

Introducción

Energía positiva... Es un término del que se está hablando con más frecuencia en las salas de conferencias, en las aulas, en los vestuarios, incluso en las salas de estar. Tal vez sea porque abundan las nuevas investigaciones que demuestran que las personas positivas, la comunicación positiva, las interacciones positivas y la cultura del trabajo y de los equipos positivos producen resultados positivos. Tal vez sea porque, a un nivel más profundo, todos sabemos que cada persona, cada trabajo, cada empresa, cada organización, cada familia y cada equipo tendrá que superar la negatividad, la adversidad y los retos para definirse y crear éxito.

Nadie pasa por la vida sin sufrir pruebas, y la respuesta a estas pruebas es la energía positiva (no me refiero a esa clase de energía positiva llena de vivas y aclamaciones, aunque sin duda hay un momento y un lugar también para ella). Cuando hablo de energía positiva, me refiero al optimismo, la confianza, el entusiasmo, el amor, el propósito definido, la alegría, la pasión y el ánimo para vivir, trabajar y rendir a un nivel más alto; para construir y dirigir equipos de éxito; para vencer la adversidad en la vida y el trabajo; para compartir energía

contagiosa con los empleados, compañeros y clientes; para hacer surgir lo mejor de los demás y de ti mismo, y para vencer a todas las personas negativas (que yo llamo vampiros chupadores de energía) y todas las situaciones negativas que amenazan con sabotear nuestra salud, a nuestra familia, a nuestro equipo y nuestro éxito.

La energía positiva es muy real, y en mi trabajo con miles de líderes, vendedores, equipos, entrenadores, organizaciones, maestros, atletas, madres, padres e incluso niños, he sido testigo del asombroso poder de esta energía positiva. He visto cómo directores de escuela daban un giro de 180 grados y levantaban la moral de sus escuelas. Hay líderes que me han dicho que utilizaron mis estrategias para ayudar a sus empleados y a sus equipos a alcanzar un mayor éxito. Hay supervivientes del cáncer que me han dicho que triunfaron mediante una actitud positiva; atletas que me han confiado cómo vencieron la adversidad para alcanzar sus metas. Empleados esforzados que me han enviado mensajes electrónicos para contarme innumerables historias de ascensos y logros en el trabajo. Una madre me llamó para hablarme de la historia de su hijo Joshua quien, cuando supo que sus padres iban a divorciarse, dijo que se esforzaría por ser fuerte y positivo mientras duraba todo aquello, porque las personas positivas viven más tiempo, son más felices y están más sanas. Resulta que Joshua recordaba lo que yo había dicho un año antes, cuando hablé en su escuela sobre la importancia de la energía positiva. No sólo me conmovió, sino que me animó profundamente.

Son las personas como Joshua las que me estimulan

Introducción

para escribir y compartir la energía positiva, porque en mi interior sé que importa y sé que da resultado. Espero que usaréis este libro para cultivar la energía positiva en vuestra propia vida y trabajo, y luego la compartiréis con vuestros compañeros, clientes, organización, equipo, amigos y familia. Tengo la confianza de que cuando apliquéis los principios de este libro, encontraréis una mayor felicidad, mayor éxito, un rendimiento más alto, un trabajo en equipo lleno de estímulos, y unos resultados significativos.

Aunque esta fábula se desarrolla en un ambiente empresarial, por favor sabed que este libro fue escrito para todos. Todos somos parte de un equipo, y cada miembro de nuestro equipo —tanto si es nuestro equipo de trabajo, de deporte, de la familia, de la iglesia o de la escuela— puede beneficiarse de las diez reglas sencillas pero poderosas que hay en este libro. Después de todo, las personas y los equipos positivos producen resultados positivos, y el ingrediente esencial es la energía positiva.

1

Una rueda pinchada

Era lunes, y los lunes nunca eran días buenos para George. De pie en el camino de entrada, miraba el coche, negando con la cabeza. En realidad, no estaba sorprendido. La mala suerte lo perseguía desde hacía unos cuantos años, como si fuera un negro nubarrón que ensombrecía su vida, y hoy no era diferente. El neumático estaba completamente deshinchado y George estaba a punto de estallar. «¡Hoy no!», gritó mientras abría el maletero y se encontraba con que la rueda de recambio también estaba deshinchada.

En la cabeza resonaron las palabras de su esposa: «Deberías arreglarla, George. Un día tendrás un pinchazo y desearás tener una rueda de recambio».

«¿Por qué siempre tiene que tener razón?», se preguntó. George se acordó de su vecino Dave y corrió calle abajo a ver si aún no se había marchado al trabajo. Dave también trabajaba en el centro y George abrigaba la esperanza de que lo llevara.

Tenía una reunión importante con su equipo, y hoy no se podía permitir llegar tarde. Hoy no. Sobre todo hoy no. George golpeó el aire con el puño cuando vio que el coche de Dave ya no estaba allí. «Ya me lo temía»,

pensó. ¿Por qué tendría que seguir allí? Habría sido demasiado fácil.

