

Antes de la historia

Una tarde lluviosa en Nueva York, Michael Brown corría a encontrarse con alguien que un amigo le había dicho que podría ayudarle a hacer frente a un momento difícil que atravesaba. Era imposible que al entrar en la pequeña cafetería supiera lo valiosas que serían las próximas horas.

Cuando vio a Ann Carr se sorprendió. Tenía entendido que ella misma había pasado por algunos momentos difíciles y esperaba que se reflejaran en su aspecto. Pero parecía contenta y llena de energía.

Después de un poco de conversación preliminar, Michael dijo:

—Tienes aspecto de que las cosas te van bien a pesar de los malos momentos por los que tengo entendido que has pasado.

Ella repuso:

—Sí las cosas me van bien, tanto en mi trabajo como en mi vida. Pero no es *a pesar* de los malos momentos, sino *debido* a ellos y a cómo aprendí a sacarles provecho.

Michael estaba perplejo.

—¿Cómo puede ser? —le preguntó.

—Bueno, por ejemplo, en el trabajo yo pensaba que a nuestro departamento le iba de maravilla, pero en realidad no era así. Habíamos triunfado, pero nos habíamos dormido en los laureles. Cuando nos dimos cuenta, a otras empresas les iba mucho mejor que a nosotros. Mi jefe no estaba nada contento conmigo.

»Fue entonces cuando empecé a sentirme deprimida, y comenzó la presión para mejorar las cosas deprisa. Cada día era más estresante.

CIMAS Y VALLES

Michael preguntó:

—¿Y qué pasó?

Ann contestó:

—El año pasado me enteré de una historia sobre alguien del trabajo a quien yo admiraba. Esa historia cambió mi forma de ver los buenos y malos momentos, y ahora mi modo de actuar es muy diferente. Me ayudó a tener más tranquilidad y éxito, independientemente de que las cosas vayan bien o mal, incluso en mi vida privada. ¡Nunca la olvidaré!

—¿De qué iba la historia? —inquirió Michael.

Ann permaneció callada unos instantes y luego dijo:

—¿Te importa que te pregunte por qué te gustaría conocerla?

Michael reconoció a regañadientes que no se sentía muy seguro en su empleo, y que las cosas tampoco le iban muy bien en casa.

No necesitó decir nada más; Ann notó su incomodidad, y dijo:

—Me da la impresión de que necesitas oír la historia tanto como yo lo necesité en su momento.

Añadió que le contaría la historia, a condición de que, si la encontraba provechosa, la compartiera con los demás. Michael accedió, y Ann lo preparó para lo que estaba a punto de oír.

Le dijo:

—Descubrí que, si uno quiere usar la historia para hacer frente a los altibajos que surgen, es útil escuchar con el corazón y la cabeza, y completar la historia con la experiencia propia para ver lo que es verdad para *uno*.

»Las revelaciones de la historia se repiten con frecuencia, aunque de maneras ligeramente diferentes.

Michael preguntó:

—¿Por qué se repiten?

Ann respondió:

Antes de la historia

—Bueno, a mí me facilitó el recordarlas. Y cuando recordaba las revelaciones, las usaba más.

Y luego confesó:

—Soy reacia al cambio. Así que necesito oír algo nuevo lo bastante a menudo para que, en un momento dado, rompa las barreras de mi mente crítica y desconfiada, me resulte más familiar y me llegue al corazón. Entonces se vuelve parte de mí.

»Eso es lo que pasó después de reflexionar mucho sobre la historia. Pero, si quieres, tú puedes descubrir eso por ti mismo.

—¿De verdad crees que una historia puede tener una influencia tan grande? —preguntó Michael—. Ahora mismo estoy en un momento bastante difícil.

Ann respondió:

—En ese caso, ¿qué puedes perder? Lo único que puedo decirte es que aplicar lo que extraje de la historia tuvo un gran impacto en mi vida.

»Algunas personas —advirtió— sacan poco provecho de la historia, ¡mientras que otras le sacan mucho!

