

# MANUAL DE SUPERVIVENCIA PARA UNICORNIOS

Testimonio  
de un adulto superdotado  
recién identificado



JORGE ALBALADEJO POMARES

© 2021 Jorge Albaladejo Pomares

[www.jorgealbaladejoescritor.es](http://www.jorgealbaladejoescritor.es)

Primera edición: septiembre de 2021

Editado y publicado por Jorge Albaladejo Pomares

v1.7

[www.manualdesupervivenciaparaunicornios.es](http://www.manualdesupervivenciaparaunicornios.es)



No se permite la reproducción total o parcial de esta obra, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio (electrónico, mecánico, fotocopia, grabación u otros) sin autorización previa y por escrito de los titulares del *copyright*. La infracción de dichos derechos puede constituir un delito contra la propiedad intelectual.

*Dedicado a todas aquellas personas que,  
de forma frecuente y reiterada,  
son discriminadas por hablar, pensar, actuar  
o por ser diferentes a las normas establecidas,  
sin por ello causar perjuicio a nadie.*

*La diversidad nos hace humanos  
y es la base de la creatividad y del progreso.*

*Por un mundo más libre, más abierto,  
tolerante y amable con las diferencias.*

MUESTRA

# AGRADECIMIENTOS

**Almudena:** buena amiga, mejor esposa, compañera de vida y vicisitudes, pilar fundamental, sendero-terapeuta experta.

**Joakim y Almudena:** gracias por vuestra inestimable ayuda revisando, corrigiendo y verificando el contenido de este libro.

A aquellos **maestros** y **profesores**, escasos pero reales, que alimentaron la llama en lugar de apagarla.

**Alice, Elaine, Karina, Paula y Jeanne:** vuestro trabajo pionero ayudó a sentar las bases de lo que sabemos hoy sobre las altas capacidades.

**Isma y Caroline:** por ver en mí aquello que yo mismo no veía, por creer en mí cuando más lo necesitaba y por dar forma a mi futuro profesional.

MUESTRA

# PROGRAMA

Nota previa.....	I
Sobre el autor.....	III
Prefacio.....	VII
Prólogo.....	XXV
Parte 1: Introducción.....	1
Superdotación y altas capacidades.....	3
Características de un superdotado.....	10
Altas capacidades en la escuela.....	13
Patologización.....	15
Unicornios.....	17
Parte 2: Historia de un unicornio.....	21
Saliendo del arcoíris.....	21
Catarsis.....	24
Érase una vez.....	29
Emprendedor.....	30
Maltrato, abuso, abandono emocional.....	31
Aburrimiento, aceptación, perfeccionismo.....	34
Camuflaje.....	35
Unicornio.....	37
Fuera de la caja.....	40
Estándares.....	46
Divergente.....	47
Homeostasis.....	48
Psicología social.....	49
Sísifo.....	51
Proceso.....	53
Alienación.....	54

Exploración aleatoria.....	56
Respuestas.....	58
Kaizen.....	62
Parte 3: Manual de supervivencia.....	65
Existencialismo.....	65
Abismo.....	66
Muerte.....	74
Religión.....	76
Ser unicornio.....	81
Aprendizaje.....	82
Velocidad.....	86
Cronofobia.....	91
Contradicciones.....	94
Perfeccionismo.....	96
Multipotencial.....	99
Crisis de fe.....	105
Ayuda.....	112
Salvar el planeta.....	115
Injusticia.....	120
Alta sensibilidad.....	123
La jungla.....	127
Efecto de masas.....	128
Modas.....	133
Histeria colectiva.....	138
Manipulación.....	145
Autoridad.....	149
Tiranos.....	155
Expertos.....	159
Cuñados.....	164
Normas sociales.....	166
Vida profesional.....	171



Dificultades laborales.....	181
Epílogo: Cartas de navegación.....	191
Lecturas y recursos adicionales.....	199
Libros sobre superdotación.....	199
Otros libros de mi biblioteca.....	200
Blogs, revistas y webs informativas.....	201
Asociaciones de altas capacidades.....	201
Notas.....	203

MUESTRA

MUESTRA

MANUAL DE SUPERVIVENCIA  
PARA UNICORNIOS

MUESTRA

MUESTRA

# NOTA PREVIA

Antes de empezar, quiero aclarar algunos conceptos, porque no me gustan los malentendidos. Los superdotados, a menudo, odiamos que nos malinterpreten, porque nos hemos pasado la vida tratando de explicarnos una y otra vez hasta que se nos entiende, o hasta que nos cansamos de intentarlo y lo damos por imposible.