Con el sudor goteándole por la frente, volvió corriendo a casa; al llegar al camino de entrada, se quedó allí plantado, mirando el móvil y tratando de pensar en alguien del trabajo a quien pudiera llamar. Piensa, piensa, piensa, piensa, piensa, piensa.

Entonces cayó en la cuenta. No se le ocurría ni una sola persona del trabajo a quien llamar para que viniera a recogerlo. La única opción que le quedaba era su esposa, y era la última persona a la que quería pedirselo.

George entró en casa y oyó el habitual ruido y jaleo que salía de la cocina. Oyó cómo el perro saltaba arriba y abajo y cómo su esposa trataba de conseguir que los niños se quedaran sentados y desayunaran antes de ir a la escuela. Echó una mirada desde la entrada. En cuanto los niños lo vieron, empezaron a dar gritos de alegría. «¡Hola, papá!», exclamaron. Su hija fue hasta él y le rodeó las caderas con los brazos. «Te quiero, papá», dijo, mientras George apenas le hacía caso. Su hijo gritó: «Papá, ¿podemos jugar a baloncesto ahora mismo?» George era como una celebridad, a su pesar, en su propia casa. Querían una parte de él, pero él sólo quería esconderse en el silencio.

—¡No! —respondió gritando a su vez—. No estamos a fin de semana. Tengo que ir a trabajar. A ver, vosotros dos, por favor callaos para que pueda preguntarle una cosa a vuestra madre. ¡Cariño, tengo una rueda pinchada y tengo esta reunión tan importante a la que tengo que ir hoy y necesito tu coche! —dijo desesperado.

—¿Y la de recambio? —preguntó ella.

—Tenías que sacarlo a colación, no faltaría más. No llegué a arreglarla.

—Pues mira, no puedo ayudarte, George. Tengo que llevar a los niños a la escuela, luego tengo hora con el dentista, a continuación tengo que llevar al perro al veterinario, y después tengo una reunión de padres y maestros. ¿Continúo? No eres el único que tiene cosas que hacer. Actúas como si el único que importara en esta familia fueras tú, pero yo llevo la casa y la familia, y si hoy no tengo coche, no puedo hacer *mi* trabajo. —Había llegado a ser muy buena lanzando una buena ofensiva para adelantarse a los ataques de George.

—Sí, pero si llego tarde a esta reunión, quizá me quede sin trabajo —replicó él.

Mientras George y su esposa continuaban lanzándose acusaciones mutuamente, su perrita de cinco meses decidió saludar también a George y le saltó encima, llenándolo de babas, hasta que la cogió por el collar y la metió en la caseta.

—Además, ¿por qué cogimos a ese perro? —preguntó—. ¿De verdad tenemos necesidad de ocuparnos de un perro ahora, con todo lo que está cayendo?

—¡Muy bonito! —exclamó su esposa, mientras su hija rompía a llorar, diciendo:

—Papá no quiere a *Sammy*.

—No puedo ocuparme de esto ahora —dijo George.

—No parece que puedas ocuparte nunca de nada —replicó su esposa.

—¿Puedes dejarme en el trabajo después de dejar a los niños en la escuela? —preguntó—. Es probable que consiga llegar a tiempo para la reunión.

—No tengo tiempo, George. ¿No has oído todo lo

que tengo que hacer hoy? Me encontraré con mucho tráfico de vuelta a casa, y entonces todo mi día se habrá ido a paseo. ¿Por qué no vas y coges el bus? —preguntó—. Sólo hay un kilómetro y medio hasta la parada.

—¿El bus? ¿Estás de broma? ¡El bus! No he subido a un bus desde quién sabe cuándo. ¿Quién va en bus? —preguntó George, muy irritado.

—Pues mira, hoy, tú —respondió su esposa, tajante—. Tú serás el que irá en bus.

—Muy bien —dijo George, cogiendo furioso el maletín, saliendo de casa como un vendaval y empezando su excursión de un kilómetro y medio hasta la parada.

El bus número 11 paró delante de George, que jadeaba, resollaba y maldecía entre dientes. «Toda una sorpresa —pensó—. He llegado a tiempo. Con la suerte que tengo, pensaba que lo perdería.»

Al subir, George hizo contacto visual con la conductora, que tenía los dos ojos más brillantes y la sonrisa más grande que había visto nunca.

—¡Buenos días, cariño! —lo saludó, alegremente.

George se limitó a gruñir y fue a sentarse. «¿Qué tiene de bueno?», pensó.

Pero, mientras iba hasta su asiento, los ojos de la mujer no dejaron de seguirlo ni un instante por el retrovisor.

George notaba su mirada fija en él. «¿Por qué me mira? He pagado el billete», se dijo.

Podía ver su enorme, permanente sonrisa en el retrovisor y se preguntó: «¿Es que esta mujer no deja nunca de sonreír? ¿No sabe que es lunes? ¿Quién sonrío en lunes?»

—¿Adónde vas? —preguntó ella.

Una rueda pinchada

—¿Quién, yo? —dijo George, señalándose.

—Sí, tú, cariño. No te he visto antes en mi bus y conozco a todo el mundo en esta ruta.

—A trabajar, en la NRG Company —respondió.

—¿Ese edificio del centro con una enorme bombilla? —preguntó entusiasmada.

