

Episodio 29 Episodio 29 La crisis de la adultez | Entrevista

(<https://anchor.fm/andalusianspanishtogo/episodes/E29--La-tesis-de-la-aduldez--Entrevista-e1iu775>)

Hola a todos y a todas. ¿Qué tal? ¿Cómo estáis? Bienvenidos al episodio número 29 del *podcast* Andalusian Spanish to Go, un *podcast* con el que mejorar tu español a través de contenido auténtico e interesante y, además, escuchando uno de los acentos más particulares del español; un acento de Andalucía. En la actualidad, muchos jóvenes de entre 20 y 30 años pasan por una especie de crisis existencial o crisis de la **adultez**¹ por la que **se replantean**² muchas de las prioridades de su vida. En el episodio de hoy, mi amiga María y yo vamos a estar hablando sobre este tema, sobre la llamada crisis de la adultez.

Pero, antes de empezar, quiero contarte una novedad que me hace muy feliz. El jueves pasado, día 19 de mayo, **lancé**³ un nuevo programa con el que ayudarte a progresar *con* tu español de una forma divertida y muy **novedosa**⁴. Un programa en el que, mediante contenido en formato vídeo y *podcast*, podrás conocer más sobre los distintos acentos y dialectos de España y que te aportará una visión nativa de la cultura de este país. Además, podrás practicar tu español todos los días conmigo mediante sesiones individuales de conversación y también a través de un chat privado individual conmigo para que hables español todos los días. Podrás inscribirte a este programa cuando quieras, pero te recuerdo que, si te inscribes antes de mañana, día 24, a las 23:59, es decir, justo antes de que sea día 25, podrás **aprovechar**⁵ el descuento de **lanzamiento**⁶ de 60 €. Así que no te lo pienses. Visita mi página web www.spanishwithantonio.com para mirar toda la información sobre el programa y descubrir que esto es precisamente lo que necesitas.

Y ahora te invito a escuchar esta conversación tan interesante que tuve con mi amiga sobre la crisis de la adultez. Aprende y disfruta mucho.

¹ *Adulthood*

² *To reconsider*

³ *To launch*

⁴ *Original*

⁵ *To use, to make the most of*

⁶ *Launch*

ANTONIO: ¿Recuerdas el momento en el que pensaste por primera vez “ok, ahora soy adulta”?

MARÍA: Pues sí, porque fue cuando justamente volví del ERASMUS. O sea, esa sensación de haber hecho tantas cosas y, ahora, **de repente**⁷, llegar de vuelta a tu ciudad, al sitio donde te vio nacer y, de repente, sentir que estás vacío. Pues esa fue la sensación. Ahí fue cuando me di cuenta realmente de que me hice adulta, porque mi entretenimiento fue buscarme un trabajo y echarme una responsabilidad encima y tener un compromiso con algo **ajeno**⁸ a mí. Entonces, ahí fue cuando me di cuenta de que me hice mayor y todo fue por un **capricho del destino**⁹, de decir “guau, acabo de volver, he hecho muchas cosas, necesito más adrenalina en mi vida”. Y eso. Fue justamente ahí cuando sentí esa sensación de haberme hecho mayor.

ANTONIO: ¿Qué edad tenías cuando pasó eso?

MARÍ: Tenía 23 años cuando empecé a trabajar. Sí, era muy pequeña. Ahora lo pienso y era pequeña.

ANTONIO: Totalmente, **recién salida del cascarón**¹⁰, como quien dice.

MARÍA: Sí. Y además con una sensación de decir... Al principio era como me voy a comer el mundo y ahora es como, no, relájate, ¿no? Acabas de llegar. He estado un año fuera, en un montón de países, gastando un montón de dinero, por así decirlo, y de repente llegas aquí y te sientes como vacío. O sea, yo necesitaba de alguna forma cubrir y llenar esa angustia que tenía dentro. Y fue trabajando. Y ahí fue cuando me di cuenta de lo mayor que me había hecho y de también el **recorrido**¹¹ tan largo que había realizado el año anterior.

ANTONIO: Claro. Yo creo también que, por ejemplo, el ERASMUS es una experiencia en la que **te desinhibes**¹² mucho. Vives muchísimas experiencias, muchísimos de estímulo externos y nuevos, ¿no? Y cuando vuelves a casa, vuelves un poco a la normalidad, a tu

⁷ Suddenly

⁸ External

⁹ Whim of destiny

¹⁰ Recently emancipated

¹¹ Way, trajectory

¹² To be disinhibited

vida más rutinaria, pero esta vez con otra edad, y sientes como que ya debes dar el próximo paso, el paso siguiente, porque ya sientes como que has vivido muchas cosas y dices “bueno, **me toca**¹³ **asentarme**¹⁴ un poquito”.