Este libro trata de las altas capacidades, o superdotación. A las personas de este grupo las llamo —nos llamo— “unicornios” y más adelante te explicaré por qué. Espero que estas páginas puedan servir como un faro en la oscuridad de la noche o, al menos, como un descanso en el camino para otros adultos que acaban de descubrir que son superdotados, o sospechan que podrían serlo. Unicornios, como yo.

No soy psicólogo ni psiquiatra, ni un experto al uso en el estudio de la mente. He aprendido mucho y muy rápido, leyendo materiales variados en los últimos meses: libros y blogs especializados principalmente, pero también testimonios de personas superdotadas en redes sociales y foros de Internet. Mis fuentes podrían ser dudosas, mi interpretación incorrecta. Me equivoco como cualquiera, pero también profundizo como nadie en un tema que me inspira o, como en este caso, me afecta.

Este libro no es un manual técnico, ni está validado por un Colegio de Psicología o Psiquiatría, ni validado por ningún grupo de expertos.

Es simplemente un resumen de todo lo que he aprendido sobre la superdotación, mezclado con mis experiencias personales. Un testimonio de cómo he vivido las altas capacidades desde niño, y de cómo me estoy redescubriendo y reinventando a mis recién cumplidos cuarenta años. Es un ensayo personal, con una probabilidad muy alta de explicar correctamente los tecnicismos expuestos, pero una disertación subjetiva al fin y al cabo.

Este no es un libro de autoayuda. Espero que mis experiencias y reflexiones te ayuden a poner en contexto y perspectiva tu propia situación personal, si tienes, crees que tienes o eres cercano a alguien que tiene altas capacidades. Pero no pretendo darte soluciones a tus problemas. Léelo con cuidado, criterio, escepticismo, y también algo de empatía y compasión. Considéralo una guía.

Busca ayuda especializada si la necesitas.

En este libro utilizo el masculino no marcado, por simplicidad, para referirme a todas las personas de todos los géneros, condiciones e identidades por igual.

# SOBRE EL AUTOR

Me llamo Jorge, nací español en 1981 y me nacionalicé suizo en 2020. Durante toda mi infancia fui un estudiante modelo hasta que fracasé estrepitosamente en la universidad, que abandoné y retomé en repetidas ocasiones.

Desde 2001 me gano la vida principalmente programando, diseñando y manteniendo aplicaciones web, tareas que durante veinte años he compaginado con estudios universitarios, proyectos personales, viajes y periodos sabáticos.

En 2007 emigré a Suiza para hacer carrera y vivir aventuras, etapa que calificaría de gran expansión personal. Terminé mis estudios universitarios en ingeniería de telecomunicaciones en la Universidad Miguel Hernández de Elche, y después obtuve un máster en ingeniería de *software* en la HES-SO de Lausana, Suiza. Colaboré con todo tipo de empresas, desde *startups* hasta corporaciones multinacionales.

En 2015, comencé a trabajar sin moverme de mi despacho para empresas de EE. UU., Canadá y Australia, países con una cultura de trabajo remoto mucho más desarrollada que la nuestra, ciertamente pionera.

En los últimos diez años de mi vida he tenido la suerte y la oportunidad de viajar por medio mundo, a veces por trabajo y, la mayoría de las veces, por el placer de descubrir nuevas culturas.

Los sistemas *software* se parecen mucho al funcionamiento del cerebro: son complejos, y desarrollan comportamientos y características emergentes a partir de pautas y componentes más sencillos. Entender y reparar aplicaciones es un buen ejercicio para comprender y *hackear* sistemas y procesos psicológicos.

Aprendí inglés colaborando con profesionales de todos los rincones del planeta, francés con acento *vaudois* en Suiza, y algo de italiano en mis escapadas regulares al norte de Italia. De casa traía el español y una especie de *patois* valenciano-castellano extravagante que hablamos en familia. Si me esfuerzo puedo pasar por catalán durante al menos cinco minutos de conversación.

Me gustaría alabar las bondades del sistema educativo público, pero durante los primeros veinte años de mi vida ignoró mis necesidades especiales y me sumió en un aburrimiento incesante e insoportable. Entiendo que las cosas han cambiado ahora, y el pasado, pasado está. Espero que hayan cambiado, por el bien de nuestros niños superdotados. El mundo los necesita más que nunca.

