfador moral de los comicios. La juventud y las mujeres —han salido elegidas más de 200 con orígenes multicolores— se han aliado en las urnas frente a la vieja Gran Bretaña del 'exit' y del rechazo al emigrante. Hay un viento del este con aroma a utopía.

### Gangas y teatro

Corbyn ha ilusionado al electorado británico y a esa parte de Europa que aún tiene esperanza. El poder de la banca y del gran capital está muy difícil de desbancar, pero es refrescante que lo desafíen con políticas más humanas y gente sin experiencia en robar al contribuyente y evadir impuestos o preparar amnistías fiscales pasándose la Constitución por el forro como hizo Montoro. El Tribunal Constitucional le reprende con la boca pequeña, pero ya no hay marcha atrás. De risa se estará mondanando Montoro, cuya cabeza no rueda. Faltaría más. Lo de la amnistía fiscal no es nuevo. Ya lo hizo Zapatero con los Botín, cuya heredera acaba de comprar el Banco Popular a 1 euro, oiga. Ni en el Rastro hay gangas así.

Luego se permiten el lujo de dar lecciones de constitucionalismo a los catalanes por querer votar si quieren que Cataluña sea un estado independiente. República bananera, digo monarquía, ya la tienen, doña Soraya. ¿Qué ha estado haciendo la vicepresidenta en Barcelona? No veo resultados.

Esa es la veteranía de la que presumen muchos políticos que acusan a Pablo Iglesias y a Unidos Podemos de inexperiencia. Desacreditan la moción de censura y todo lo que venga de esta coalición porque temen no seguir jugando al gatopardismo. Ahora Pedro Sánchez, con Cristina Narbona de presidenta, otro viento del este con ecos de Mary Poppins, tiene que demostrar que lo suyo no es puro teatro. Falsedad bien ensayada. Estudiado simulacro...

VANESSA  
CARREÑO

## CUALQUIER COSA

Si todos sabemos que la comunicación es fundamental para que una relación funcione, ¿por qué tantas veces surgen conflictos cuando le hacemos una crítica a alguien? Pues sepa que el problema no suele estar en lo que decimos, sino en cómo lo decimos. Si aprendiéramos a criticar podríamos decir cualquier cosa sin que el otro se enfadara. Porque no es lo mismo decir «estoy harto de hacerlo yo todo» que decir «me gustaría pedirte que nos turnemos para hacer esta tarea». ¿O a usted le suena igual?

Así que si quiere aprender a hacer críticas lo primero es que reflexione sobre su intención. ¿Para qué quiere decirle eso a esa persona?

Y, en segundo lugar, recuerde que lo que va a decir es su punto de vista, no la verdad absoluta.

Dicho esto, aquí tiene siete pasos a seguir para hacer una crítica constructiva:

— Elija qué va a criticar y cuándo hacerlo. No puede criticarlo todo y tampoco puede soltarlo en cualquier momento.

— Cuide el tono de voz y el lenguaje no verbal, porque expresan más que



las palabras. Procure transmitir cariño y respeto y deje a un lado la ira, la rabia o el rencor.

— Critique la conducta, no la persona. No le diga a alguien «eres un mentiroso». Hable de la conducta que le ha molestado. Por ejemplo, «me gustaría que hubieras sido sincero conmigo respecto a por qué llegabas tarde».

—No generalice («siempre», «nunca», «todos», «nadie»); no use expresiones de exigencia como «tienes que» y «deberías»; y no haga juicios como «no lo has hecho bien» o «lo has hecho mal».

—Céntrese en los hechos. Deje a un lado las interpretaciones, como «no te importo», y hable de hechos objetivos, como «me dolió que no me llamaras cuando me operaron».

—Diga claramente lo que quiere. No espere que el otro lo adivine. Sea concreto y diga qué es exactamente lo que no le ha gustado y lo que necesita. Por ejemplo, «cuando no me respondes a un mensaje no sé qué pensar. Me gustaría que al menos me dijeras que lo has leído».

Pronto verá que en esta vida se puede criticar casi todo, sólo hay que saber hacerlo.

www.coachingtobe.es

## UNA GUERRA SIN FRONTERAS



DIEGO CARCEDO

Las vidas humanas son lo primero en la lucha contra el terrorismo yihadista. Por supuesto. Nada hay más importante ni más estremecedor que ver cómo el número de víctimas en atentados aumenta continuamente. Esta guerra a traición que no tiene frentes ni reconoce fronteras se vuelve muy difícil de enfrentar, poco menos que imposible pacificar y con una secuela permanente de efectos colaterales perniciosos que están alterando nuestra existencia. Casi sin darnos cuenta, además de enlutar centenares de hogares, el terrorismo altera la convivencia entre las personas, aleja a los pueblos estimulando el odio y la desconfianza, frena la modernidad, pertur-

ba las relaciones internacionales, genera miedo, afecta de forma directa e indirecta las economías de los países y hasta está obligando a cambiar la urbanización de las ciudades y los hábitos de sus habitantes.

La amenaza del terrorismo yihadista empieza a obligar a cerrar calles al tráfico, rodear lugares públicos de bloques de cemento, limitar el uso de espacios públicos y alterar la organización de espectáculos y competiciones. El miedo que empieza a exteriorizarse genera situaciones de pánico como la que hace algunos días dejó en Turín centenares de heridos. La radio ofreció estos días testimonios de londinenses que no se atreven a salir al centro.

La democracia en los países libres sufre los efectos colaterales de la amenaza terrorista que pone en evidencia la impotencia de los políticos. Los partidos xenófobos y racistas están proliferando por todas partes. Y en algunos lugares ya ejercen influencia en los gobiernos, municipios e instituciones. Aunque ningún país apoya al Daesh, al menos de manera descubierta, su existencia perturba la normalidad en las relaciones internacionales.

El ejemplo más reciente es la ruptura de relaciones de seis países del Golfo con Qatar abriendo un foco de tensión que complica más la situación en la Zona. El país que debería liderar la búsqueda de soluciones tanto de seguridad como diplomáticas, los EE UU, con Trump en la Presidencia se es-