MARÍA: Claro, justo. Y eso. Esa sensación de haber avanzado y de volver otra vez al mismo sitio y ver que todo sigue igual es como un poco chocante. Porque tú te ves ya con un ritmo de vida tan... Lo tienes muy cogido y tienes una perspectiva de futuro y tal. Y llegas acelerado, tienes muchas ganas de hacer cosas y ves que todo sigue igual y que todo el mundo se mantiene igual. O sea, es como un poco eso también. Es fuerte de decir *buah*, lo que he crecido yo, y cómo veo yo que mi **entorno**¹⁵ sigue, pues, igual que hace un año. Esa sensación también es súper diferente. Te sientes muy diferente.

ANTONIO: Sí. Y sientes esa presión, ¿no? de la adultez. Bueno. Y ¿esa vida que te esperaba después del ERASMUS, esa adultez se correspondía con lo que tú pensabas que era ser adulta cuando eras pequeña? Porque ¿qué imaginabas que era ser adulta cuando eras pequeña?

MARÍA: Bueno, yo me imaginaba que iba a tener una casa, un perro, mi pareja, ¿no? iba a tener una vida **resuelta**¹⁶, que iba a tener un trabajo, el trabajo de mi vida. Y lo único que tengo a día de hoy es el trabajo.

ANTONIO: Bueno, con 26 años ¿no? También hay que **matizarlo**¹⁷.

MARÍA: Claro, pero yo como me veo, me veo mayor, pero luego me comparo y digo que soy una **enana**¹⁸, así es que todavía me queda mucho camino por hacer. Pero sí, yo ya me imaginaba conectada con una visión como muy de mi padre, ¿no? como la que vivieron ellos. Entonces, pues, yo me comparo con ellos y digo “mira, es que ellos con mi edad ya tenían a mi hermana” y bueno, es que eso también es súper frustrante a veces. Decir “es que la gente con mi edad ya tenía muchísimas más cosas hechas de las que tengo yo”. Pero bueno, **al fin y al cabo**¹⁹, no hay que dar importancia y sentirse que

¹³ *It's my turn to...*

¹⁴ *To settle down*

¹⁵ *Environment*

¹⁶ *Solved*

¹⁷ *To mention*

¹⁸ *Shaver*

¹⁹ *After all*

tú estás **creciendo**²⁰ al ritmo que tú quieres crecer y que no hay que compararse con nadie ni con nada. Que, si yo solamente tengo un trabajo y un coche, ya me vendrá todo lo demás. O sea, mis **pensamientos**²¹ quizá no deberían, **por así decirlo**²², como entrar dentro de una edad, sino que los debería extender un poco en el tiempo. Ya lo conseguiré todo y ya tendré todo eso que yo pensaba que iba a tener hace mucho tiempo.

ANTONIO: Con 26 años... Es verdad que cuando uno es pequeño, adolescente o incluso antes, los 26 años los ve como, bueno, como si fueras viejo. Veáis a una persona de 26 años y dices “bueno, es viejísimo”, pero cuando llegan (que llegan muy rápido), realmente te sientes tan joven o más joven de lo que habrías podido imaginar.

MARÍA: Sí, sí, sí. Y, además, es justamente lo que tú has dicho, que tú te sientes joven porque todavía sigues siendo joven. ¿Quién es nadie para **catalogarte**²³ a ti de viejo? ¿Sabes? Tu “yo” de hace 20 años que sí pensaba que una persona con **veintipico**²⁴ años ya... no sé, ya debería tener algo... Pero qué va. Menos mal que vamos creciendo y los pensamientos también van creciendo también con nosotros y se van adaptando un poco. Y piensas que con 26 años debes tener la vida resuelta. Es bastante **precipitado**²⁵, incluso te puede **agobiar**²⁶ un poco.

ANTONIO: Sobre todo con el tren de vida que llevamos ahora. Es muy diferente. Aun así, tú consideras que tienes ya una vida adulta, ¿verdad?

