

PARA MUCHOS PROFESIONALES, TRABAJAR SIGNIFICA ESTRÉS Y RUTINA, NO SENTIRSE DUEÑO DE LA PROPIA VIDA. PERO QUIENES BUSCAN Y CONECTAN CON SU VERDADERA VOCACIÓN PUEDEN DESARROLLAR UNA FUNCIÓN ÚTIL Y CREATIVA QUE LES PERMITA DISFRUTAR Y APORTAR RIQUEZA A LA SOCIEDAD. TERCERA Y ÚLTIMA ENTREGA DE LA SERIE SOBRE CRECIMIENTO PERSONAL.

Por **BORJA VILASECA**. Fotografía de **LEILA MÉNDEZ**

¿Qué sentido tiene lo que hago?  
¿Qué es lo que me retiene en mi actual puesto de trabajo?

# ¿QUÉ ME APORTA MI ACTUAL TRABAJO?

¿Qué perdería si lo dejara?  
¿Y qué ganaría si me atreviera a irme?  
¿Qué haría si no tuviera miedo?  
¿Cuál es mi propósito en la vida?  
¿Cómo puedo convertir mi propósito en una profesión?

**Irene Orce** “Creer en mí me ha llevado a hacer lo que amo y amar lo que hago”

25 años. Vive en pareja. Periodista especializada en desarrollo personal y 'coaching'. Dejó un trabajo que no le llenaba en plena crisis económica.

“Comencé a trabajar como periodista durante la carrera y al poco tiempo me vi envuelta en el estrés y la vorágine de la actualidad. Aprendí mucho, pero aquello no me llenaba. Los horarios maratonianos recortaron al mínimo mi vida social, y apenas tenía tiempo para mí. Cada vez sonreía menos. Esta situación me llevó a ahondar en mí misma, formándome con herramientas de autoconocimiento

como el eneagrama, la PNL y el 'coaching'. Poco a poco comencé a aplicar estos conocimientos en mi vida diaria, pero aún me resistía a cambiar mi dimensión profesional. Me aferraba a la seguridad que me ofrecía el tener un trabajo fijo. Lo cierto es que di el salto definitivo debido a una saturación de malestar. Tras una profunda crisis dejé de centrar la atención en aquello que sucedía fuera y comencé a escucharme y a confiar en mí misma. Así fue como conecté con mi verdadera vocación: escribir, y cuestionar el modo que tenemos de ver y de vivir la vida, como seres humanos y como sociedad. Lancé por la ventana el autoengaño y el miedo, dejé mi puesto de trabajo y presenté el proyecto del 'blog' Metamorfosis, que me aporta mi dosis de creatividad con flexibilidad. Y nació en mí una nueva pasión: acompañar a >



# LO EMERGENTE ES LA RESPONSABILIDAD PERSONAL, EL AHORRO CONSCIENTE, EL COMERCIO JUSTO Y CONSUMO ECOLÓGICO

> otras personas que quieran descubrir y aprovechar su potencial para vivir más conscientemente. Creo en el despertar de la consciencia y la asunción de la responsabilidad personal como pilares de la felicidad. Por eso decidí involucrarme en un proyecto pionero e inspirador: el máster en Desarrollo Personal y Liderazgo de la Universidad de Barcelona, que actualmente tengo el privilegio de coordinar. La decisión de cambiar de trabajo no fue fácil, pero por primera vez me siento verdaderamente libre. Hago lo que amo y amo lo que hago”.

El año 2009 pasará a la historia como el año en que Occidente comenzó a darse cuenta de que el capitalismo salvaje es insostenible. E incluso de una verdad todavía más incómoda: que la crisis económica y financiera que padece el sistema es un reflejo de la crisis de valores y de consciencia que vive desde hace tiempo la sociedad. Parece como si hubiéramos perdido el rumbo. Y al no saber hacia dónde vamos, la vida nos está revelando una dirección a seguir por medio de profundas modificaciones estructurales.