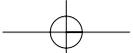
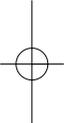
»No es la historia, sino lo que extraes de ella, lo que es tan poderoso. Y eso, naturalmente, depende de ti.

Michael asintió.

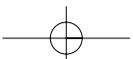
—Vale. Creo que me gustaría oírla, de veras.

De modo que Ann empezó a explicar el relato durante la cena, y luego continuó durante el postre y el café.

Empezó así:



La historia de las Cimas y los Valles



1

Sentirse deprimido en un valle

Érase una vez un joven brillante que vivía infeliz en un valle hasta que se fue a ver a un anciano que vivía en una cima.

De pequeño, el joven había sido feliz en su valle; jugando en sus prados y nadando en su río.

El valle era lo único que había conocido, y creía que pasaría allí toda su vida.

En su valle algunos días eran nubosos y otros soleados, pero en su rutina diaria había una monotonía que encontraba reconfortante.

Sin embargo, a medida que fue creciendo empezó a fijarse más en lo que estaba mal que en lo que estaba bien. Se preguntaba por qué no había reparado antes en la cantidad de cosas que estaban mal en el valle.

Con el paso del tiempo el joven fue cada vez más infeliz, aunque no sabía con seguridad por qué.

Intentó trabajar en diferentes empleos en el valle, pero ninguno resultó ser lo que él había esperado.

Parece ser que, en un empleo, su jefe siempre lo criticaba por lo que hacía mal, pero jamás se fijaba en todas las cosas que hacía bien.

En otro, el joven era un empleado entre otros muchos y a nadie parecía importarle si trabajaba duro o si apenas trabajaba. Su contribución parecía invisible, incluso para sí mismo.

En cierta ocasión, creyó haber encontrado finalmente lo que quería: se sentía valorado y motivado, trabajaba con compañeros competentes y estaba orgulloso del producto de

CIMAS Y VALLES

la compañía. Poco a poco, ascendió y llegó a ser director de un pequeño departamento.

Por desgracia, tenía la sensación de que su trabajo no era seguro.

Su vida personal no iba mejor. Al parecer, a una decepción le seguía otra.

El joven estaba convencido de que sus amigos no lo entendían, y su familia le dijo que estaba «simplemente pasando por un bache».

El joven se preguntaba si estaría mejor en alguna otra parte.

En algunas ocasiones el joven se quedaba de pie en el prado y levantaba la vista hacia la cadena de majestuosas cumbres que se erguían por encima de su valle.

Se imaginaba a sí mismo en la cima cercana.

Durante algún tiempo se sintió mejor.

Pero cuanto más comparaba la cima con su valle, peor se sentía.

Les habló a sus padres y amigos de la idea de ir hasta la cima. Pero ellos únicamente le hablaron de lo difícil que era alcanzar la cima, y de lo cómodo que era quedarse en el valle.

Todos lo disuadieron de ir adonde ellos mismos nunca habían estado.

El joven quería a sus padres y sabía que había algo de cierto en lo que decían. Pero también sabía que él era una persona distinta a su padre y su madre.

A veces tenía la sensación de que quizás hubiese un estilo de vida diferente fuera del valle, y quería descubrirlo por sí mismo. Quizá desde la cima podría obtener una perspectiva mejor del mundo.

Pero entonces la duda y el miedo volvieron a adueñarse de él, y pensó que se quedaría donde estaba.

Durante mucho tiempo el joven no tuvo valor para abandonar su valle.

Sentirse deprimido en un valle

Pero un día recordó su adolescencia y se dio cuenta de lo mucho que había cambiado desde entonces. Ya no estaba en paz consigo mismo.

No supo con seguridad por qué cambió de opinión, pero de pronto decidió que tenía que ir a ver la cima de esa montaña.

Dejó a un lado sus miedos y se preparó para marcharse tan pronto como le fuera posible y partió hacia la cima cercana.

No fue un viaje fácil. Tardó mucho más tiempo de lo que creía que tardaría en ascender menos de la mitad del camino hasta la cima.

Pero a medida que el joven iba subiendo, la fría brisa y el aire fresco lo reanimaban. Desde más arriba su valle parecía más pequeño.