MARÍA: Bueno, a ver sí, sí, si tú, por ejemplo, me estás diciendo que ser adulto es hacerte de comer o limpiar, bueno, al fin y al cabo, esas cosas incluso muchas veces no siendo adulto las hacemos también siendo niños. Pero yo creo que lo que nos caracteriza a nosotros como adultos es el hecho de la independencia, y eso sí que creo que ya la tengo un poco más asentada y la llevo bastante bien. Ese mundo adulto en el que tú eres independiente y autónomo. Yo qué sé, por ejemplo, **afrentar**²⁷ ciertas situaciones o

²⁰ *To grow*

²¹ *Thoughts*

²² *To put it this way*

²³ *To label*

²⁴ *Twenty something*

²⁵ *Hasty*

²⁶ *To overwhelm*

²⁷ *To face*

ciertos problemas de una forma autónoma. Eso yo creo que caracteriza mucho a una persona en su etapa de crecimiento. Entonces, pues sí, sí que lo considero a día de hoy, sí. Si nos centramos en ese hecho de ser autónomo y de no sé, de resolverte los problemas que te vayan surgiendo sin tener que pedir ayuda (que eso no significa que no la debamos pedir a veces). O sea, sí, a veces no podemos. Son otros temas que no **nos conciernen**²⁸ o no entendemos claramente. Yo siempre me auto **animó**²⁹ a decir “yo no puedo sola, voy a intentar que alguien me **guíe**³⁰ o que alguien me explique, o que alguien me sepa ayudar con este tema”. Pero en la mayoría de los casos... No sé. Ese hecho de coger y llamar al teléfono y llamar al **seguro del coche**³¹. **Mismamente**³² hace poco me pasó un tema y tuve que llamar y me tuve que **desenvolver**³³. Yo ya no tenía a mi padre para hacer las cosas. Desde joven, que ya tengo 26 años, que también tengo que aprender a dar la cara por mí misma, no tengo que **respaldarme**³⁴ en nadie más mayor. Yo ya soy lo suficientemente madura para afrontar este tema y hacerlo sola. Y, bueno, ¿y si **nos equivocamos**³⁵? O lo mismo, o lo que he dicho antes y hay que pedir ayuda, pues se hace **y listo**³⁶. No hay tampoco que **invalidarnos**³⁷ por no saber afrontar una situación. Quizá por eso da un poco de miedo el enfrentarse a esta etapa. Porque realmente sientes que tú ya tienes la edad para hacer las cosas por ti mismo y son cosas que nunca has hecho. Como lo de llamar al seguro del coche. Puede ser una estupidez, pero es verdad que cuando tú estás todavía en el **nido familiar**³⁸, digamos, pues el primer pensamiento que se te viene es “yo voy a llamar a mis padres y que mi padre me diga qué tengo que hacer”. Y como eso todo, ¿no? Claro, y pensar “que ellos **me resuelvan la papeleta**³⁹”, ¿no? Es como un poco **delegar**⁴⁰. Y bueno, yo entiendo que nuestros padres también pasaron por ese proceso de hacerse mayores y de tener que descolgar el teléfono y llamar al seguro. O yo que sé, son mil millones de casos. Pero sí

²⁸ *To concern*

²⁹ *To encourage*

³⁰ *To lead*

³¹ *Car insurance*

³² *Precisely*

³³ *Get through it*

³⁴ *To have someone support you*

³⁵ *To make a mistake*

³⁶ *And that's it!*

³⁷ *To annul*

³⁸ *Nest*

³⁹ *Someone solves your problems*

⁴⁰ *To delegate*

es ese miedo de decir “bueno, es que tengo que ser lo suficientemente capaz de afrontar esta situación”. Y al principio te ponen nerviosa. Yo me acuerdo que me hacía **guiones**⁴¹, Antonio, para decir “vale, tengo que decir esto y esto no se me puede olvidar”. Era como... Pero, a ver, María, si tienes la idea en la cabeza, ¿por qué dudas de que seas capaz tú sola de hacerlo? Y ese sentimiento de miedo, de duda es cuando tú empiezas a asumir que te estás haciendo mayor y te pasan esas cosas. Dices “**jo**”⁴², no me debería pasar”. Bueno, pero luego las haces y te sientes capaz, ¿no? Que es lo bonito y lo **reconfortante**⁴³; que al final ves que puedes. **Eso mola**⁴⁴ mucho.

ANTONIO: Pero es cierto. Volviendo a lo que decías un poco antes de la visión de la adultez que tienen nuestros padres frente a la que tenemos nosotros. Y realmente es que, en esta generación, ha cambiado muchísimo, ¿no? La vida que llevaban nuestros padres con nuestra edad, como tú dices. Mi madre, mis padres, también estaban casados con nuestra edad y, sin embargo, ahora nosotros digamos que no. Entonces, ¿por qué crees que ha cambiado tanto?