Aunque necesarios, los cambios que no elegimos de forma voluntaria y consciente no suelen ser nada fáciles de asumir ni de aprovechar. Por eso, en general, no nos gustan, e incluso los tememos. Pero hay una ley en la naturaleza que dice que nada muere ni se pierde, sino que todo se transforma. Y que para construir lo nuevo, primero debe destruirse lo viejo, lo que sobra, lo que ya no es útil y ha dejado de tener sentido. El resultado... Empresas que quiebran. Oficinas bancarias que cierran. Sectores que desaparecen. Despídos masivos. Y a nivel psicológico, una contagiosa epidemia de incertidumbre, inseguridad y miedo.

Muchos economistas coinciden en que este proceso de regeneración del sistema no ha hecho más que empezar. Y aunque nadie sabe exactamente qué va a pasar, conceptos como *confianza, equilibrio, ética, sostenibilidad, humanismo, felicidad y sentido* son cada vez más pronunciados y demandados por los individuos y las organizaciones como solución real al escenario psicológico y económico actual.

De ahí que, por más que sigan mirando hacia otro lado, a lo largo de la próxima década las empresas van a tener que humanizar su manera de gestionar a los trabajadores, así como minimizar el impacto negativo que tienen sus actividades sobre el medio ambiente. Y por más que nos resistamos, a los ciudadanos de a pie no nos va a quedar más remedio que modificar muchos aspectos de nuestro estilo de vida materialista.

Los sociólogos más visionarios predicen que los cuatro pilares del nuevo paradigma económico emergente van a ser la responsa-

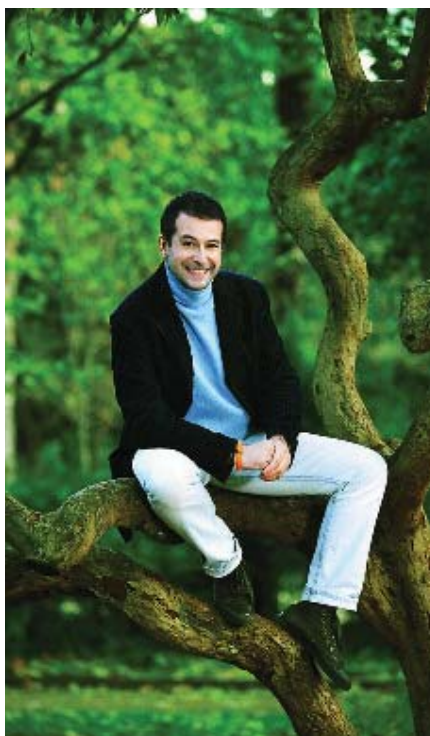
bilidad personal, el ahorro consciente, el comercio justo y el consumo ecológico. Y no sólo eso. Una minoría cada vez más mayoritaria empieza a hacerse escuchar, cuestionando la correlación entre el crecimiento económico que genera el sistema capitalista y el bienestar de la sociedad.

Más allá de caer en el victimismo, o incluso en el fatalismo, la crisis puede convertirse en una oportunidad de cambio, crecimiento y evolución, tanto individual como colectiva. Al igual que hizo Irene Orce, es hora de asumir la responsabilidad de nuestra propia vida, debemos redescubrir quiénes somos verdaderamente y emprender proyectos profesionales útiles, creativos y, sobre todo, con sentido. Por todo ello, 2010 puede ser el primer año de una nueva etapa social y económica, basada no en lo que tenemos, sino en lo que somos.