Estando abajo, en el valle, el aire parecía bastante puro. Pero ahora, al contemplar el valle desde arriba, vio el aire estancado de color marrón claro que había allí atrapado.

Después se volvió y continuó ascendiendo. Cuanto más alto subía, más podía ver.

De repente, el sendero que estaba siguiendo finalizó.

Sin un sendero que seguir, se perdió entre los recios árboles que impedían el paso de la luz. Temió no encontrar un camino de salida.

Así que decidió atravesar una cresta peligrosamente estrecha. Al hacerlo se cayó. Magullado y sangrando, se levantó y siguió adelante.

Por fin, encontró un nuevo camino.

Se le pasaron por la cabeza las advertencias de la gente del valle, pero en ese momento recobró su coraje y siguió ascendiendo.

Cuanto más arriba estaba, más feliz se sentía de saber que se alejaba del valle y dejaba a un lado sus miedos.

Se dirigía hacia algún lugar nuevo.

CIMAS Y VALLES

Cuando subió por encima de las nubes, se percató de que el día era precioso y se imaginó cómo se vería la puesta de sol desde la cima. Estaba impaciente por verla desde allí arriba.

2

Encontrar respuestas

Pese a la impaciencia del joven, éste no alcanzó la cima hasta el anochecer. Se sentó y protestó:

—¡Oh, no! ¡Me la he perdido!

Una voz cercana en la oscuridad preguntó:

—¿Qué te has perdido?

Sobresaltado, el joven se volvió y, a menos de dos metros de él, vio a un anciano sentado sobre una gran roca.

El joven balbució:

—Lo siento, no sabía que estaba usted ahí. Me he perdido la puesta de sol desde la cima. Me temo que es la historia de siempre.

El anciano se rió y dijo:

—Conozco la sensación.

En ese momento, era imposible que el joven supiese que acababa de conocer a una de las personas más tranquilas y de mayor éxito del mundo. Parecía simplemente un amable anciano.

Al cabo de un rato, el anciano dijo:

—Bueno, ¿y qué te parece ahora la vista?

—¿Qué vista? —preguntó el joven. Entornó los ojos en la oscuridad, pero no pudo ver nada. Empezaba a preguntarse a qué clase de persona acababa de conocer.

El anciano se echó hacia atrás y alzó la vista hacia el cielo.

El joven, a su vez, también alzó la vista y vio un conjunto de estrellas centelleando sobre su cabeza. Desde su valle nunca había visto las estrellas con tanta claridad.

CIMAS Y VALLES

—Es preciosa, ¿no? —dijo el anciano.

—¡Sí! —dijo el joven, asombrado. Contemplando las estrellas, disfrutó de un momento de tranquilidad—. Siempre han estado ahí, ¿no?

—Pues... sí y no —dijo el anciano—. Sí, han estado allí siempre; tan sólo necesitabas dejar de mirar lo que estabas mirando.

Después añadió:

—Y no. No siempre han estado ahí; los científicos afirman que gran parte de la luz que ahora vemos la enviaron hace millones de años estrellas que se desvanecieron y ya no están ahí.

El joven sacudió la cabeza y dijo:

—Cuesta saber lo que es real y lo que no.

El anciano no dijo nada. Se limitó a sonreír.

Cuando el joven le preguntó por qué sonreía, el anciano contestó:

—Simplemente pensaba en lo a menudo que yo me sentía igual cuando tenía tu misma edad. Intentando separar la realidad de la ficción.

Durante un rato permanecieron sentados en silencio, maravillados ante el espectáculo de luz que tenía lugar encima de ellos.

Entonces el anciano preguntó:

—¿Por qué has subido hasta la cima?

—No estoy seguro —reconoció el joven—. Supongo que estoy buscando algo.

Empezó a contarle al anciano lo infeliz que era abajo en su valle, y cómo creía que debía de haber un camino mejor.

Le habló de los empleos que había probado, las relaciones que no parecían funcionar y la sensación de que no estaba a la altura de su potencial.

Le sorprendió oírse a sí mismo revelándole tantas cosas a un completo desconocido.

