

CUENTO
CONSCIENTE

14



FELIZMENTE OCUPADA



María José Pont

COACHING EMOCIONAL

mariajosepont.org

Felizmente ocupada

Cuento consciente

Jorge se levantó de la mesa y se asomó a la ventana a respirar. El corazón le latía muy rápido y un sudor frío le empapaba la nuca y las manos. No era la primera vez que sufría una crisis de angustia, pero en esta ocasión le había asaltado mientras estaba solo en su despacho, sin más presión que la bandeja de entrada de su correo electrónico.

Llevaba más de una hora repasando los mensajes importantes que debería haber respondido hacía días. Tras eliminar todos los prescindibles, le quedaban nada menos que 183. Luego había revisado la agenda y había sentido vértigo. Era imposible que lograra hacer todas aquellas llamadas y gestiones en una jornada de trabajo.

En aquel momento se acercó Imanol, un abogado recién licenciado que hacía prácticas en el bufete como pasante. Nadie sabía cuál era la función exacta de aquel chico, pero caía bien a todos. En un ambiente de jóvenes prematuramente envejecidos y mujeres atacadas por el estrés, sus bromas y ocurrencias eran un soplo de aire fresco.

—¿Está bonita la calle? —le preguntó a Jorge.

—Yo diría que está horrible, como siempre. No hay lugar más feo en esta ciudad.

—Es posible —rió Imanol—, pero en el bar de abajo hacen una paella espectacular.

—¿De verdad? Aquí todos dicen que su cocina es una porquería.

—Ya no. Ha venido un cocinero nuevo que se sale. ¡Baja conmigo a comer y te lo demuestro! Además, estás más blanco que la leche.

Jorge aceptó la invitación del pasante, que, con su ligera cháchara, por un momento le había hecho olvidar la ansiedad que le tenía paralizado. Sin embargo, mientras bajaba con él en el ascensor empezó a arrepentirse.

¿Cómo se atrevía a perder el tiempo con un menú de tres platos?

Con el trabajo acumulado que tenía, lo suyo hubiera sido encargarse de una pizza y apagar alguno de los muchos fuegos que tenía encendidos. Además, seguro que la paella le provocaría una digestión lenta y, por la tarde, de nuevo en el despacho, la somnolencia no le dejaría hacer nada. Otra jornada perdida. Con ese ánimo entró en el bar junto a Imanol, que empezó a bromear con la camarera y con dos clientes asiduos que lo saludaron efusivamente.

Los dos abogados se pusieron a comer en medio del bullicio de la cantina, llena hasta los topes. El más joven enseguida captó el tormentoso humor del otro.

—Pero bueno, ¿y a ti qué te ocurre? ¿No está buena la paella?

—Seguro que sí, pero tengo tantos nervios en la barriga que no puedo disfrutarla. Es más, se me ha quitado el hambre —dijo aparcando los cubiertos al lado del plato.

Sin salir de su asombro, Imanol le preguntó qué era lo que lo angustiaba. Jorge le explicó con amargura todas las preocupaciones de trabajo que lo tenían completamente bloqueado. Había tantos frentes por atender que no sabía por dónde empezar. El pasante escuchó con mucha atención su relato. Luego se quedó unos segundos pensativo mientras rebañaba el plato con un trozo de pan. Finalmente dijo:

—Te voy a enseñar el secreto de tío César. Con eso, todo arreglado.

—¿Quién demonios es tío César?

—Un pariente mío que regenta el bar de un camping de la costa.

Jorge no daba crédito a lo que estaba oyendo. No solo perdía el tiempo con el novato de la oficina, sino que además este pretendía solucionar sus problemas con el consejo de un camarero de camping. ¡El colmo! Sin embargo, ya era demasiado tarde. Se encontraba fatal, el día estaba perdido y por cortesía hacia el pasante no le quedaba otro remedio que escucharle.

—Mientras estudiaba Derecho —empezó Imanol—, cada verano ayudaba a tío César detrás de la barra. Es un camping con un ambiente muy familiar; sabías qué quería cada cliente incluso antes de que te lo pidiera. Un trabajo muy relajado, excepto una noche que se repetía cada temporada.

—¿Y qué pasaba esa noche?

—Un holandés que venía cada verano con sus amigos montaba un concierto de rock junto a la piscina. Aquello se llenaba con cientos de clientes, del camping y de fuera. Y seguíamos siendo dos, tío César y yo, para atender a la marabunta que se agolpaba en la barra. La primera vez que me encontré ante todo ese lío casi me da un soponcio. Me quedé tan blanco como tú cuando te he encontrado esta mañana...

—¿Y cuál era el secreto de tu tío para atender a la marea humana? —le cortó Jorge. Imanol sonrió con satisfacción antes de responder:

—Me dijo: “Cuanta más gente haya, más lento tienes que ir”. Primero me quedé a cuadros, pero enseguida entendí a qué se refería. Cuando tienes mucho trabajo, no te puedes permitir equivocarte. Por ejemplo, si un cliente, después de esperar quince minutos, te pide un cubalibre y tú le llevas una cerveza, no vas a poder enmendar el error porque habrá otra gente que te estará atosigando. Y si pierdes los nervios y se te cae una bandeja al suelo, entonces estás perdido. Cuando vas hasta arriba de curro...

—No hay tiempo para enmendar fallos —completó el abogado—, lo entiendo.
—Por eso conviene ir tranquilito pero sin dormirse: primero uno, luego el otro, a continuación el tercero... y así hasta el final. En lugar de preocuparte, te ocupas de las cosas, eso es todo. Así se te pasa el turno volando e incluso llegas a divertirte.

Impresionado por aquella lección tan sencilla y llena de sentido común, esa misma tarde el abogado decidió poner en práctica el secreto de tío César. Después de revisar fugazmente los correos que habían entrado mientras comía con el pasante, decidió cuáles eran los tres más importantes y se aplicó sin demora en contestar el primero. Lo hizo con las palabras justas, para poder abordar acto seguido el segundo. Cuando llegó al tercero, se sintió lleno de energía y, al mismo tiempo, con una desacostumbrada calma. Como el camarero ante el aluvión de clientes, siguió atendiendo uno tras otro sus correos electrónicos antiguos.

A las seis de la tarde, se dio cuenta de que la mitad de los asuntos estaban resueltos. Cansado y feliz, Jorge decidió que era hora de regresar a casa. Mañana será otro día, pensó. Y había aprendido la lección: quien se ocupa de sus cosas no solo mejora su vida, sino que, además, deja de preocuparse.



Felizmente ocupada

Invitación a la reflexión

"El único modo de hacer un gran trabajo es AMAR lo que haces". Steve Jobs

Cuando una persona ama su trabajo, destaca ante las demás, puesto que es capaz de vivir con una pasión y alegría constante.

Te invito a reflexionar sobre este tema pues seguro te ayudará a tener una Vida más plena.

1. ¿Qué satisfacciones experimentas en tu hacer diario?
2. ¿Consideras que despliegas tus capacidades en tu ocupación laboral o profesional?
3. ¿Te apasiona seguir aprendiendo, a medida que vas superando tus propios conocimientos, en la práctica de tu trabajo?
4. ¿De qué manera sientes que lo que haces es parte de ti, y lo ves cómo una oportunidad de generar un valor que pueda contribuir a la felicidad y bienestar de quienes te rodean?