\* \* \*

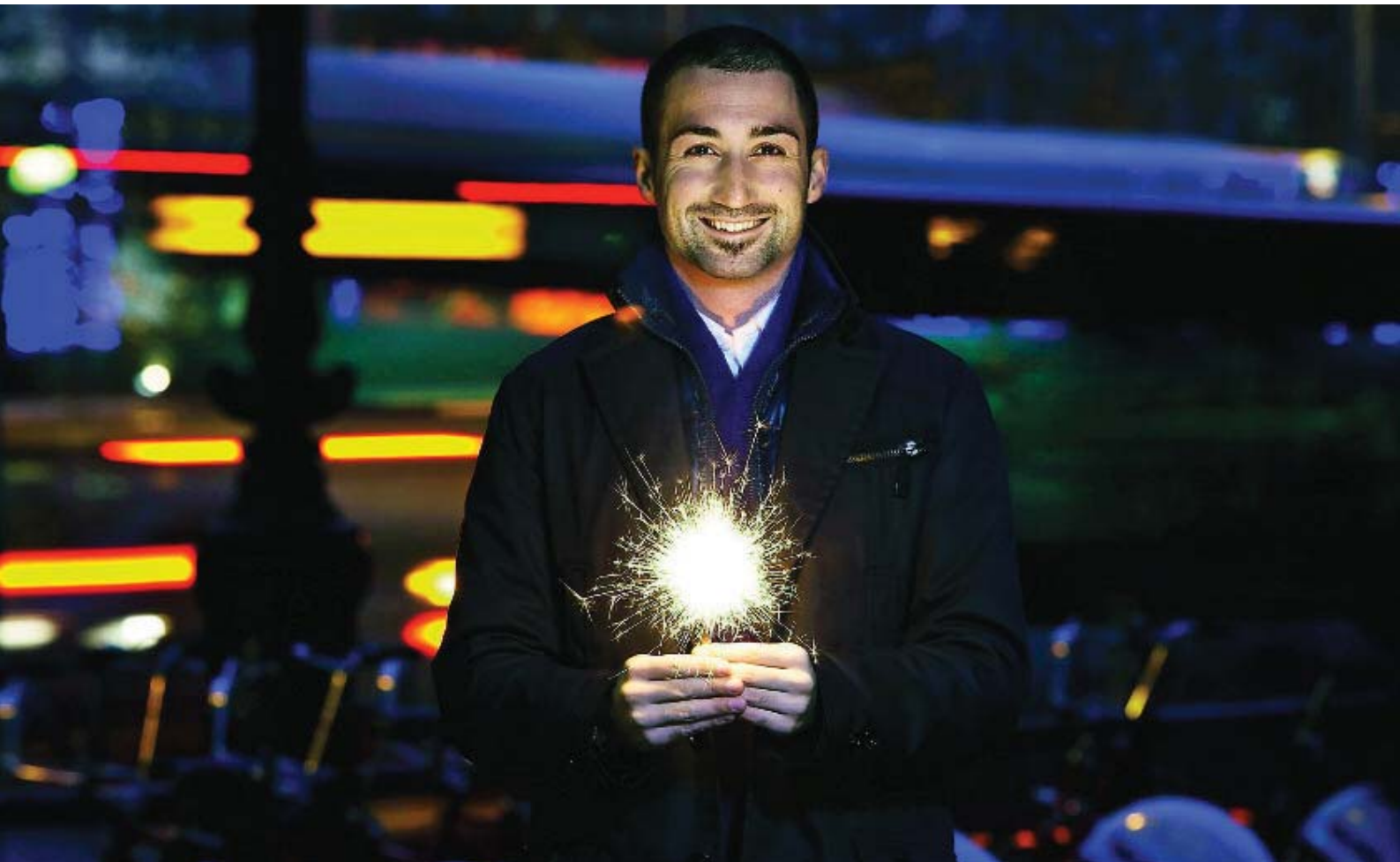
## José Luis Montes “Fracasar también es lograr el éxito social a costa de la felicidad”

44 años. Separado, vive en pareja. Ex directivo de multinacionales, escritor y fundador del movimiento social Wikihappiness. El detonante de su fortalecimiento fue el sentimiento interno de fracaso vital.



“Desde pequeño te llenan la cabeza de mentiras acerca de cómo debes vivir la vida. Te meten miedo diciéndote que has de estudiar ciertas carreras universitarias para no pasar hambre. Te condicionan para triunfar a toda costa, para tener prestigio y respetabilidad, para tener mucho dinero... Parece como si el éxito consistiera en cumplir una serie de estereotipos impuestos por la sociedad. Te venden que cuando hayas subido todos esos escalones entrarás en el ‘templo de la felicidad’. Pero es una gran mentira. Yo he vivido en ese lugar y está vacío. La felicidad no está relacionada con lo que poseemos, sino con lo que somos y con nuestra capacidad para vivir en coheren-

cia con nosotros mismos. He verificado que si tu principal objetivo es conseguir éxito, reconocimiento, estatus, poder y dinero, necesitas poner tus intereses antes que tus principios, lo que termina por destruir la humanidad innata que hay en ti. Te desconecta de ti esencia y al alejarte de ti mismo te olvidas de los valores y de los proyectos que sí valen la pena. Después de 20 años de triunfos externos, terminé por tomar consciencia de mi vacío interno: no estaba siendo feliz. ¿Acaso hay mayor fracaso que desperdiciar tu vida? Doy gracias al hecho de haber fracasado porque me dio la oportunidad de reconstruir las cosas de nuevo: vendí mi compañía y empecé a apostar por mí mismo y por los demás. No hay mayor fracaso que fijar objetivos equivocados y seguirlos. Por eso hay tantas personas de éxito que son infelices: porque