Soñaba con llegar a la universidad para poder finalmente elegir los temas de estudio que me interesaban, pero lo que descubrí es que, más que centros intelectuales de intercambio de conocimiento, las universidades eran fábricas de piezas de repuesto. En lugar de enseñar, seleccionaban a los estudiantes más adaptados, los convertían en profesionales especializados y prefabricados, fácilmente reemplazables en el mercado laboral.



Quienes no encajaban en el molde se iban quedando atrás. Aprendí más leyendo libros que asistiendo a clase y escuchando a los profesores.

Sufro ansiedad crónica desde que tengo dieciocho años, quizá desde antes. He pasado al menos dos depresiones clínicas, y vivido alienado casi cada día desde que estoy en este planeta. Hasta que descubrí que soy superdotado.

Acabo de recibir el resultado de mi evaluación: tengo altas capacidades. Muy altas, a decir verdad: superdotación intelectual profunda. En el fondo sospechaba que había algo diferente en mí, pero no sabía cuánto, y tenía miedo de confirmarlo. Ahora lo sé. Todos tenemos necesidades diferentes, y las mías, además, son especiales.

A veces la vida me abrió puertas, y a veces alguien creyó en mí y me brindó una nueva oportunidad. En ocasiones tuve los mejores maestros, profesores, jefes, compañeros, amigos y familia con los que uno puede soñar.

Otras veces, la mayoría, tuve que abrirme mis propias puertas, ignorar al mundo y conseguir mis objetivos por mi cuenta. Nadie me ha regalado ninguno de mis logros. Pocos me han apoyado en mis empresas. En tiempos difíciles me tuve que levantar a mí mismo.

Te diría que soy un hombre hecho a sí mismo, pero me daría la risa floja. Hay mucho imbécil pomposo, arrogante e insoportable suelto, que se aferra a esa bandera. Quizá yo sea uno de ellos.

Si decides hacerte a ti mismo, no te hagas estúpido, aprovecha que puedes elegir.

Todos deberíamos sentirnos orgullosos de nuestros logros, desarrollo personal e hitos en la vida... y, sin embargo, estamos demasiado ocupados corriendo para consumir más y trabajando para pagar más facturas, en un círculo vicioso, frenético y alienante.

Dedico este libro a todas aquellas personas que nacieron con poco y se han esforzado en progresar. Si te das por aludido, trata de vivir más en el ahora, no trabajes tanto, experimenta y disfruta. Intenta morirte con lo puesto.

# PREFACIO

Rafa era un niño muy inteligente. Con apenas cuatro años ya leía cómics, hacía todo tipo de preguntas acerca del origen y el funcionamiento de las cosas, y llevaba a sus padres de cabeza cuando no sabían responderle, porque insistía hasta que la explicación le resultaba satisfactoria.

—¿Por qué el mar es salado, papá?

—Porque el agua disuelve rocas de sal.

—¿Y de dónde salen esas rocas?

—Bueno, pues estaban en el suelo.

—¿Pero de dónde salieron? ¿Quién las puso ahí?

—...

Al principio su curiosidad era tan intensa que no podía contenerse, pero con el tiempo Rafa fue aprendiendo a modularse para no poner nerviosos a los adultos. Preguntaba con menos frecuencia, y cuando lo hacía y la respuesta no le satisfacía, insistía menos.

Finalmente, acabó por aceptar que los adultos no iban a poder responder sus dudas, y comenzó a sentirse solo, frustrado e inseguro. A menudo no entendían lo que preguntaba, y las explicaciones que recibía eran muy básicas.

Años más tarde, en la clase de biología del instituto...

—Profesora, ¿cómo están codificados en el ADN el plano y la secuencia de construcción del cuerpo humano?

—Eso está en los genes, en los cromosomas.

—Sí, ya lo sé, estos determinan nuestras características: ojos azules, altura, color de piel. Pero, quiero decir, ¿dónde está escrito qué tiene que activarse y cuándo para construir, por ejemplo, una columna vertebral?

—Ya te lo he dicho, en los cromosomas.

—¿Pero cómo funciona? ¿Cómo es ese mecanismo que define la arquitectura de nuestros huesos? ¿Qué hace que seamos simétricos? ¿Que tengamos dos piernas y no tres? ¿Que los brazos estén al lado del cuerpo y no en el centro?

