

A: Pues un poco del poder de la imaginación, de ese límite impreciso entre la realidad, la ficción y cómo con la creación, la creatividad, la imaginación, la ficción, podemos parapetarnos un poco de las distintas pestes que nos rodean en nuestra vida diaria.

C: Los personajes de la obra inventan historias para protegerse del exterior, lo cual es muy humano. ¿Tú crees que las historias nos protegen de lo que nos asusta y de lo que nos hace sufrir?

A: Bueno, yo creo que hay una capacidad innata del ser humano de fugarse a través de la imaginación. Están las fugas que en un momento dado no está mal fugarse, ¿no? de vez en cuando, pero no creo que eso sea la solución definitiva, y más que nada, yo creo que es un espacio de libertad, ¿no? Porque nos pueden secuestrar la vida, nos pueden meter el miedo en el cuerpo, nos pueden manipular, pero hay un espacio absolutamente intocable que es el más profundo, el más íntimo de cada uno y que conecta absolutamente con la libertad de tu mente, y de tu capacidad para viajar a donde quieras y ahí nadie puede meterse, ¿no?

C: Quizá por eso el teatro vive ahora mismo ese momento tan maravilloso, ¿no?, en una etapa tan de confusión y de manipulación, en general, el contacto, ¿no?, entre el espectador y el actor entre la verdad del texto y lo que tú recibes sin intermediarios está siendo...

A: Exacto.

[...]

C: Dice Daniel Andújar que vivimos aplastados bajo la sobreestimulación continua, ¿te identificas? ¿Crees que estamos conectados por encima de nuestras posibilidades?

A: Totalmente, y además creo que es una época de mucha confusión para los padres recientes, ¿no?, los que tenemos hijos... bueno, que empiezan a utilizar toda la cuestión digital y están enganchados a las pantallas. Yo estoy muy desconcertado y no sé muy bien cómo manejar todo esto porque siento que hay un bombardeo, una sobreestimulación de imágenes constante que crea además una adicción clarísima y que eso va en detrimento de muchas otras cosas. En primer lugar, la comunicación tú a tú y también una pérdida de interés en la lectura, una falta de... una

capacidad de concentración muy limitada porque, claro, son imágenes... es un bombardeo... como que duran segundos y están acostumbrados a estímulos muy fuertes. Entonces, de repente, el concentrarse en la palabra o en la lectura es algo que, eh... como si fuera ya algo de otra era y a mí eso me inquieta pero terriblemente. Luego, me ha llamado mucho la atención, que yo no había reflexionado sobre eso, ya el nivel de manipulación de las imágenes que incluso estamos dando por ciertas cosas que pueden estar perfectamente manipuladas... que el mundo de lo virtual ya no sabemos hasta qué punto refleja la realidad, ¿no?

C: Es incontrolable y muy subjetivo.

A: Totalmente.

Extraído del programa *Atención Obras* de RTVE.

UNIDAD 3

Pista 8

Si le preocupa el futuro de España y la comunidad internacional, si desea servir a su país, está de suerte, el CNI es la institución capaz de canalizar sus aspiraciones y ofrecerle un futuro laboral. Y es que cualquier español, mayor de edad, con la titulación adecuada, sin enfermedades incapacitantes y con el informe de seguridad inmaculado podría acabar perteneciendo al CNI. Eso sí, olvídense del esmoquin, los Martinis agitados y de decir su apellido antes que su nombre. "Bond, James Bond". Para estar en la primera línea de la seguridad nacional hay que ser discreto, leal y subordinarse al equipo. Pero ¿cómo se recluta a los espías españoles? El primer paso no parece complicado, basta entrar en la página web y rellenar este formulario. El candidato puede optar a diferentes puestos: agente de inteligencia, operativo, de seguridad, técnico de información u otros trabajos como traductor o médico. La primera cita será una prueba masiva, posiblemente en la sala de conferencias del CNI, ahí le examinarán de cultura general, actualidad o materias específicas vinculadas al puesto al que opta. Si usted pasa ese primer corte, recibirá la llamada de un reclutador citándole para la segunda. Quizá sea en un centro de enseñanza no muy diferente a este, donde le someterán a un exigente test psicotécni-