*han hecho lo que el sistema les ha dicho que hagan y no lo que les dicta su corazón. Una cosa sé seguro: si no aprendes a ser feliz por ti mismo, seguro que terminas sintiéndote un fracasado. Estoy tan convencido de ello que he terminado publicando el libro 'El hombre que tuvo la fortuna de fracasar'.*

**D**ado que formamos parte de una sociedad edificada sobre un sistema monetario, cada semana nos vemos forzados a competir entre nosotros para ganar dinero. Eso fue precisamente lo que le pasó a José Luis Montes. Y lo cierto es que muchos historiadores coinciden en que se trata de una nueva forma de esclavitud, mucho más refinada que la de épocas anteriores.

Según el portal de ofertas de empleo Monster, el 15% de la población activa española dedica más de 50 horas semanales a su profesión, sin contar las horas extra, el tiempo destinado a comer o los desplazamientos *in itinere*. La mitad de los asalariados, por otra parte, pasa en su entorno laboral más de 40 horas; el 25%, entre 25 y 40 horas, y el 10% restante, menos de 25 horas.

Y por más que en los últimos años los expertos en *management* hayan introducido en España conceptos como "humanismo empresarial", "responsabilidad social corporativa" o incluso "liderazgo en valores", la precariedad y el malestar siguen siendo la realidad más común para la gran mayoría de trabajadores. Y es que una cosa es la teoría y otra bien distinta la puesta en práctica.

Así, para el 65% de la población activa española, la principal fuente de tensión y preocupación laboral es "el insuficiente salario que se percibe en relación con la función que realiza", según un estudio elaborado por un equipo de psicólogos del trabajo de la Universidad de Alcalá de Henares. Aunque el sistema capitalista genera mucha riqueza económica a través del papel que desempeñan las empresas, ésta no beneficia ni por asomo al colectivo mayo-

ritario de la sociedad: los propios trabajadores. Ahora mismo, casi seis de cada 10 asalariados (unos 11 millones de españoles) cobran alrededor de 1.000 euros cada mes, según los últimos datos de la encuesta de población activa. En cambio, el sueldo medio de un director general en España ronda los 13.227 euros brutos mensuales, según un estudio de la firma Deloitte. Y en esa misma esfera se sitúan el resto de salarios directivos. En el caso de las empresas del Ibex 35, la desproporción se multiplica: los altos ejecutivos cobran de promedio unos 56.250 euros brutos mensuales entre la parte fija y la variable, cuya cuota anual la establece la propia cúpula directiva.

Nadie pone en duda que el exceso de trabajo, la competitividad, la ambición, la codicia o el afán de reconocimiento permiten lograr el éxito profesional y la respetabilidad social. Pero, como bien sabe el ex directivo José Luis Montes, en el camino por alcanzar la cima de la vida material solemos perder algo mucho más importante: nuestra salud y nuestro bienestar emocional. La paradoja es que, cubiertos unos mínimos, la búsqueda obsesiva de dinero y de riqueza material, más allá de incrementar la felicidad, nos la quita.

\* \* \*

**Javier Martínez de Marigorta**  
*"Mi compromiso laboral es crear valor a través de mis valores"*

29 años. Soltero. 'Coach' y profesor especializado en cambio personal y profesional. El detonante de su fortalecimiento fue darse cuenta de la falta de sentido de su trabajo.