—Eso está todo codificado en los genes de los cromosomas.

—...

Una respuesta honesta le habría bastado. Por ejemplo, “no lo sé, déjame que te responda mañana”. O “nadie lo sabe, los científicos aún no han encontrado el mecanismo; ¿cuál crees tú que puede ser?”. Pero la profesora de Rafa no parecía sentir curiosidad. Simplemente sabía o no sabía las cosas, y eso le resultaba frustrante y desesperante a partes iguales.

Rafa suspendió biología ese año. En palabras de su profesora, “no se esforzaba lo suficiente y no se sabía los procesos celulares con rigurosidad”. Procesos que él entendía perfectamente, aunque no memorizaba los nombres de todas las

proteínas implicadas porque esa información no tenía ningún sentido para él. Lo interesante de verdad, pensaba, es comprender cómo funcionan las cosas, no el nombre que les demos. Su mente funcionaba simplemente diferente.

En la universidad estudió ingeniería Industrial, y se olvidó de la biología para siempre. Se sintió tan frustrado en clase que cerró el libro y no quiso volver a mirar atrás.

Si las cosas hubieran sido de otro modo, quizá hoy sería un eminente científico en el campo de la epigenética.

---

Tania no quiere ir al colegio. Tiene sólo seis años y se queja de que otros niños se meten con ella. Anda nerviosa por las mañanas hacia la escuela porque no quiere que se repita la situación, siente vergüenza y rabia cada vez. No sabe por qué se ríen de ella, pero sus padres le dicen que no debe darle importancia. Se siente confundida, frustrada e indefensa.

La semana pasada, cuando su profesora pidió a la clase que leyeran un texto, todos los niños comenzaron a recitar las palabras al unísono, como un coro. Pero Tania no. Ella ya sabía leer mentalmente. Un compañero la señaló y gritó:

—¡Profesora, Tania no está leyendo!

Pero ella se defendió:

—¡No es verdad! ¡Estoy leyendo en voz baja!

Se había puesto coloradísima, y estaba muy agitada.

La profesora pidió a los niños que prosiguieran, pero no le dijo nada a Tania. Ella tardó un rato en recuperarse del susto... tenía miedo de que creyeran que mentía. No le gusta mentir. Mentir está mal.

Siguió con lo suyo y no advirtió que algunos niños la miraban con cara de enfado. No creían que estuviera leyendo realmente, y pensaban que la profesora estaba siendo buena con Tania porque era su favorita. Aquel día comenzaron las burlas en el recreo, cuando no había profesores cerca.

Ya ha pasado una semana, pero el acoso no cesa. Algunos compañeros se sienten avergonzados porque no leen tan bien como el resto, y descargan su resentimiento en ella. A veces, la rodean entre varios y comienzan a insultarla. Cuando Tania ve pasar un niño mayor le pide ayuda. Funciona por un rato, pero en el siguiente recreo, la historia se repite. Se siente sola, triste y amenazada. Tiene miedo.

Hasta que un día se enfurece, está harta de aguantar a los otros niños. Estalla en un ataque de rabia y termina castigada por haber golpeado a un compañero. Sus padres le regañan cuando se enteran. Es injusto, piensa. La culpa es de ellos, que no le dejan tranquila.

Tania sufre acoso porque aprende rápido y siempre sabe las respuestas cuando su profesora pregunta a la clase. Algunos niños se sienten amenazados por su inteligencia, sobre todo cuando sus propios padres les insisten en que estudien más

“para ser tan listos como Tania”. Se sienten inferiores en su presencia y por eso tratan de humillarla para así elevarse y sentirse mejor consigo mismos.

Recuerda, Tania tiene sólo seis años. No sabe qué está pasando. No lo entiende. Cree que hay algo malo en ella, y por eso los demás se ríen.

Pero lo siente. Lo sufre. Y no se le pasa en unas horas. Días después de cada agresión, cuando cierra los ojos, todavía visualiza la escena con nitidez en su cabeza. Cuando alguien se ríe cerca de ella, su cuerpo se tensa, se le eriza la piel, siente escalofríos y la misma angustia, vergüenza, rabia e impotencia que sintió en el patio del colegio.

Tania es una niña muy sensible. Cada agresión que sus profesores describen como “cosas de niños” le deja una marca profunda, que tardará días en dejar de doler, y quizá no cicatrice del todo nunca.

