Editorial Círculo Rojo
www.editorialcirculorojo.com

Subir hacia abajo

Viaje por el Himalaya y las profundidades de la mente

Subir hacia abajo

Viaje por el Himalaya y las profundidades de la mente

Daniel Torán

Editorial Círculo Rojo
www.editorialcirculorojo.com

Primera edición: diciembre 2015

© Derechos de edición reservados.
Editorial Círculo Rojo.
www.editorialcirculorojo.com
info@editorialcirculorojo.com
Colección Novela

© Daniel Torán Tejedo

Edición: Editorial Círculo Rojo
Maquetación: Juan Muñoz Céspedes
Rev: Germán Fernández Martín
Diseño de Cubierta e Ilustraciones: © CLAUDIA TORÁN. www.claudiatoran.com

Producido por: Editorial Círculo Rojo.

ISBN: 978-84-9115-961-2

DEPÓSITO LEGAL: AL 1478-2015

Ninguna parte de esta publicación, incluido el diseño de cubierta, puede ser reproducida, almacenada o transmitida en manera alguna y por ningún medio, ya sea electrónico, químico, mecánico, óptico, de grabación, en Internet o de fotocopia, sin permiso previo del editor o del autor. Todos los derechos reservados. Editorial Círculo Rojo no tiene por qué estar de acuerdo con las opiniones del autor o con el texto de la publicación, recordando siempre que la obra que tiene en sus manos puede ser una novela de ficción o un ensayo en el que el autor haga valoraciones personales y subjetivas.

«Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra sólo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra (www.conlicencia.com; 91 702 19 70 / 93 272 04 47)».

IMPRESO EN ESPAÑA – UNIÓN EUROPEA

Y este sueño,
para Claudia y Jorge, mis alegrías,
mis vidas.

Y para Lola,
por compartir la aventura de vivir y convivir.