co, también le pedirán sus informes: vida laboral, declaración de hacienda, contratos y propiedades a su nombre, balance y movimientos bancarios de los últimos seis meses. Superada la tercera prueba la cosa se complica. Tendrá que firmar un documento que le exige no revelar nada a nadie sobre estas pruebas regidas por la ley de secretos oficiales. "La casa" como se llama coloquialmente al CNI exige que el candidato desnude al completo su intimidad. Durante horas le interrogarán sobre los detalles más escabrosos de su vida: aspectos sexuales, consumo de alcohol o drogas. En ese momento se dará cuenta (de) que ellos también le han investigado y que saben más de usted de lo que imagina. Le apretarán hasta estar seguros de que en su vida no hay puntos débiles o vulnerables.

Extraído del programa *Espejo público* de Antena 3 Televisión.

Pista 9

Esto es ¿Sabes qué...? En solo dos minutos te voy a explicar qué es un *happysifter*.

¿Sabes qué? Los *happysifters* son personas que consideran al trabajo como un complemento para alcanzar la felicidad, por lo tanto, buscan realizar tareas que les den una sensación de bienestar en un ámbito favorable. El objetivo es sentirse plenos. El término fue acuñado por dos españoles para definir a aquellas personas que se niegan a pasar ocho horas al día en una oficina realizando una tarea que no los motiva y a la que no le encuentran ningún sentido.

¿Sabes qué? Hay ciertas características que definen a un *happysifter*: son optimistas, proactivos y la mayoría pertenece a la *generación Y*. Además buscan encontrar un equilibrio entre su vida emocional, física y espiritual, y consideran que la autorrealización no tiene que ver con la estabilidad económica.

Los *happysifters* son variados, pueden tener su trabajo independiente, su propio emprendimiento o trabajar en una compañía.

¿Sabes qué? Hay muchas empresas que se han sumado a esta tendencia, quieren que sus empleados se sientan útiles, felices, solidarios y, por sobre todas las cosas, que sean parte de un proyecto. Para esto, las oficinas han cambiado, se han modificado

los diseños en función al trabajo y también se flexibilizan los horarios laborales.

Cuando un *happyshifter* empieza a dudar de su contexto, enfrenta la situación y modifica aquello que le produce insatisfacción. Puede cambiar de trabajo, crear su emprendimiento o independizarse.

¿Sabes qué? Ser un *happyshifter* es posible. Se puede empezar por hacer lo que a uno le gusta, asumir responsabilidades, ser positivo, hacer amigos y elegir ser feliz.

¿Y vos? ¿Te animás a ser un *happyshifter*?

Extraído del videoblog *SabesQ* en YouTube.

UNIDAD 4

Pista 10

Son las doce y tres minutos, hoy en *En su punto*, la cocina de diseño, y para empezar el tema de la cocina de diseño me gustaría comentar que la cocina tradicional y la cocina de diseño, ambas, comparten un mismo objetivo que es que la persona que la consume pues disfrute de ella. Sin embargo, la cocina moderna tiene siempre presente el factor sorpresa, pretende que los consumidores experimenten un descubrimiento de sabores y texturas, busca lo novedoso, con el fin de que su público, además de comer, deguste.

Por su parte, la cocina tradicional presenta sabores y texturas ya conocidas, no busca la sorpresa, sino que centra todos sus esfuerzos en el disfrute de los platos. Cuando vamos a un restaurante de este tipo, ya sabemos qué platos de entre la carta podemos elegir, acudimos a ellos para encontrarnos con los de toda la vida, y no caigan en el vanidoso error de que la comida vanguardista no es aquella que te deja con hambre, sino aquella que opta por saciarte mediante una sucesión de más de diez platos que por supuesto son de pequeño tamaño. ¿Qué prefieres?

Seguramente la respuesta no sea una u otra, sino ambas. Lo que te hace elegir entre una comida tradicional o una de diseño depende más bien de los gustos de uno mismo, de la ocasión, de la compañía y, sobre todo, las ganas que uno tenga de explorar y de dejarse sorprender, pero una cosa es cierta, si quieres saber más sobre el tema de hoy, quédate con nosotros.