Pide ayuda a sus padres, pero no saben qué hacer. Hablan con la profesora, con la dirección, y quitan importancia al asunto. Tania es una niña brillante, dicen, y es normal que otros niños tengan envidia y se metan con ella. Es sólo una fase, ya se les pasará. Estamos en 1987 y el acoso escolar aún no es portada en los periódicos.

Tania se siente abandonada. Comienza a desconfiar de los adultos. De otros niños. De todo el mundo. Se vuelve insegura y su autoestima se resiente. Nunca sabe cuándo se reirán de ella

por algo que pueda hacer, decir o pensar, o simplemente por tener gustos e intereses diferentes.

El acoso finalmente cesa, aunque de vez en cuando hay episodios esporádicos, que mantienen las heridas emocionales de Tania abiertas. Ella busca refugio en los libros de fantasía, donde los niños, los héroes y la gente buena siempre acaban triunfando.

Muchos años después, Tania ya es adulta, y aún desconfía de la gente. Todavía tiene miedo de que se burlen de ella o de que la ridiculicen por cualquier cosa que diga, haga o piense. Tiene ansiedad crónica, baja autoestima y es muy insegura. A menudo le dicen que se toma las cosas muy a pecho y que exagera. Comienza a dudar de que cada una de sus experiencias sea real o producto de su imaginación.

Tania se pasará años en terapia, tratando de curar su autoestima dañada, si acaso alguna vez lo consigue. Las heridas de la infancia cicatrizan despacio.

---

Laura tiene treinta y cinco años y la vida resuelta: un trabajo estable, piso con hipoteca y coche ya pagado. Le gustaría tener novio, pero de momento su gato Pomelo le hace compañía. Trabaja en una oficina auditando cuentas, es un trabajo cómodo que se le da bien y, aunque no gana tanto como debería, le alcanza para cubrir sus pocos caprichos.



Uno de sus sueños es tomarse un año sabático y viajar por el mundo. Sin embargo, no se atreve a pedírselo a su jefe: sabe que la empresa la necesita y no quiere poner en apuros a su equipo. No le gustan las personas individualistas que hacen lo que les da la gana, sin considerar el impacto de sus acciones en los demás, y por eso no se comporta como tal. Ella no es así.

Quizá los envidia, piensa a veces, ya que de verdad le gustaría poder romper con todo y hacer lo que le diera la gana. Pero no puede. Eso no se hace. Ella no es así. No está bien ser así.

Tiene un sentido de la justicia y de la ética muy desarrollados. También tiene mucha vergüenza y se siente muy culpable cuando se equivoca.

Muy torpe, muy tonta. Todo el mundo tiene derecho a equivocarse, pero ella no. Porque Laura es perfeccionista, y cuando el resultado no está a la altura de sus exigencias, una vozcita en su conciencia le recuerda que puede hacer más. Ha intentado bajar un poco el listón, pero le resulta imposible no ver los fallos... saltan a la vista. Tendría que cerrar los ojos muy fuerte para no verlos, son obvios.

Este perfeccionismo la ha llevado a sentir una profunda insatisfacción en su vida. Nada de lo que hace está lo suficientemente bien. Cuando comete un error, se siente muy vulgar, vana, vacía, sin ningún valor.

Percibe detalles que nadie más nota, y ve patrones en las cosas. Sus compañeros no se dieron cuenta, pero su último trabajo tenía un par de errores sutiles aunque fundamentales. A menudo

estos mismos compañeros la dan por neurótica cuando duda sobre el mejor método para realizar una determinada tarea. No ven la diferencia. El resultado es el mismo para ellos.

En ocasiones, ante un problema, encuentra la respuesta casi sin pensar, por lo que se ha ganado una cierta fama en la empresa. Simplemente, “sabe cosas”. Eso pone a Laura a la defensiva, porque no sabe cómo hizo para encontrar la solución. Se siente un fraude, mentirosa, indigna del puesto que ocupa. Acierta, pero por casualidad. Una vez tras otra.

“Si descubren que en realidad no sé hacer mi trabajo y que me invento las soluciones —piensa— me perderán el respeto y seguro que me despiden”.

Este pensamiento la atormenta. Comienza a dudar de sus propias capacidades. Está inquieta todo el tiempo, le cuesta dormir. Un día siente un nudo en la garganta, y la ansiedad la acompaña durante semanas. No está en forma y comienza a cometer errores en el trabajo. Se vuelve más torpe y descuidada. “Lo sabía —piensa—, soy un fraude. Está comenzando a notarse. Pronto lo verá el resto del equipo. Me despedirán”.