Encontrar respuestas

El anciano escuchó atento y, cuando el joven hubo terminado, dijo:

—Yo mismo recuerdo haber estado deprimido muchas veces.

»Todavía me acuerdo de cuando me echaron de mi primer trabajo. Fue terrible. Por mucho que lo intentara, no lograba encontrar ningún otro empleo.

—¿Y qué hizo?

—Bueno, durante demasiado tiempo me limité a estar enfadado y deprimido. Las cosas no me iban bien. Pero luego un buen amigo mío, alguien a quien nunca olvidaré, me dijo algo que lo cambió todo.

—¿El qué? —inquirió el joven.

—Era acerca de lo que él llamaba *el método Cimas y Valles para los buenos y malos momentos*.

»Me dijo: “Cuanto más apliques el método Cimas y Valles a tu trabajo y a tu vida personal, más tranquilo te volverás y lograrás mayores éxitos”.

El anciano añadió:

—Al principio fui bastante escéptico, pero resultó ser verdad. Y tuvo un impacto enorme en mi carrera y en mi vida.

—¿En qué sentido? —quiso saber el joven.

—Cambié mi manera de ver los altibajos en mi vida. Y gracias a eso, cambié lo que *hacía*.

El joven preguntó:

—¿De qué forma?

—Mi amigo me ayudó a descubrir tres cosas: cómo salir antes de un Valle, cómo permanecer más tiempo en una Cima, y cómo tener más Cimas y menos Valles en mi futuro.

El joven se preguntó si todo aquello era demasiado bueno para ser cierto. Pero estaba allí para buscar respuestas y sentía curiosidad, así que preguntó:

—¿Quiere contármelo?

El anciano dijo:

CIMAS Y VALLES

—Lo haré, a condición de que, si lo encuentras útil, lo compartas con los demás.

—¿Por qué hay que compartirlo con los demás? —dijo el joven.

El anciano respondió:

—Hay dos razones: la primera, para ayudarles; y la segunda, para ayudarte a ti mismo.

»Cuando las personas que te rodean saben sacar provecho tanto de los buenos como de los malos momentos, se preocupan menos y les va mejor. Y eso hace que trabajar y convivir con ellas sea más agradable para ti.

El joven dijo que, si le funcionaba, en efecto, lo compartiría con los demás.

Entonces el anciano comenzó:

—Quizá sea útil empezar con esto:



*Es natural que cualquier persona
en cualquier lugar tenga Cimas y Valles
en el trabajo y en la vida.*



El joven estaba decepcionado. Ésta no era la respuesta que esperaba.

—¿A qué se refiere exactamente con «Cimas y Valles»? —preguntó.

—Me refiero a tus Cimas y Valles *personales*; a los altibajos que experimentas en el trabajo y en la vida.

»Estos buenos o malos momentos pueden durar minutos o meses, o incluso más tiempo.

Encontrar respuestas

»Los Valles y Cimas personales son tan naturales como los valles y cimas físicos que ves en la superficie de la Tierra. Ambos tipos de altibajos se encuentran por todas partes y están conectados de maneras similares.

»Te puedes sentir contento en un área de tu trabajo o de tu vida, y, sin embargo, sentirte deprimido en otra área. Es natural. Les pasa a todas las personas del mundo, en todas las culturas. Forma parte de ser humano.

El joven suspiró y dijo:

—Entonces no soy el único.

El anciano se rió:

—¡Ni mucho menos! Aunque a veces puede que te sientas así. —Y añadió—: Evidentemente, los altibajos por los que pasamos cada uno de nosotros son muy diversos, porque no hay dos personas que experimenten exactamente lo mismo, aun cuando estemos en situaciones similares.

»Podrías pensar en ello de esta manera:



*Las Cimas y los Valles no son sólo
los buenos y malos momentos que te ocurren.*

*También son cómo te sientes
por dentro y cómo reaccionas
ante los acontecimientos externos.*



»Cómo te sientes tú depende en gran medida de cómo ves tu situación. La clave está en separar lo que te ocurre de lo bueno y valioso que te consideras como persona.