*"A los 25 años fui contratado por una gran multinacional, alcanzando así lo que pensé que sería el principio de una carrera imparable hacia el éxito. Tras la euforia inicial, pronto mis eternas jornadas >*

## “AL SER TRATADOS COMO MÁQUINAS, MUCHOS SUFREN SU JORNADA LABORAL DE CUERPO PRESENTE Y MENTE AUSENTE”

> laborales me empezaron a llenar de estrés y cansancio. Por aquel entonces estaba convencido de que ése era el precio que había que pagar por alcanzar la felicidad. Además, veía que lo que me estaba pasando a mí también le pasaba a todos los demás. A pesar de la resignación generalizada, comencé a abrir los ojos. Y al empezar a ver las cosas desde una nueva perspectiva, observé la diferencia entre los valores que se predicaban en la empresa y los que realmente se practicaban. Esta visión tuvo un efecto inesperado dentro de mí. Ya no creía en mis jefes ni en los proyectos que me encargaban. De hecho, había dejado de creer en lo que hacía, dejando de dar lo mejor de mí mismo. Apareció un gran vacío. No encontraba ni un motivo para seguir yendo a trabajar. Y fue precisamente la falta de sentido en el ámbito laboral, acompañada de momentos de angustia y malestar, la que me dio la oportunidad de hacer conscientes mis valores más profundos. En este camino hacia mi interior, la herramienta del ‘coaching’ me fue de gran utilidad. Finalmente, la revelación que andaba buscando llegó en forma de pregunta: ¿para qué quiero que sirva lo que hago? La respuesta fue clara y rotunda: para servir a los demás, utilizando mi profesión para inspirar a las personas a descubrir su verdadera esencia. A través de mi propia experiencia de cambio, crecimiento y evolución he descubierto los beneficios existenciales y profesionales que empiezan a llegar a tu vida cuando te comprometes con tu autoconocimiento y desarrollo personal”.

Más allá de la desigualdad salarial, los empleados españoles también se quejan del mal ambiente laboral, marcado por jefes tóxicos y horarios rígidos, que les impiden disfrutar de su profesión y conciliar su vida personal, familiar y laboral. Y esta reclamación no tiene nada que ver con el apretón de cinturón provocado por la crisis, sino que viene de lejos.

Según otro estudio de la Universidad de Alcalá de Henares, cerca de ocho millones de españoles sufrían en 2006 algún trastorno psíquico como consecuencia de sus nefastas condiciones laborales. Así, por aquellos años de bonanza económica, “casi el 40% de la población activa padecía estrés, acoso laboral, adicción al trabajo, estaba quemadísimo o directamente iba deprimido a la oficina”.

Sin embargo, estar en el trabajo no es lo mismo que estar trabajando. “Al ser tratados como máquinas sin necesidades ni sentimientos, muchos españoles sufren su jornada laboral de cuerpo presente y mente ausente”, reconoce el psicólogo del trabajo Iñaki

Piñuel, autor de *Mi jefe es un psicópata*. “Y al desconectarse de sí mismos durante tantas horas, tantos días a la semana y tantos meses al año, corren el riesgo de convertirse en autómatas que existen, producen y consumen por pura inercia”.

De hecho, dos de cada 10 empleados consideran que su empleo es “psicológicamente tóxico”, según una encuesta del Instituto IEDDI. A pesar de esta situación, “la mayoría sigue fichando cada lunes, considerándose víctima y esclavo de sus circunstancias”, afirma Piñuel. A su juicio, “estas personas son en realidad víctimas y esclavas de sí mismas, de sus temores e inseguridades, lo que les lleva a apegarse a ciertas excusas para no atreverse a cambiar de trabajo”. Pero, tal como muestra la historia de Javier Martínez de Marigorta, el cambio es posible.

\* \* \*

### *Jordi Roig Juyol* “Me siento libre porque he asumido la responsabilidad de mi vida”

42 años. Soltero. Ex ingeniero, en proceso de reinversión profesional. El detonante de su fortalecimiento fue el dolor provocado por seguir un camino profesional que no era el suyo.

“Mientras desarrollaba mi carrera profesional como ingeniero, completé mi formación haciendo un máster en una prestigiosa escuela de negocios. Me sentía en la cima. Todos estaban orgullosos de mí, pero yo sentía que me faltaba algo. No acababa de sintonizar con aquella vida. Por dentro me sentía insatisfecho. Y guiado por el malestar y la falta de sentido en el trabajo, terminé en el paro. Paradójicamente, fue un golpe durísimo, pues al quitarme el vestido de profesio-