—Sí, hacemos bombillas —contestó George, que deseaba haber tenido tiempo de comprar un periódico para ocultarse detrás.

—¿Y a qué debemos el placer de tenerte en mi bus hoy? —inquirió ella.

—A una rueda pinchada. Odio coger el bus, pero tengo que llegar a una reunión con mi equipo y no he tenido más remedio.

—Bueno, pues, ponte cómodo, relájate y no te preocupes de nada. Puede que no te guste coger el bus, pero tengo que decirte que este no es un autobús corriente. Es *mi* bus y vas a disfrutar del viaje. Me llamo Joy. ¿Y tú?

George masculló su nombre esperando que lo dejara en paz. Sus palabras eran breves y su mecha corta. Aun en sus mejores días, George no era hombre dado a andar de palique y, además, no tenía ningunas ganas de hablar con una conductora de bus que parecía haber tomado demasiadas tazas de café y que tenía por nombre nada menos que Joy, *Alegría*. «Encaja», pensó. *Alegría* era algo que, ciertamente, faltaba en su vida. No recordaba la última vez que había sido feliz. «Apuesto a que no tiene preocupaciones —pensó—. Lo único que tiene que hacer es conducir el bus cada día, sonreír y ser amable con los desconocidos. Así ya puede estar alegre y sonreírme, pero no sabe nada de mí. No sabe el estrés que sufro cada día. No sabe las responsabilidades a las

que me enfrento en el trabajo y en casa. Esposa, jefe, hijos, empleados, plazos de entrega, hipoteca, plazos del coche y una madre enferma de cáncer. No sabe lo agotado que me siento.»

Pero ella *sí que lo sabía*. Cada día subían y bajaban de su bus, y podía detectarlos de inmediato. Los había de todas las formas, colores y tamaños: hombres, mujeres, blancos, negros, chinos, empleados de oficina, obreros de fábrica. Sin embargo, a todos los rodeaba una energía parecida. La veía y la sentía al instante. Sin vida. Sin fuerza en el caminar. Como si hubieran apagado una luz en su interior. Podía diferenciar a los que brillaban con fuerza de los que tenían un brillo tenue. Los llamaba los «apagados». Caminaban como zombis, tratando sólo de llegar al final del día. Sin un propósito definido, sin ánimo. Sin energía. Como si la pesadez y la rutina diarias se la hubieran succionado. Podía distinguir a los hombres que habían abandonado sus sueños. Conocía a las mujeres que trabajaban de día y cuidaban de su familia por la noche. Constantemente oía las quejas. Eran demasiados los que estaban demasiado estresados, demasiado cansados y trabajaban demasiado. Por eso se asignó la misión de ser una Embajadora de la Energía y tratar de vigorizar a todos los que subían a su bus. Por eso decía que el suyo era el Bus de la Energía. Y si alguien necesitaba un chute de energía, ese era George.

—¿Sabes que has subido a mi bus por alguna razón, George? —dijo con firmeza—. Así les pasa a todos.

George le espetó:

—No, he subido a tu bus porque tenía la rueda pinchada.

—Puedes verlo de ese modo, George, o ver el cuadro completo. Todo pasa por alguna razón. No lo olvides. Todas las personas a las que conocemos. Todo lo que sucede en nuestra vida. Todas las ruedas pinchadas suceden por alguna razón. Puedes decidir ignorarlo, o puedes preguntarte cuál es esa razón y tratar de aprender de ella. Cada problema viene con un regalo en las manos para ti, como dice mi hombre Richard Bach. Puedes decidir ver la maldición o el regalo. Y tu decisión determinará si tu vida es una historia de éxito o un culebrón de televisión. Y aunque me encantan los culebrones, George, no me gusta ver cómo los viven personas de la vida real, como tú. Y, George, tengo que decirte que, por la pinta que tienes, no estás tomando la decisión acertada. Así que elige sabiamente, George, *elige sabiamente*.

En ese momento, el bus paró y George se bajó tan rápido como pudo; se sentía más como si lo hubiera atropellado un bus que como si hubiera viajado en uno. «Elige sabiamente. Culebrón», esas palabras se le habían pegado a la cabeza. «¡Y qué más!», se dijo y se encogió de hombros. Su equipo lo esperaba y odiaba llegar tarde.

A Joy no siempre le gustaba darles con la verdad, directo entre los ojos, a sus pasajeros, pero con los tipos tercos como George, sabía que no había otra manera. Eran los tercos los que, con frecuencia, encerraban el máximo potencial. Lo sabía porque, muchos años atrás, ella era igual que él. Deprimida, aislada, cansada y negativa. Le habían ofrecido ayuda, pero nunca la aceptaba. Estaba furiosa contra el mundo y no pensaba que se merecía lo que le pasaba. Era irónico que quienes más necesitaban ayuda solían ser los más cerrados a

recibirla. Ella también había llevado una cota de mallas igual que George ahora, así que, a veces, la verdad sin ambages era el único medio de atravesarla. Joy se figuraba que nunca volvería a ver a George, pero esperaba que, por lo menos, sus punzantes palabras le sentaran bien.