Finalmente, un día Laura no es capaz de levantarse de la cama. Demasiada presión, no puede respirar. Va al médico y le da una baja por *burnout*. Síndrome del trabajador quemado.

Se queda en casa, y comienza a sentirse muy culpable: está dejando a la empresa en la estacada. Su jefe no estará nada contento, dependía de ella. Sólo Laura domina los procesos y

formalidades que su auditoría usa a diario. Sin ella, tardarán semanas o meses en ponerse al día.

Pero no tiene fuerzas para levantarse del sofá. Simplemente, no puede. La ansiedad crece. La culpa, la vergüenza, crecen. Comienza una terapia psicológica, la diagnostican con baja autoestima y se centran en tratar su perfeccionismo, que utiliza para compensar su inseguridad, dicen.

A Laura no terminan de convencerla estas explicaciones, pero está dispuesta a creerse cualquier cosa con tal de salir del abismo en el que se encuentra.

Es cierto que es insegura, reflexiona. Siempre se ha sentido así entre la gente. Le cuesta mucho hacer amigas, y el rechazo constante en la escuela y en el instituto la convirtieron en una persona tímida, introvertida, retraída. Le encantaría relacionarse más y con más gente, pero tiene miedo de que la vuelvan a rechazar. Por alguna razón, no consigue conectar con los demás... Nunca sabe qué decir en una conversación, y cuando habla casi nadie entiende o se interesa por lo que dice. Tiene que repetir las cosas varias veces para explicarse, lo que le resulta muy incómodo y aumenta la inseguridad en sí misma. Toda su vida ha intentado adaptarse, pero se le sigue dando fatal.

Ella es perfeccionista porque no puede dejar de ver esos detalles que los demás no ven. No puede evitarlo, ni cambiar su percepción: las líneas torcidas en las paredes de una habitación, el botón ligeramente descentrado en la pantalla del ordenador, la

mancha en la camisa del director del banco, justo al lado de la corbata. Si ella puede verlo, los demás también, ¿verdad?

Además, en su trabajo los detalles importan. Las cuentas deben ajustarse al céntimo, no hay margen para el error.

Laura pasará meses en terapia tratando de recuperarse del *burnout*. Hará ejercicios de visualización para enfrentarse a los eventos traumáticos de su pasado. Probará el *mindfulness* y quizá la hipnosis. Devorará libros de autoayuda. Estudiará el psicoanálisis para identificar las disfunciones familiares que le han llevado a su situación actual. Probará la terapia breve estratégica, pero le parecerá superficial. Quizá tome medicación para calmar la ansiedad, aunque tiene miedo de engancharse. Se hartará de terapia cognitivo conductual para tratar de atenuar las emociones negativas.

Pero en cuanto se enfrenta al mundo de nuevo, recae en menos de una semana. Por mucho que trabaje su autoestima, el mundo sigue empeñado en no tenerla en cuenta. Sigue sin saber cómo conectar con la gente. Sigue sintiendo rechazo cuando se acerca a un desconocido. Ligar es una actividad de riesgo.

Siente como si la terapia le parcheara la herida, pero esta se reabriera en cuanto intentara levantarse. Se siente tan vulnerable, tan torpe, rota e imperfecta, que no merece que nadie la quiera.

Todavía no lo sabe, pero pasará años en terapia aprendiendo a conocerse y aceptarse a sí misma.

---

Ethan es un chaval de diecisiete años, en su penúltimo año de instituto. Pronto tendrá que elegir una orientación para su futura carrera académica, pero por el momento todavía puede disfrutar de unos meses de adolescencia más. Le encantan los videojuegos. Es un fuera de serie, de hecho. Algunos amigos prefieren darle el dinero para que juegue él, ya que es el amo de las máquinas recreativas. Estamos en 1998, Internet está en pañales y los *arcades* todavía causan furor entre los jóvenes.

Le cuesta hacer amigos, pero los pocos que tiene le son fieles. Bueno, menos dos que son un poco gamberros y se meten con él, pero después se disculpan, así que parece que en el fondo lo aprecian. Estudia, como todos, por obligación y por inercia, ya que las asignaturas son aburridísimas. Si pudiera, dejaría los estudios y se pondría a trabajar. Pero no puede. Millones de jóvenes como él están atrapados en un sistema educativo deficiente, hasta que cumplan la mayoría de edad.