nal, no tuve ni idea de quién era yo. Fue como si me hubieran arrancado la piel. Sentí un profundo sufrimiento, que me condujo hasta el sótano de mi alma. Y en medio de aquella oscuridad, de pronto empecé a ver la luz. Me di cuenta de que había seguido inconscientemente el rumbo que la sociedad esperaba de mí, dedicando toda mi energía al trabajo, alejándome de mis propios sueños. Comprendí que era mucho más que un profesional: un explorador, un aprendiz, un maestro, un amigo, un amante, un peregrino y un niño. Y que las contradicciones que surgían en mí no eran señales de duda, sino de riqueza. Fue como un despertar. Comencé a conectar con la auténtica fuerza impulsora de mi vida, que, más allá de estar fuera, la encontré dentro de mí mismo. Y descubrí que la mejor forma de darle un sentido intenso a mi existencia era vivirla jugando. No me arre-



*piento de nada de lo que he hecho. Ha sido justo lo que he necesitado para llegar a donde estoy ahora. La inconsciencia me llevó hasta el dolor, y gracias a éste me he comprometido con existir conscientemente. Estoy lleno de entusiasmo e ilusión, enfocando toda mi energía a reorientar mi carrera profesional hacia la creatividad, la comunicación y la formación. Estoy aprendiendo a tomar las decisiones con el corazón”.*

**T**ras apostar por sí mismo, Jordi Roig Juyol disfruta mucho más del tiempo libre, de la familia y los amigos. Y no es el único. Existe un movimiento social en auge denominado *downshifting*, que en inglés significa “reducir la marcha de un vehículo”. Metafóricamente representa la opción de reducir el nivel de vida para incrementar su calidad. Su impulsor, el directivo John J. Drake, autor de *Vivir más, trabajar menos*, afirma que “esta simplicidad voluntaria tiene la finalidad de redescubrir lo verdaderamente valioso de la vida para recuperar el contacto con la felicidad”.

Drake propone “trabajar para cubrir las necesidades reales, desenmascarando las que no lo son”, e invita a “cuidar la salud, la alimentación, el descanso físico y mental, así como las relaciones personales”. Y gracias al aumento del tiempo libre, este experto también motiva a “desarrollar actividades creativas, constructivas y beneficiosas tanto para uno mismo como para los demás y el entorno del que se forma parte”.

Llegados a este punto, Drake plantea las siguientes preguntas: “¿De qué te sirve todo lo que tienes si no gozas de tiempo para disfrutarlo? ¿De qué te sirve el éxito y la respetabilidad si te pasas el día estresado y cansado? ¿De qué te sirve ganar mucho dinero si no eres feliz?”. Y por último, y tal vez más importante: “¿Quién o qué te impide cambiar de estilo de vida?”. A juicio de Drake, “no hay nada irreversible” y “nunca es tarde para atreverse a cambiar”. Y concluye: “Nuestro mayor enemigo es el autoengaño, pues para dejar de ser infelices el cambio es sin duda nuestro mejor aliado”.

\* \* \*

### **María José Dunjó** “*El coraje de vivir mi sueño me reveló mi auténtica vocación*”

47 años. Soltera. Socia de la consultora Acambio, especializada en procesos de desarrollo y transición profesional. Una crisis existencial le llevó a un cambio radical de profesión y de vida.

*“Siempre me gustó estudiar, y quizá por eso elegí la carrera de Ingeniería de Telecomunicaciones. Fue un reto y una inversión. Me proporcionó un buen trabajo y cierto éxito, al menos aparentemente. Con el tiempo empecé a viajar dos veces al año. Y un buen día me di cuenta de que aquellos viajes eran mucho más importantes y gratificantes que lo que estaba haciendo con el resto de mi vida. Esta toma de consciencia me hizo cuestionarlo todo. Y descubrí que yo misma me había encerrado en una ‘jaula de oro’: me sentía prisionero ->*





> *nera en un trabajo que reforzaba mi imagen de éxito, pero a costa de mi bienestar. Fue entonces cuando decidí renunciar a mi mundo de privilegios en favor de mí misma, de mi sueño: viajar por el mundo libre de ataduras. Y lo curioso es que la vida enseguida se puso de mi parte. Nada más tomar la decisión dentro de mí, mi empresa me ofreció una salida incentivada. Y no lo dudé. Me fui un año de viaje por Latinoamérica, una experiencia que se ha convertido en la clave de todo lo que soy y de lo que he hecho desde entonces con mi vida profesional. Si bien estuve a punto de tirar la toalla muchas veces y de volver a lo que hacía antes, por el camino se reveló mi auténtica vocación. Me di cuenta de lo útil que hubiera sido encontrar a algún profesional que me orientara en este proceso de transición. Y en eso me he convertido. Junto con mi equipo de Acambio nos dedicamos a identificar el proyecto profesional de futuro de las personas para ayudarles a gestionar su transición. He descubierto que no hay nada más poderoso e inspirador que sentir pasión por lo que haces”.*