MARÍA: Pues cambia porque, como tú bien dices, los tiempos cambian y las circunstancias, las situaciones cambian. Incluso las inquietudes de las personas también cambian. Pero, bueno, a mí, por lo que me cuentan, ¿no?, hace 40 años lo que tú tenías que tener a esta edad era eso, tener una pareja, estar casado, tener una casa... Y yo creo también que nuestro objetivo en la vida, **a medida que**⁴⁵ va pasando el tiempo, van cambiando. Mis padres, por ejemplo, pues su objetivo era tener una familia feliz y, por ejemplo, mi objetivo en la vida no es eso ahora. Te estoy diciendo ahora. Sí que me encantaría tener una familia dentro de X años, pero ahora mismo me estoy centrando tanto en mí misma y en mi prosperidad y en terminar mi carrera, seguir **ascendiendo**⁴⁶ en el trabajo... O sea, yo creo que básicamente nuestras prioridades cambian y las inquietudes que tiene el ser humano también. Entonces, por eso, somos tan diferentes entre generaciones y a veces te puedes sentir hasta alejado (y bueno en pensamiento ni te cuento). Pero como “es que no me entienden”. Y no es que no te entiendan, es que

⁴¹ *Script*

⁴² *Man!*

⁴³ *Comforting*

⁴⁴ *That's really cool*

⁴⁵ *As...*

⁴⁶ *To be promoted*

ellos no han vivido lo que tú has vivido o no han tenido también las oportunidades que tú has tenido para poder abrir tanto tu mente y decir “no, quiero centrarme en hacer estas cosas, quiero hacer otras varias”. Entonces, no sé, he tenido la suerte también de recibir ese apoyo por parte de mis padres, de mi familia, y siempre me han aconsejado qué era lo mejor que a mí me venía en cierta forma, en cierto momento. O sea, si tú lo que quieres son estas cosas, quieres vivir sola, quieres hacer algo, porque claro... Es que luego, no puedes compararte tú tampoco con una persona de hace 40 años.

ANTONIO: Claro, es que es eso, principalmente las oportunidades y el número de estímulos al que nosotros estamos expuestos y al que ellos no, porque bueno, mismamente coger un vuelo e irse un fin de semana a Bruselas para nosotros es una realidad muy **factible**⁴⁷ y, sin embargo, para ellos es que no se contemplaba. Y esto es un ejemplo, pero **se extrapola**⁴⁸ a todo en la vida. Es decir, nosotros siempre tenemos el “por qué no voy a poder hacer esto”, ¿no? Porque quizá ellos tenían otro tipo de madurez con nuestra edad, pero nosotros tenemos una **resolución**⁴⁹, una apertura de mente, el saber que **tenemos tantos frentes abiertos**⁵⁰ nos hace que evidentemente nuestras prioridades cambien, ¿no? Y a mí me hace mucha gracia cuando nos llaman, bueno, “Peter Panes” ¿no? Nos dicen que tenemos el síndrome de Peter Pan, de que no queremos crecer, que sí toda la vida estudiando. Pero es que claro, es que cómo no vas a querer seguir estudiando o viajando cuando **te lo dejan todo con la miel en los labios**⁵¹, ¿no?

MARÍA: Sí, y además es como un poco como... Te dicen “es que a ver si creces ya, porque tú ya tienes un trabajo, no sé qué...” Pero es que no hay que medir la adultez, el ser mayor con los **hitos**⁵² conseguidos en la vida (el matrimonio, una casa...). No. Es simplemente tener tu objetivo en la vida y decir “soy feliz con lo que tengo”. O sea, es como “tengo que crecer más”, porque buscamos un poco ese desarrollo personal que

⁴⁷ Feasible

⁴⁸ To be extrapolated

⁴⁹ Determination

⁵⁰ To have many options ahead of you

⁵¹ To leave someone wanting more

⁵² Milestone

nos haga felices. Y no, no la aceptación de lo que hay que hacer o de lo que no hay que hacer.

ANTONIO En eso, sin embargo, creo que sí que ganamos un poco por goleada a nuestros padres. Porque se habla más del tema del desarrollo personal, del crecimiento.

MARÍA: Y porque nos hemos focalizado mucho en el yo y eso es muy importante. Antes, por ejemplo, se hacía todo por la familia, ¿no? Es que mi familia **tal o cual**⁵³ o ayudabas en el negocio familiar y yo creo que era eso también, esa prioridad en la vida ha cambiado un poco. Ahora es como “vamos a hacer lo que a nosotros nos venga bien y nos haga felices” y no tanto dependiendo de... Obviamente sin **dejar atrás**⁵⁴ o **dejar de lado**⁵⁵ a nuestros **seres queridos**⁵⁶. Pero. Pero nos hemos focalizado tanto en el “yo” (por lo menos yo, en mi auto felicidad), que no...