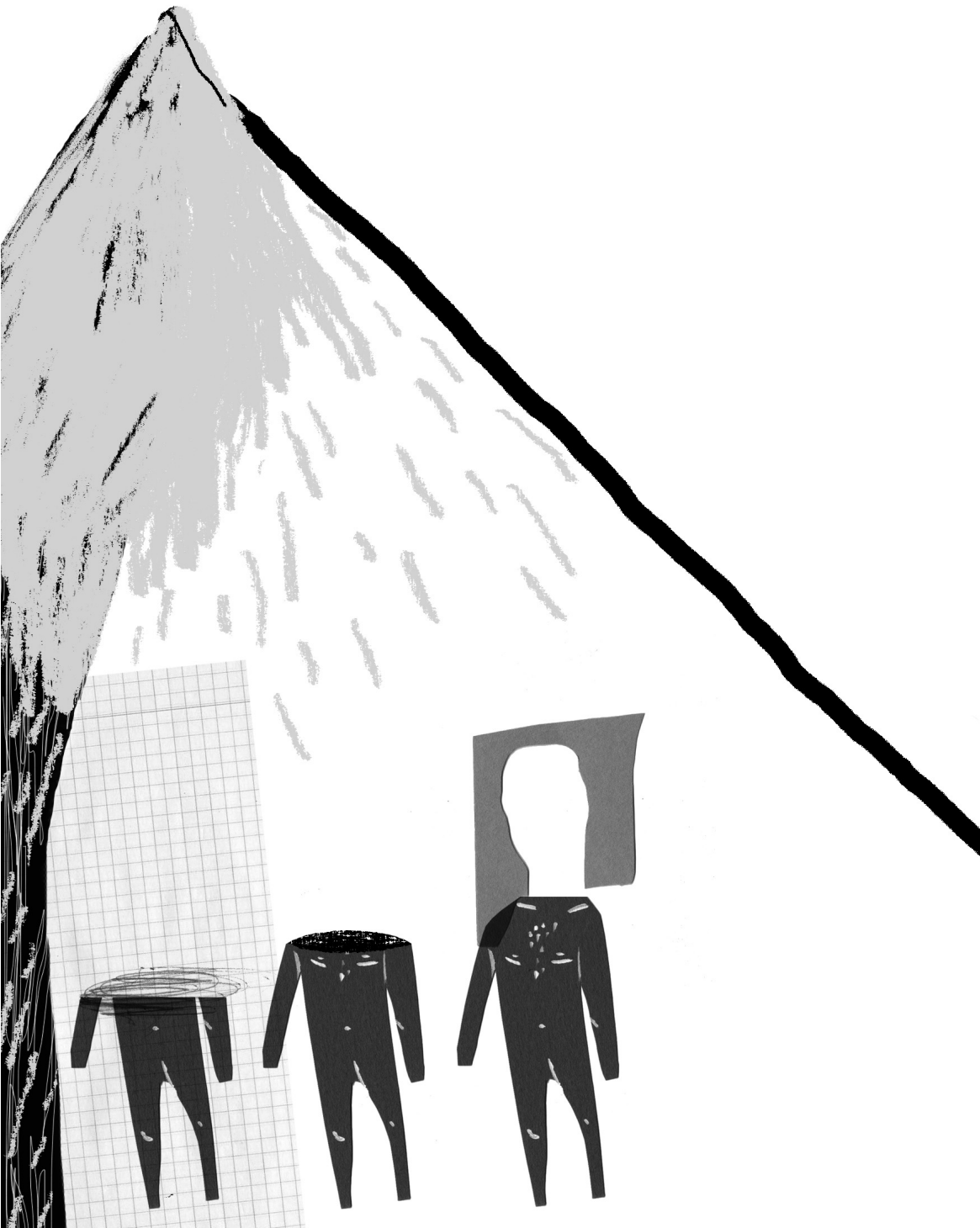
AGRADECIMIENTOS

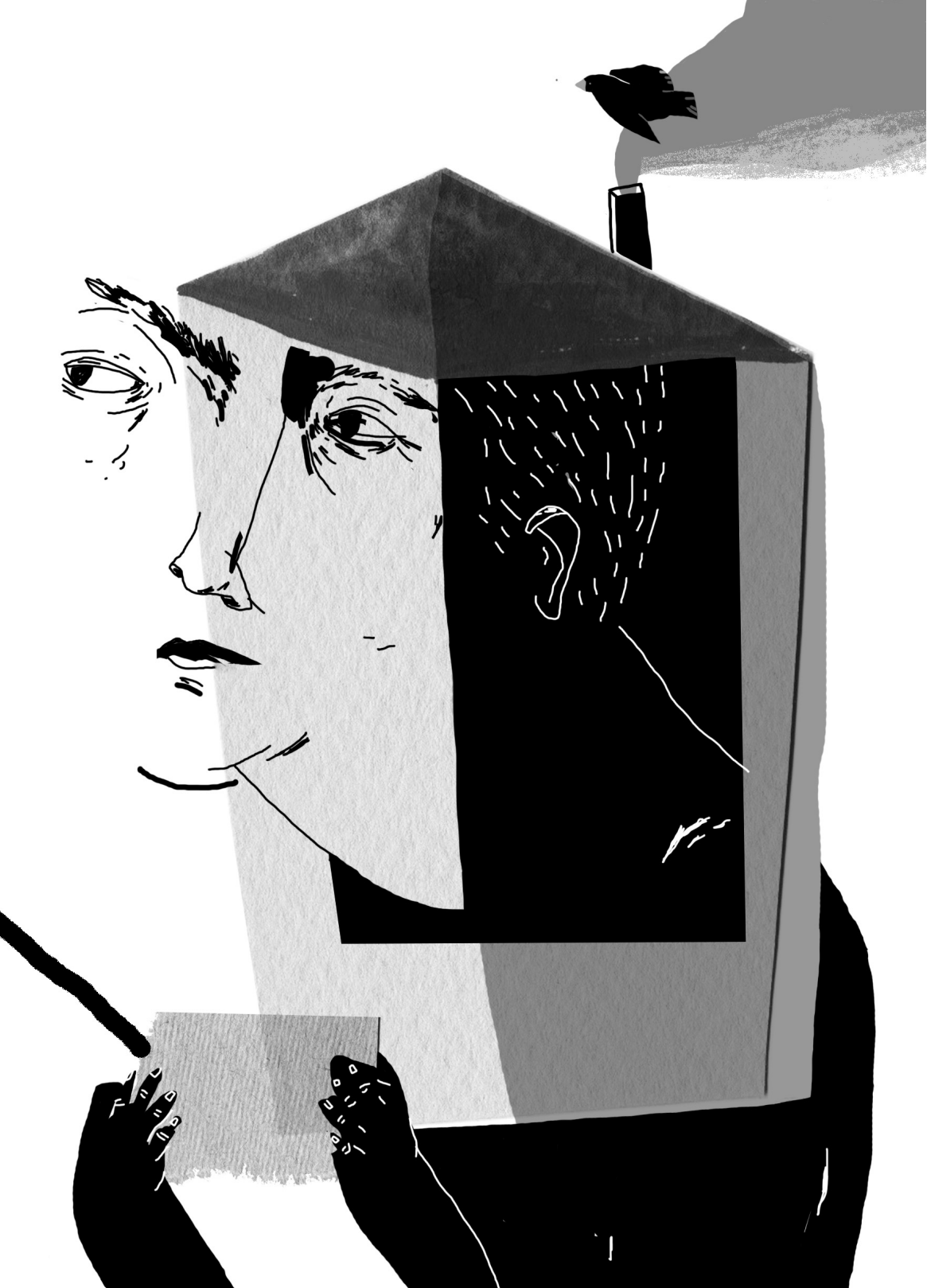
A todos aquellos amigos que me he encontrando aquí y allá, con los que he compartido alegrías y alguna que otra tristeza. Gracias a la Amistad, algo tan necesario en la Vida.

