

## Volver a dar sentido a las cosas que hacemos

Esta crisis arrolladora nos ha enfrentado a situaciones impensables. Antes de este tiempo, podíamos ignorar la idea de que todos estamos conectados y somos uno con la naturaleza. Ahora nos sabemos interdependientes: el trabajo, la salud, las vacaciones, la educación...; todo depende de que otras personas se comporten de forma responsable.

Han florecido recursos latentes. Hoy sabemos que nuestra creatividad es innata y que hemos de ser creativos. Nos hemos reinventado hasta el infinito... ¡y aún nos queda! Ha aumentado también nuestro nivel de consciencia. Reconocemos que no podemos predecir o controlar lo que sucederá en el futuro y que la única consciencia posible es la de saber lo que nos pasa aquí y ahora. Sabemos que es-

tamos experimentando diferentes emociones, aun sin conocerlas y sin ponerles nombre.

En este tiempo hemos estado embargados por la tristeza y el miedo. La tristeza nos habla de lo que teníamos y ya no existe, pone luz en lo que hemos perdido y nos permite recuperar los valores que pusimos en eso que perdimos. Cuando podemos tomar ese valor y hacerlo propio, podemos arraigarlo en un nuevo sitio. La tristeza logra que demos un nuevo sentido a las cosas. Por eso nos hace preguntarnos por lo importante o por nuevas relaciones que podamos generar.

El miedo, presente en casi todas las conversaciones, nos habla de una preocupación por el futuro, hace un escáner de nuestros recursos y nos mueve a buscar lo

que nos falta. Por ejemplo, en esta crisis hemos podido dar un salto cuántico en la digitalización y el teletrabajo o en la manera en que ofrecemos nuestros servicios.

Finalmente, hemos escuchado que hemos de ser flexibles y adaptarnos al cambio. Pocos hablan del proceso. En este tiempo de cambio nos hemos quedado sin reglas: muchas ya no sirven y no tenemos aún las nuevas. Para encontrarlas, tendremos que pasar por la experiencia y reflexionar sobre ella. Las nuevas reglas para la nueva convivencia se escribirán *a posteriori* y tardarán, todavía, un tiempo.

---

**Silvia Guarnieri**

Socia fundadora de Escuela Europea de Coaching