Y no es que no se le dé bien el instituto. Al contrario, siempre ha sacado buenas notas. Pero le aburre estudiar, memorizar textos farragosos y repetir eventos históricos como si fuera un loro. A él le interesa el mundo real, el de fuera de los estudios.

Ethan no tiene los mismos intereses que el resto. Juega al baloncesto y a los videojuegos. Le gusta el manga y los efectos especiales. Estudia japonés en sus ratos libres y dibuja sin parar. Del resto, no sabe nada. No le interesa. No le importa. Hace

tiempo que dejó de intentar acercarse a otros chicos y chicas de su edad, porque todavía no sabe de qué hablar con ellos. A veces se meten con él porque piensan que es “raro”... Se siente atrapado en una vida que no le corresponde.

Su hermano mayor es un poco tirano. Hiperactivo, algo macarra y fanfarrón, se desquita con Ethan cuando sus padres no miran. Él aguanta las agresiones y humillaciones, que repetidamente van dañando su autoestima y aumentando su sensación de fracaso.

Pero no planta cara. No le gusta la confrontación. Sabe que es injusto, pero no se siente capaz de hacer nada al respecto. Él no es fuerte ni valiente como otros chicos que conoce. Sólo es un “bicho raro”, incomprendido y aislado. No tiene valor. No se le ocurre qué hacer.

Las cosas irán empeorando con los años para Ethan. Se aislará cada vez más, voluntariamente, de un mundo que le resulta hiriente. Se alejará de una realidad que percibe como absurda y de un sistema que ni valora ni aprovecha sus capacidades. Dejará los estudios. Caerá en una espiral de autocompasión, ya que no sabe cómo enfrentarse a la alienación que siente. La vida es una tormenta, y él un cascarón de nuez en el océano embravecido, a merced de las corrientes y el oleaje.

La situación degenerará, con el tiempo, en una combinación de problemas mentales, baja autoestima, inseguridad, sensación de fracaso, resentimiento, ira y rechazo hacia un mundo que nunca

se fijó en Ethan realmente. Siempre se sintió como un fantasma en un rincón, tratando de integrarse pero pasando desapercibido.

Lo cual es un gran desperdicio, porque Ethan tiene un gran talento para el dibujo, y es muy creativo. Reproduce escenas y personas de sus series favoritas de manga y anime, mejor incluso que el dibujante original. No se pierde una *comic-con*, diseña sus propios disfraces y de pequeño soñaba con irse a vivir a Japón y trabajar en un estudio de animación. Podría haber sido el siguiente Hayao Miyazaki, piensa. ¡Cómo le hubiera gustado!

Pero sólo es Ethan. El chico raro de la clase de al lado.

---

En una de esas temidas, amadas y odiadas comidas de Navidad, a principios de los 2000, Manu escuchaba a su primo, “experto meteorólogo”, bramar contra el cambio climático. Una gran patraña inventada por los medios de comunicación para alarmarnos y por los gobiernos para controlarnos, decía.

Manu no pudo evitar intervenir. Como no tenía datos a los que aferrarse, hizo lo que pudo: habló de su percepción. Sabía que no era un método científico válido, pero ¡qué demonios! Las grandes mentes de la historia también se dejaron guiar a veces por la intuición, ¿verdad?

Y Manu tenía la sensación de que los veranos eran cada vez más calurosos. No tenía datos que avalaran su teoría (aunque

existieran), pero para él era evidente que el cambio estaba sucediendo.

Había percibido pequeñas alteraciones en los patrones estacionales de una forma prácticamente inconsciente. Y tenía buena memoria para los detalles, como la cantidad de días de verano en que había pasado verdadero calor.

“El resto del mundo parece no notarlo”, pensaba Manu. Los mayores siempre decían que hace frío o que hace calor, y sus amigos no le daban importancia mientras pudieran ir a la piscina o a la playa.

Su primo, “experto” en la materia, desestimó su argumento con una burla.

—Eso es porque has engordado y tienes más calor.

Y es cierto que había ganado algunos kilos últimamente. Se sintió tan avergonzado, tan mal en su propio cuerpo, que decidió comenzar un programa de dieta y ejercicio. No por su salud, no. Sino para ser digno y poder tener razón por una vez en su vida. Si su apariencia física era una razón para descalificarlo, iba a cambiarla para no dar a su contrincante ni una excusa, por pequeña que fuera, para descartar su argumento.