ANTONIO: Es ser un poco más individual, más individualista.

MARÍA: Claro, sí, sí. Y no depender tanto de lo que ellos me puedan decir, sino... no sé, es como ser tú, no ser una copia de.

ANTONIO: Y María, tú, además, como mujer joven, independiente, que vive sola, sin una pareja, ¿sientes presión social en algún aspecto de tu vida también como mujer, ¿no? Más que nada.

MARÍA: Sí, sobre todo cuando hay comparativas. Por ejemplo, a mi amiga la veo con su pareja o la veo en otro cierto tipo de cosas. Es como esa presión social, pero no es una presión social que la gente te imponga; te la pones tú. O por lo menos me pasa a mí, eh. Yo me la autoimpongo porque veo a los demás y digo “bueno, es que claro, mi amiga X se ha comprado una casa o mi amiga Y se va a casar en dos años”. Y claro, y tú piensa “vamos a ver, María, **párate un poco**⁵⁷, porque tú tienes una mochila de responsabilidades también y no puedes estar todo el rato con tu responsabilidad y encima comparándote y pensando que lo estás haciendo mal o que lo estás haciendo regular”. Es el hecho de no sentir prosperidad al ver que los demás consiguen cosas que

⁵³ *This or that*

⁵⁴ *To leave behind*

⁵⁵ *To set aside*

⁵⁶ *Loved ones*

⁵⁷ *Hold on a second*

tú no tienes. Eso, para mí, es una de las cosas que peor puedo **llevar**⁵⁸. Pero, bueno, al fin y al cabo, cada uno tiene su tiempo en la vida y sus ganas de hacer una cosa o de hacer otra. Si ellos se están comprando una casa es porque han podido. Ya podré yo en otro momento, ¿no? Entonces poco a poco me voy deconstruyendo esa idea, esa presión de decir “es que esta persona tiene una cosa y yo no la tengo”. Y decir “bueno, no abuses también de ti”, ¿sabes? Ser un poco...

ANTONIO: Empática contigo misma.

MARÍA: Claro, y eso es justo, también empática, porque no significa que tú no llegues a tener esto nunca. Pero sí, más que una presión social, es una presión a mí misma, que eso es lo que puede parecer raro.

ANTONIO: Claro. Tú ves lo que la sociedad ve realmente.

MARÍA: Exactamente. Y cuando no cuando **hacemos ese clic**⁵⁹ de decir “lo que la sociedad piense debe darte igual”. Debes pensar por ti mismo. Y qué es lo que quieres tú en ese momento. Cuando dices “entonces a lo mejor es que mi prioridad no es comprarme una casa o mi prioridad es casarme”. Quizás mi prioridad es irme de viaje, ahorrar el suficiente dinero para irme de viaje a Perú, ¿sabes? Depende mucho de lo que tú quieras en la vida. Y si tú vas midiendo lo que quieres en la vida con lo que te van diciendo los demás... Uf, pues ahí que hay que **pegarle una vueltecilla**⁶⁰.

ANTONIO: Creo que, además, **has dado con la clave**⁶¹ para para acabar con una conclusión. Precisamente ser adulto es conocer tus prioridades y ser suficientemente autónomo como para satisfacerlas. Muchísimas gracias, María, por participar en el *podcast* y por **atreverte a**⁶² venir.

MARÍA: A ti por invitarme y por tomar esta iniciativa tan chula. Espero que **dé sus frutos**⁶³ y darte la enhorabuena también a ti por haberme invitado a compartir un poco la experiencia y por estas cosas tan magníficas que haces.

⁵⁸ *To bear*

⁵⁹ *To have an epiphany*

⁶⁰ *To think about something twice*

⁶¹ *To nail it*

⁶² *To dare*

⁶³ *To be fruitful*

ANTONIO: Muchas gracias.

MARÍA: Espero que hayas disfrutado y aprendido muchísimo con esta entrevista. Recuerda que puedes hacer uso de la transcripción de este episodio y de todos los episodios del *podcast* haciéndote miembro del CLUB PRIVADO de Spanish with Antonio en Patreon. Y también, si quieres acceder a más recursos y materiales de forma completamente gratuita, te invito a suscribirte a mi *newsletter* para no perderte ninguna novedad de Spanish with Antonio. Muchas gracias por estar ahí una semana más y recuerda que, si quieres apoyar este *podcast*, puedes darle cinco estrellitas en Spotify o en la plataforma de *podcast* que estés utilizando o también dejar una pequeña valoración en Apple *Podcast*. Te deseo una muy buena semana. Chao.