**A**l igual que María José Dunjó, “muchos han descubierto que no hay nada más gratificante que poder servir de una u otra forma para mejorar la vida de los demás”, sostiene el *coach* personal y ejecutivo Raimon Samsó, autor de *El código del dinero. Conquista tu libertad financiera*. Y para lograrlo “es necesario ejercer profesiones con sentido, es decir, que verdaderamente mejoren la calidad de vida del entorno del que formamos parte”.

Así, “ganar dinero no puede ser el objetivo principal de nuestra actividad laboral. Lo que hemos de descubrir es cuál es nuestra misión, nuestro propósito, aquello que queremos hacer con nuestra existencia”, afirma Samsó. Y añade: “Una vez lo sepamos, el dinero será un indicador de que nuestra función realmente contribuye a mejorar la sociedad”.

Eso sí, por el camino es necesario cambiar de mentalidad. “Muchos profesionales suelen realizar una búsqueda laboral reactiva, considerándose a sí mismos como la demanda, quedando a merced de las ofertas que el sistema les ofrece”. Sin embargo, “la conquista de la responsabilidad personal permite a las personas promover una creación proactiva de su profesión, viéndose a sí mismas como lo que en realidad son: la oferta”. Y concluye: “Otra finalidad de este *viaje* hacia dentro es redescubrir qué es para cada uno de nosotros el éxito”.

Según los dos filósofos más destacados del *management* actual, Steven Covey y Fredy Kofman, estamos frente al despertar de la “economía consciente”, en la que el verdadero éxito implicará tres cosas: “Hacer lo que amamos” (estrechamente relacionado con lo que somos en esencia, de ahí que nos apasione y nos haga vibrar), “amar lo que hacemos” (vivir nuestra función con coraje, compromiso y entusiasmo, lo que depende, sobre todo, de nuestra actitud) y concebir dicha profesión con “vocación de servicio”, siendo muy conscientes de que la auténtica felicidad brota de nuestro interior al hacer felices a los demás.

# “¿DE QUÉ TE SIRVEN EL DINERO, EL ÉXITO Y LA RESPETABILIDAD, SI TE PASAS EL DÍA ESTRESADO Y CANSADO, SI NO ERES FELIZ?”

## Judit Peyrón “Estar en el paro me ha dado la oportunidad de reinventarme”

47 años. Soltera. Coordinadora de eventos. El detonante de su fortalecimiento fue la entrada forzada en el desempleo.

“Después de 26 años trabajando en el mundo empresarial, de un día para otro me encontré en el paro. Me quedé atónita. Tras el choque inicial, me obligué a dialogar conmigo misma sobre el rumbo que había tomado mi vida. Hice un intenso análisis de mi andadura laboral y concluí que lo más importante de un trabajo es que me permitiera dos cosas: estar a gusto conmigo misma y aportar mi granito de arena a la felicidad de los demás. De pronto descubrí que mi situación de crisis profesional era en realidad una gran oportunidad para reinventarme y reenfoque mi actividad laboral. Decidí apostar por un proyecto que verdaderamente me entusiasmará. ¿Quién me iba a decir a mí que el paro iba a convertirse en una bendición? Me sentía libre de cualquier excusa. No tenía nada que perder. Tan sólo quería disfrutar, aprendiendo y creciendo como persona, siendo yo misma en el trabajo. Todo este proceso de cambio me hizo conectar con la necesidad de conocerme mejor. Y este autoconocimiento trajo consigo un gran descubrimiento: ¡saber qué quería ser de mayor! Aunque suene a tópico, nunca es tarde para volver a empezar. Esta actitud positiva me abrió las puertas de un nuevo trabajo como coordinadora de eventos, mucho más coherente con mis valores. Además, acabo de empezar un posgrado de relaciones públicas y comunicación, con el que estoy fortaleciendo mis conocimientos y habilidades. A día de hoy estoy muy ilusionada con esta nueva etapa de mi vida. Ahora sé que nuestra verdadera profesión es encontrar el camino hacia nosotros mismos, descubrir quiénes somos para saber qué podemos aportar a la sociedad”.

