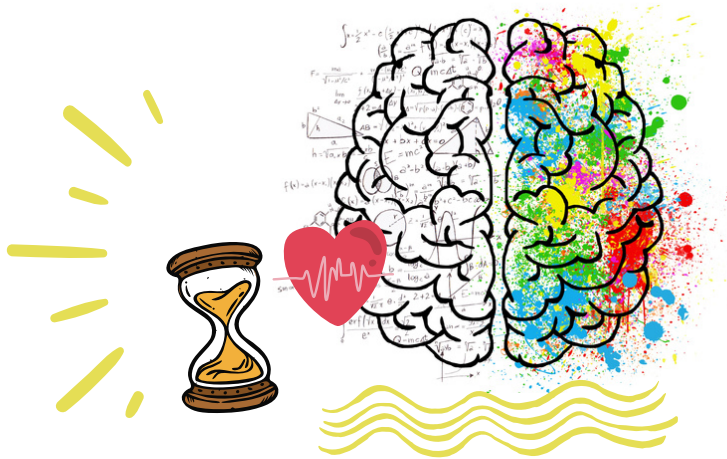


CUENTO
CONSCIENTE

9



LOS MINEROS Y EL TIEMPO



María José Pont

COACHING EMOCIONAL

mariajosepont.org

Los mineros y el tiempo

Cuento consciente

Seis mineros trabajaban en un túnel muy profundo extrayendo minerales desde las entrañas de la tierra.

De repente un derrumbe los dejó aislados del exterior sellando la salida del túnel. En silencio cada uno miró a los demás. De un vistazo calcularon su situación. Con su experiencia, se dieron cuenta rápidamente de que el gran problema sería el oxígeno. Si hacían todo bien, les quedaban unas tres horas de aire, cuando mucho tres horas y media.

Mucha gente de afuera sabría que ellos estaban allí atrapados, pero un derrumbe como éste significaría horadar otra vez la mina para llegar a buscarlos, ¿podrían hacerlo antes de que se terminara el aire?

Los expertos mineros decidieron que debían ahorrar todo el oxígeno que pudieran.

Acordaron hacer el menor desgaste físico posible, apagaron las lámparas que llevaban y se tendieron en silencio en el piso.

Enmudecidos por la situación e inmóviles en la oscuridad era difícil calcular el paso del tiempo. Sólo uno de ellos tenía reloj. Hacia él iban todas las preguntas: ¿Cuánto tiempo pasó? ¿Cuánto falta? ¿Y ahora?

El tiempo se estiraba, cada par de minutos parecía una hora, y la desesperación ante cada respuesta agravaba aun más la tensión. El jefe de los mineros se dio cuenta de que si seguían así la ansiedad los haría respirar más rápidamente y esto los podía matar.

Así que ordenó al que tenía el reloj que solamente él controlara el paso del tiempo. Nadie haría más preguntas, él avisaría a todos cada media hora.



Cumpliendo la orden, el del reloj controlaba su máquina.

Y cuando la primera media hora pasó, él dijo “ha pasado media hora”. Hubo un murmullo entre ellos y una angustia que se sentía en el aire.

El hombre del reloj se dio cuenta de que, a medida que pasaba el tiempo, iba ser cada vez más terrible comunicarles que el minuto final se acercaba. Sin consultar a nadie decidió que ellos no merecían morir sufriendo. Así que la próxima vez que les informó la media hora, habían pasado en realidad 45 minutos.

No habrá manera de notar la diferencia así que nadie siquiera desconfió.

Apoyado en el éxito del engaño la tercera información la dio casi una hora después. Dijo “pasó otra media hora”...Y los cinco creyeron que habían pasado encerrados, en total, una hora y media, y todos pensaron en cuán largo se les hacía el tiempo.

Así siguió el del reloj, a cada hora completa les informaba que había pasado media hora.

La cuadrilla apuraba la tarea de rescate, sabían en qué cámara estaban atrapados, y que sería difícil poder llegar antes de cuatro horas.

Llegaron a las cuatro horas y media. Lo más probable era encontrar a los seis mineros muertos. Encontraron vivos a cinco de ellos.

Solamente uno había muerto de asfixia...el que tenía el reloj.



Invitación a la reflexión

“Hoy eres lo que pensaste ayer” Epicuro

Con esta historia revisamos el poder de nuestros pensamientos y como estos pueden cambiar nuestro destino. Te invito a que reflexiones sobre este tema.

1. ¿Eres consciente del poder de tus pensamientos y cómo se han modelado?
2. ¿Qué reflexión se revela para ti, tras leer el cuento, aplicable a tu forma de abordar las situaciones más delicadas, que se te presentan en tu vida cotidiana?
3. ¿Identificas, en tus pensamientos más habituales, tus creencias limitantes y disfuncionales ?
4. ¿Cómo te sentirías si pudieras encontrar evidencias de que muchas de tus creencias limitantes son infundadas, y pudieras sustituirlas por otras que te hicieran tener otra actitud ante un mismo hecho?

¿Te atreves a practicar esta rutina mental, y entrenarte para cambiar tus sentimientos, y por ende tus comportamientos?



María José Pont

COACHING EMOCIONAL

mariajosepont.org