

TRANSFORMA TU MIRADA

Hace unos meses que duermo mal. Suena el despertador y me arrastro a la ducha sin fuerzas. Desayuno lamentándome por tener que retomar la rutina de cada día. Llego puntual, como siempre. Me siento en mi mesa y, al rato, lo veo aparecer. Llega media hora más tarde que todo el mundo; lo hace para controlarnos, ¡seguro! Nadie lo saluda. Entra en su despacho y... ya me echo a temblar. Me llama. Ya me va a echar otra bronca.



Cada vez que recorro los metros que separan mi mesa de la puerta de su despacho voy poco a poco preparándome para lo peor: mi mirada cada vez más baja, pero las mandíbulas se cierran con fuerza y mi frente se arruga de rabia. ¡Nunca le gusta cómo hago las cosas! ¡Siempre está poniéndole peros a mis informes! ¡No lo aguanto más!

A los pocos días recojo los análisis de sangre y voy a mi médico. El colesterol ha subido. Me toma la tensión y está descompensada. Fue directo. “¿Tienes problemas?”, me dijo. “Pues tienes que hacer algo”, apostilló seguro sin esperar mi respuesta. ¿Tanto se nota que estoy mal?

Luis me ha invitado a una charla sobre asertividad y habilidades sociales. Muchas cosas me llamaron la atención, pero hubo un mensaje que me llegó al alma: “El rencor y la rabia pueden acabar con tu vida; transforma tu mirada, busca en tu corazón un resto de amor y dale una posibilidad al perdón”. Me acordé de mi jefe. ¿Transformar la mirada? ¿Cómo es posible?

Al día siguiente, cuando Fernando me llamó a su despacho, tome conciencia de mi tensión y la solté como pude, levanté la mirada y pude ver el gesto de su rostro; sentí que él también tenía miedo... Esta vez calculé bien mis respuestas; intenté comprender y aceptar. Fui amable en mis reacciones y su cara comenzó a relajarse.

Poco tiempo después me entero que a su mujer le han operado y ahora está huy fastidiada con la quimio. Él se hace cargo, como

puede, de los niños. Aprovecha su entrada más tarde para dejarlos en el colegio. Ahora soy yo quien lo mira a través de los cristales de su despacho. Me doy cuenta de que mira poco, como si sintiera vergüenza. Tengo la fantasía de que se cree que todos lo estamos juzgando desde nuestros sitios. Y siento su soledad. Comprendo que debajo de su prepotencia se esconde el miedo. Descubro que en mi corazón queda algo de amor y siento compasión por él.

Hoy me he levantado distinto. Ya duermo mucho mejor y he recuperado mi placer por el trabajo. Además hoy voy decidido a hacer algo nuevo. Como todas las mañanas, llego puntual a mi hora, pero él también es puntual... a la suya. Como todas las mañanas me llama a su despacho. Pero hoy no noto tensión en mi cuerpo; hoy me he dado cuenta de que no puede hacer las cosas sin mí y que me aprecia, aunque me corrija cosas todos los días. Después de escuchar sus enmiendas, recojo los papeles y le digo:

- ¿Te apetece una copa? ¿Esta noche al salir de trabajar?

- ¡Gracias! Hoy no puedo; tengo a mi mujer y a mis hijos. Pero mañana acepto tu invitación para el almuerzo –me dijo sonriendo.

Cierro la puerta con suavidad; en mi corazón llevo la fe en que otra mirada es posible.



Para profundizar

- ¿Tienes problemas como Ramón?
- ¿Con qué personas? ¿En qué situaciones?
- ¿Qué síntomas se provocan en tu cuerpo?
- Prueba a cambiar la mirada...
- ¿Te atreves a perdonar?