Confiar en uno mismo y en la vida no es fácil. Pero, tal como dice Judit Peyrón, merece la pena. Y esto es algo que también afirma el veterano emprendedor Steve Jobs, fundador de Apple Computer y de Pixar Animation Studios, considerado como uno de los visionarios más importantes de nuestro tiempo: es el creador de Macintosh, iPod e iPhone.

El 12 de junio de 2005 dio una conferencia en la Universidad de Stanford en la que confesó haber invertido los ahorros de sus padres en la matrícula de una prestigiosa universidad, para, medio año más tarde, decidir abandonarla por “no encontrarle sentido”.

Meses después, “sin apenas dinero y coqueteando con la indigencia” –dormía en el suelo de las habitaciones de sus amigos y recogía botellas de Coca-Cola por cinco céntimos para pagar la comida–, Jobs se apuntó a unas clases de caligrafía. Una década más tarde, dicho aprendizaje sentaría las bases de los diseños del ordenador Macintosh, copiados después por Windows.

“No se puede comprender el sentido de las cosas mirando hacia delante sólo mirando hacia atrás”, afirmó Jobs. “Tenéis que confiar en algo: en vuestro instinto, en el destino, en el karma o en lo que sea. Porque creer que los puntos se unirán os dará la fuerza

para confiar en vuestro corazón, yendo más allá de cualquier miedo. Esta forma de actuar ha marcado la diferencia en mi vida”. Este visionario también habló sobre la importancia de encontrar la vocación. “El trabajo va a llenar gran parte de vuestra vida. Es necesario que encontréis eso que amáis. Si todavía no lo habéis encontrado, seguid buscando. No os conforméis ni os resignéis. Como todo lo que tiene que ver con el corazón, lo sabréis cuando lo hayáis descubierto”.

Y por último reflexionó sobre la función de la muerte. “Cada mañana me miro en el espejo y me pregunto: ‘Si hoy fuese el último día de mi vida, ¿querría hacer lo que voy a hacer hoy?’. Y si la respuesta es ‘no’ durante demasiados días seguidos, entonces sé que necesito cambiar algo. Así es como he tomado las mejores decisiones de mi vida. Porque prácticamente todo, las expectativas de los demás, el orgullo, el miedo al ridículo o al fracaso, se desvanece frente a la muerte, dejando sólo lo

que es verdaderamente importante”. Y concluyó: “Vuestro tiempo es limitado. Así que no lo desperdiciéis viviendo la vida de otro. No dejéis que el ruido de las opiniones de los demás ahogue vuestra propia voz interior. Y lo más importante, tened el coraje de seguir a vuestro corazón y a vuestra intuición. De algún modo ellos ya saben lo que vosotros realmente queréis ser”.

Estamos condenados a tomar decisiones. Y lo podemos hacer de forma consciente, basándonos en nuestros valores y en nuestro verdadero propósito, o podemos simplemente seguir el camino que nos ha sido impuesto por la sociedad, yendo de un lado a otro como boyas a la deriva.

Lo que está en juego es nuestra libertad para convertirnos en las personas que podemos llegar a ser. Y el primer paso para conseguirlo es hacernos responsables de nuestra propia vida. ●

## IMPRESCINDIBLES

### 1. LIBRO

‘**Sonrisas de Bombay**’, de **Jaume Sanllorente (Plataforma)**. Este libro autobiográfico y filosófico narra su propio viaje de autodescubrimiento, que le llevó a abandonar su confortable existencia en Barcelona para fundar una ONG en Bombay, dedicando su vida al servicio de los más desfavorecidos.

### 2. PELÍCULA

‘**Revolutionary road**’, de **Sam Mendes**. Protagonizada por **Leonardo Di Caprio** y **Kate Winslet**, esta película narra lo que sucede cuando las personas se niegan a seguir su propio camino en la vida, conformándose y resignándose a vivir según las creencias, normas y convenciones impuestas por la sociedad en cada época.