Extraído del podcast *En su punto 019 -Cocina tradicional vs cocina de diseño* de www.ivoox.com

Pista 11

–Bueno Jordi, ¿cómo estás?, porque debéis estar pletóricos, imagino que esto ha ido subiendo como la espuma, ¿no? Hablando un poquito de gastronomía.

–Contentos y tristes porque el martes, pues, hacemos la final y, bueno, nos hemos cogido cariño, le hemos cogido mucho rollo a *MasterChef* y esperemos pues que no se quede aquí.

–¿Cómo que no se quede aquí? Me parece a mí que aquí no se va a quedar, habrá una segunda edición e incluso tengo entendido, no sé si tú me lo puedes adelantar, que a lo mejor hay un *MasterChef* de niños.

–Unos mini chefs, veremos lo que hacen.

–¿Sí? Pero tú en ese no vas a estar, ¿o sí? o ¿te apetece estar con los niños?

–Pues si nos quieren para estar con los niños, estaremos. Estamos a la disposición entera de *MasterChef* porque nos encanta y porque lo queremos mucho.

[...]

–Oye, ¿qué significa tener una estrella Michelin? Tú ya llevas tres pero la primera ¿qué significa?

–La primera es el top, es lo que no te esperas, yo nunca esperé tener una estrella Michelin, solo esperé pues poder hacer mi oficio, poder cocinar y hacerlo con los productos que me gustan, con el equipo que me gusta. Y la primera es el despegar, despegar y poner los pies en el suelo rápido porque tampoco es mucho, lo que te dicen es que lo estás haciendo bien y que tienes, que no tienes que volverte loco, tienes que seguir haciendo lo mismo con cordura, con serenidad y es lo que me..., con lo que me he quedado.

–Bueno, te has quedado con eso y con muchos premios a lo largo de tu carrera aunque tú eres muy joven, pero es que claro, empezaste muy tempranito, ¿no? Empezaste muy joven.

–Como profesional a los catorce años.

–¿A los catorce años como profesional? ¿Y qué hacías en la cocina con catorce años? Porque me imagino que estarías aprendiendo de los grandes que para ti en ese momento serían pues los que te estaban

mostrando las cosas de las que tú tendrías que aprender y tener muchísimo cuidado.

–Claro, yo lo que tengo ahora de sereno lo tenía antes de morro y de meterle ganas, o sea yo le dije al propietario del restaurante donde estaba, buscaba un cocinero, y me dijo: “Busco un cocinero”. Dije: pues yo soy cocinero, y fantástico, y era mentira pero tenía las ganas y tenía la motivación. Y con esa actitud se llega donde quieras. Y a esa edad pues no tienes miedo escénico, que a los veintipocos ya te entra un poquito de miedo escénico. A esa edad pues pruebas, interpretas, copias y no hay problema, es lógico, es lo que se tiene que hacer.

[...]

–Pero Jordi, ¿cuál es la lógica de la cocina?

–Pues mira, yo tengo un libro de cocina que se llama *Cocina con lógica*.

–Ya lo sé.

–Precisamente, y es por eso, porque es que ahí sí que hay parte de intuición pero también hay mucha parte de reflexión, de conocer y de saber el porqué un ingrediente casa con otro y muy a menudo la lógica es lo que prima. Cuando cocinas algo pues lo que está sucediendo durante esa cocción siempre tiene lógica.

–¿Y la cocina inquieta? Porque en algunas ocasiones tú haces mención a eso. ¿Qué es una cocina inquieta? Porque claro, sabemos quién es una persona inquieta pero una cocina inquieta...

–Totalmente, una cocina inquieta es una cocina viva, como la carta que yo tengo que siempre está evolucionando. ¿Y por qué evoluciona? Muy fácil, porque aprendes, porque cuando haces un plato yo me canso enseguida de ese plato y tengo que hacer otro y porque la misma estacionalidad, los mismos productos pues te marcan cambiar y te obligan a cambiar, porque guisante hay ahora, colmenillas hay ahora, trufa vendrá, y siempre tienes que estar pensando en ese reinventarte constantemente porque es hacer platos nuevos, el plato que hiciste anterior ya no vale, tiene que ser nuevo.

Extraído de la entrevista de Yolanda Flores a Jordi Cruz en el programa *Nunca es tarde* de los audios de RTVE a la carta.