No es que Manu no tuviera razón entonces; casi nadie cuestiona el cambio climático en pleno 2021. Es que cuando hablaba nadie lo tomaba en serio. Aunque tuviera razón.

“El problema —pensaba Manu—, es que se me da mal argumentar. ‘Veo’ las cosas pero no tengo una teoría detrás.



Tengo mala memoria y nunca sé citar los artículos que he leído o los autores que validan mi postura”.

Y es verdad que se le daba mal argumentar, porque para Manu lo importante eran los hechos, no su justificación. Cuando aprendía algo, se quedaba con la esencia del descubrimiento, no con los argumentos que le daban validez.

Manu tenía la sensación de que el mundo prestaba especial atención a la gente con títulos, a los expertos en algo, como si un diploma en el currículum otorgara automáticamente la razón en un debate. Le parecía absurdo ya que él sabía que a la realidad no le importaban ni los títulos ni los pomposos nombres de especialidades científicas.

Y como no es posible tener un título en todo (una vida no da para tanto), Manu pensó en varias ocasiones que debería estudiar un doctorado. Quizá así tendría suficiente autoridad para que los demás consideraran sus ideas. Sin embargo, nunca encontraba ni la motivación ni las fuerzas para lanzarse a por ello

Y aun así, deseaba que el mundo le escuchara. Por una vez, que no lo ignoraran cuando sabía que tenía la respuesta. Deseaba que su entorno, compañeros, familia y amigos se fijaran en él por una maldita vez. Anhelaba existir.

Manu todavía se siente invisible, a sus cuarenta y nueve años. Nadie en el mundo lo ve como la persona que es, sino como la proyección que tienen de él. No lo toman en serio cuando habla. Ponen en duda sus ideas más que las de cualquiera, porque

están acostumbrados a sus delirios. Está encasillado en un rol que no le corresponde.

Simplemente, no lo entienden. No ven lo que él ve.

Y así, Manu se siente frustrado, ignorado, alienado, inadecuado, inferior, triste, deprimido, inseguro y fracasado. A su alrededor, gente con talento cuestionable y las ideas medio claras tiene éxito y consigue objetivos, mientras que él está viendo la vida pasar desde un rincón.

Impotente. Incapaz de cambiar las cosas. Sin saber cómo hacerse escuchar. Perdiendo la esperanza de que su vida alguna vez vaya a cambiar, tan tarde. A veces piensa en buscar ayuda psicológica, pero a su edad ya qué más da. Siente que su vida ha sido un desperdicio. Una colección de oportunidades perdidas.

Está dispuesto a terminar con todo. Sale al balcón, se acerca a la barandilla, pero enseguida siente escalofríos y vértigo. Como ese cosquilleo en la barriga cuando te asomas a un precipicio y una parte de tu cuerpo quiere saltar, mientras la otra se tensa y aferra al suelo con todas sus fuerzas.

“Si no fuera un cobarde —piensa—, lo habría hecho hace tiempo”.

---

Rafa, Tania, Laura, Ethan y Manu son constructos. Personajes ficticios, basados en historias reales, bien mías o de gente de mi

entorno, bien de testimonios que encontré en libros, blogs y foros especializados en superdotación y altas capacidades.

Aunque son historias ideales, arquetípicas, si eres superdotado y no fuiste detectado a tiempo, es probable que te sientas identificado con algunas. Todas describen las dificultades y sufrimiento que muchos adultos con altas capacidades vivieron mientras crecían, por desconocimiento de sí mismas, por no saber quiénes son, ni por qué son cómo son y cómo encajan en la sociedad. A menudo, también por la incomprensión de su entorno, que los rechaza, encasilla, ridiculiza, humilla o ignora cuando tratan de quitarse la máscara para mostrarse al mundo tal y como son.

Este libro es para ellos. Para todos esos adultos superdotados sin identificar que se pasean por la vida algo perdidos, confusos, alienados, sin terminar de encontrar su lugar. Pero también para los demás, para que el mundo entienda que hay un enorme potencial infrautilizado en estas mentes brillantes y con altas capacidades. Que son personas sensibles, que sufren, perciben, sienten y piensan la realidad de otra manera, más compleja, profunda, intensa y densa que el resto.

Personas con necesidades tan especiales como comunes: amistad, amor, reconocimiento, desarrollo personal y profesional.

Personas como tú y como yo.