Y gracias, a los que en algún momento se han cruzado en mi camino, porque de todos ellos he aprendido, de gestos, de conversaciones, de abrazos.

PRIMERA PARTE

Casa





1. PRIMEROS TEMBLORES

Me he despertado y no sé dónde me encuentro. Llamo a recepción, me dicen que estoy en Sacramento, California, y reflexiono un momento. No puedo seguir así. Mi trabajo me obliga a viajar de un sitio a otro, a mantener reuniones en diferentes lugares del mundo; del aeropuerto al hotel, del hotel a las oficinas de la multinacional, de las oficinas al hotel y del hotel al aeropuerto. Negociaciones, ajustes de plantilla, responsabilidades, presión, ansiedad, estrés; hay que poner freno a tanto despropósito personal. Iba a estar solo 2 años en la empresa y llevo 25. Se acabó; ya no encajo en este lugar.

Vivo dentro de un trastorno de personalidad continuo. De casa al trabajo, del hogar a la empresa, de la persona al profesional, del padre al director general de una gran empresa. Me siento desintegrado. ¿Quién soy yo realmente?

Tengo la sensación de tener tres biografías, la laboral, la familiar y la de los amigos; diferentes papeles en diferentes ámbitos. En cada una de ellas te muestras de una manera ante los demás, y dentro de esas maneras está la parte observable por los otros y la parte que se oculta, nuestra parte íntima, la de

nuestros secretos, sentimientos, sueños. En ocasiones convertimos parte de nuestra intimidad en observable para los que nos rodean, nos arriesgamos a poner al descubierto nuestros sueños y nos sentimos vulnerables.

Esto es agotador. Quiero tener una sola vida, quiero apostar por mí mismo, por mis sentimientos, mis sueños… Quiero dejar de ser un espectador de mis anhelos. Quiero sumergirme en ellos, hacerlos realidad, sin tener que variar de ámbito a ámbito, sin estar continuamente pendiente de la percepción que los demás tengan de mí. Quiero que todos me vean de la misma forma independientemente del contexto.

La empresa debería apostar por la continuidad casa-empresa, trabajador-persona. Deberíamos ser nosotros mismos en todo momento para aportar verdaderamente lo mejor de cada uno y vivir de forma más íntegra y consciente.

"Fiel a ti mismo", "fiel a ti mismo", "sé fiel a ti mismo", nos repiten una y otra vez desde la publicidad, los medios y la sociedad en general, aunque no nos dejan serlo en ningún momento. Debemos liberarnos del papel asignado, ser independientes del entorno en que nos encontremos en cada momento.

"Tengo que", "tengo que", pero no sé cuál es el camino para ser yo mismo, y tampoco sé cuáles son las creencias correctas, los cambios necesarios. Lo que creemos determina o condiciona nuestra manera de pensar y de actuar. E incluso si fuera fiel a mí mismo, podría serlo hacia creencias desadaptativas, a estrategias ineficientes, a sesgos de percepción. Soy consciente de que ser uno mismo no lo es todo, pero es una parte importante, necesaria aunque no suficiente. Siento que algo no anda bien aquí dentro y tengo que echar el freno y distanciarme.

Tengo que parar y mirar dentro.