CIMAS Y VALLES

El anciano continuó:

—Descubrí que uno se puede sentir bien consigo mismo, aunque le ocurran cosas malas...

De pronto el joven lo interrumpió:

—¿Me está diciendo entonces que cuando las cosas no me salían bien abajo, en el valle, en cierto modo yo debería haber sido feliz? Lamento discrepar de usted, señor, pero discrepo.

»¡Allí abajo *nada* me salía bien! A usted le resulta fácil decir todo esto, sentado en lo alto de esta cima. ¡Su vida aquí arriba no tiene nada que ver con mi vida abajo en el valle! Yo vengo de un mundo completamente distinto.

El anciano no parecía ofendido por el arrebato del joven. Se limitó a quedarse callado.

Al cabo de un rato, el joven se fue calmando. Se sintió avergonzado y dijo:

—Lo siento. Sabía que estaba desanimado, pero supongo que también estoy un poco enfadado... Más de lo que creía.

El anciano asintió.

—Lo comprendo.

A continuación dijo:

—De modo que crees que mi vida aquí arriba no tiene conexión con tu vida abajo en el valle. Deja que te pregunte algo:

»¿Has visto un hueco mientras subías hasta aquí, un gran agujero en el suelo que separaba tu valle de esta cima?

—No —dijo el joven—. ¿Dónde estaba?

El anciano no dijo nada.

El joven pensó, y después se rió.

—No lo he visto porque no había ningún agujero, ¿verdad?

—Muy bien —dijo el anciano.

—Porque las cimas y los valles están conectados —dijo el joven.

Encontrar respuestas

—¡Qué observador! —dijo el anciano con una sonrisa—.
¿Quién puede decir dónde termina la parte más alta del valle
y empieza la parte más baja de la cima?

»La clave está en entender no sólo que tanto las cimas y
los valles físicos como las Cimas y los Valles personales están
conectados, sino también *cómo* están conectados.

A continuación amplió lo que había dicho:



Las Cimas y los Valles están conectados.

*Los errores que cometes en los buenos
momentos del presente crean los malos momentos
del mañana.*

*Y tus aciertos en los malos momentos del presente
crean los buenos momentos del mañana.*



»Por ejemplo, la gente que utiliza el método Cimas y Valles
durante los malos momentos hace que mejoren las cosas cuan-
do vuelve a lo esencial, y se concentra en lo más importante.

El joven completó la reflexión:

—¡Que es lo que más tarde creará sus buenos momentos!

—Sí —dijo el anciano—. Pero la verdad es que demasiadas
personas gestionan mal sus buenos momentos y no se dan cuen-
ta de que están creando sus propios malos momentos futuros.
Desperdician demasiados recursos, se alejan de lo esencial e ig-
noran lo que más importa. Y a ver si adivinas qué sucede.

El joven dijo:

CIMAS Y VALLES

—¡Que vuelven los malos momentos!

El joven tenía que admitir que esto tenía sentido.

—De modo que realmente *creamos* nuestros propios buenos y malos momentos, mucho más de lo que somos conscientes.

—¡Exacto! —exclamó el anciano. Sus ojos se iluminaron al observar que el joven empezaba a realizar sus propios descubrimientos—. Tal vez ya tengas bastante en que pensar por esta noche —dijo el anciano—. Si quieres, podemos seguir hablando mañana.

—Me encantaría.

A continuación, el anciano le dio las buenas noches y dejó que el joven montara su tienda y acampara.

Más tarde, el joven se durmió pensando en cómo podrían estar conectados sus Cimas y Valles personales.

A primera hora de la mañana, el anciano llegó con un termo de café caliente para compartir.

Con la intensa luz matutina, el joven reparó en lo claros que eran los ojos del anciano, y dijo:

—Parece usted feliz. ¿Es porque siempre consigue quedarse aquí arriba en esta cima?

—No, no soy feliz por eso. Y no siempre consigo quedarme aquí. Tengo que ir al valle a obtener provisiones y encontrar lo que necesito para vivir aquí.