Sí, la sociedad nos dice que la empresa debe convertirse en algo continuo con nuestra vida personal, que el trabajo debe formar parte de nuestra vida y no nuestra vida la que forme parte del trabajo. Que los valores personales deben trasladarse a nuestro ámbito "organización-trabajo". Las empresas hablan de lo importante que es el intangible, las personas, personas, personas… Pues dejemos que sigan siendo personas verdaderas cuando atraviesan la puerta de su trabajo; que no actúen, que no se conviertan en personajes. Naturalidad, espontaneidad, transparencia, integridad. La profesión debe ser un "trabajo" más dentro de nuestra historia vital. El trabajo debe ser vida en sí mismo, sin que se convierta en una esclavitud inevitable para nuestra supervivencia. En el trabajo no debería caber la resignación, ni los chantajes ni las coacciones. La política empresarial debería facilitar las relaciones sanas y el bienestar psicológico de sus empleados, promover la participación, la cooperación, la sinergia e integrar tus expectativas personales dentro de tus expectativas profesionales. Si un empleado es feliz aportará parte de esa felicidad a la organización y eso no puede ser malo para ninguna empresa.

Yo soy el director general y se supone que está en mi mano cambiar las cosas. Sin embargo, lo que los trabajadores de abajo no saben es que yo estoy tan enjaulado como ellos, que mi poder de decisión no es tan grande como piensan y que hay un cúmulo de intereses, dependencias y obligaciones que me sobrepasan, pues estoy dentro de un sistema más grande. Soy el eslabón de una cadena que trasciende a esta compañía.

Pero, en cambio, aunque tratemos de justificarnos, la realidad es que somos una sola vida, una sola realidad; el cerebro no está

dividido sino totalmente interconectado, aunque intentemos desdoblarnos artificialmente, creyendo que los diferentes yoes son totalmente autónomos y que no se influyen entre sí.

Analizamos un puesto, lo describimos, queremos estas competencias, estas otras habilidades, esta formación académica, esta experiencia profesional, edad, color de ojos, color de pelo, altura… y luego adecuamos la persona al puesto, borramos a la persona y la convertimos en un "puesto" con muchas prisas. Quiero un puesto y lo quiero ya. Quiero estas aptitudes y este perfil y lo quiero ya. Así se lo decimos al responsable del departamento de recursos humanos.

Todo el mundo en el trabajo me ve como una persona extremadamente seria e incluso autoritaria, cuando en realidad yo no soy así. Con los años me he ido aislando de la gente, de las relaciones personales, como si cada vez estuviese más metido en mi papel de jefe. Cuanto más quiero salir, relacionarme, ser yo, más entro en el papel de jefe, y más me aíslo.

La gente de la empresa se sorprende cuando me ve en otros contextos, pues mi personalidad es bastante amena, divertida y desenfadada. El "jefe" es un rol artificial, es una actuación, y como los demás me han etiquetado como serio y dominante, me cuesta salirme de ese patrón. ¿Me respetarán igualmente si me muestro como soy en realidad? Todo lo que he conseguido en la empresa ha sido gracias a este supuesto don llamado "personalidad fuerte". Me han dicho muchas veces que "tú sirves para mandar", pero esto me ha supuesto una especie de trastorno de personalidad múltiple. Desconozco hasta qué punto esta fragmentación artificial desgasta al individuo y es un peligro para su bienestar, pues llega un momento en que somos como la gente nos ve y no tenemos escapatoria posible.

¿Por qué no podemos levantarnos por la mañana siendo

nosotros y continuar siendo nosotros hasta que nos acostamos por la noche, independientemente de que sea lunes, jueves o domingo? Cambiamos de papel, nos amoldamos, queremos sobrevivir, queremos demostrar, no queremos fallar, queremos gustar y que nos vean tal como "ellos" quieren vernos, queremos dar la imagen que la sociedad y tu lugar de trabajo te pide. Ello nos supone un gran esfuerzo diario. Si esa energía no la malgastáramos así, la utilizaríamos para aportar lo mejor de nosotros. Al final estamos yendo de casa al trabajo y por el camino nos "transformamos" para llegar y atravesar la puerta de nuestra empresa siendo lo que ellos quieren que seamos, y luego desandamos el camino y volvemos a "transformarnos" del trabajo a casa, cruzamos la puerta de nuestro hogar y volvemos a ser nosotros mismos, aunque un poco más gastados, cansados, un poco más viejos.

¿Y el factor humano? ¿Y eso de que "las personas son lo más importante"? La empresa que asuma a las personas tal como son, tal vez consiga que esas "personas tal como son" se impliquen, se motiven y valoren la empresa, su trabajo y a sí mismos. Sólo podremos tener al mejor trabajador posible si tenemos en cuenta su globalidad, si evitamos diseccionar su cerebro en busca de la pieza que nos interesa desatendiendo el resto de mecanismos. Sólo podremos tener el mejor director posible si lo tratamos también en su conjunto. El ser humano no se puede trocear.

¿Por qué no he llevado la teoría a la práctica? ¿Por qué me siento tan disociado?