El joven estaba aún somnoliento y no comprendió realmente lo que decía el anciano.

—Yo creo que aquí arriba podría ser eternamente feliz —repuso el joven.

—Pero no puedes —dijo el anciano—. Nadie puede quedarse en un sitio para siempre. Aun cuando permanezcas físicamente en un lugar, siempre estás entrando y saliendo de los sitios con el corazón.

»El secreto está en valorar y disfrutar *verdaderamente* cada momento tal como es mientras lo vives.

Encontrar respuestas

—No entiendo —dijo el joven—. Lo único que sé es que estoy disfrutando mucho la vida aquí en lo alto de la cima, con este aire frío y puro.

»Pero ¿cómo se supone que debo disfrutar del tiempo que paso en un Valle?

—De hecho —dijo el anciano—, tu forma de vivir un Valle está muy relacionada con la cantidad de tiempo que permaneces en él. Una manera útil de pensar en las Cimas y los Valles es ésta:



*Las Cimas son momentos
en los que valoras lo que tienes.*

*Los Valles son momentos
en los que anhelas lo que te falta.*



—Interesante —dijo el joven—. Pero me da la impresión de que una Cima es una Cima al margen de lo que yo piense de ella, y un Valle es un Valle. ¿Qué tienen que ver mis pensamientos?

El anciano preguntó:

—¿Recuerdas lo primero que dijiste cuando llegaste a esta cima?

El joven lo intentó, pero no lograba recordarlo.

—Dijiste: “¡Me la he perdido!” Te concentraste en el hecho de que te habías perdido la puesta de sol y no viste las estrellas. Ni siquiera te felicitaste por haber alcanzado la cima.

CIMAS Y VALLES

»¿Cómo crees que te habrías sentido al llegar aquí arriba si hubieras levantado tus brazos por encima de la cabeza y hubieras gritado: “¡Sí! ¡Lo conseguí!”?

El joven suspiró.

—Así que convertí mi Cima personal en un Valle. Había conseguido llegar hasta aquí, al lugar con el que llevaba años soñando, pero seguía sintiendo que había fracasado.

El anciano dijo:

—Exacto. ¿Te das cuenta de que en ese momento creaste un Valle en tu propia mente? —Y preguntó—: ¿Cómo podría alguien ganar una medalla de plata por una actuación sobresaliente y ser infeliz?

El joven reflexionó sobre ello y dijo:

—Comparándolo con ganar una medalla de oro. —Entonces cayó en la cuenta—. De modo que si quieres tener menos Valles, evita las comparaciones. Si disfrutas lo bueno del momento, te sientes más como si estuvieras en una Cima.

—¡Sí! —dijo el anciano—. Incluso en los malos momentos.

»¿Y si, en cambio, te dieras cuenta de lo siguiente?:



*No siempre puedes controlar
los acontecimientos externos.*

*Pero puedes controlar
tus Cimas y Valles personales
en función de lo que creas y lo que hagas.*



El joven frunció el ceño.

—No estoy seguro de haberlo entendido. ¿Cómo tendría

Encontrar respuestas

que hacerlo? Usted me dijo que esto me ayudaría en el trabajo y en la vida.

—Así es. Para convertir un Valle en una Cima, necesitas cambiar una de estas dos cosas: lo que sucede o cómo te *sientes* con respecto a lo que sucede.

»Si puedes cambiar la situación, es genial. Si no, puedes optar por cambiar cómo te sientes al respecto y de este modo sacarle provecho.

—¿De qué manera? —inquirió el joven.

—Por ejemplo, imagínate que eres la única fuente de ingresos de tu familia y crees que tienes un empleo seguro y bien remunerado. Sin previo aviso, te enteras de que te han despedido y no ves ninguna probabilidad real de conseguir un empleo de inmediato. ¿Cómo te sientes?

—Asustado. Atónito. Enfadado.

—Comprensible. Así es como se sentiría la mayoría de la gente. Pero ¿y si pensaras que dejar tu trabajo, aunque no te guste que te despidan, ha sido una de las mejores cosas que te han pasado jamás?

»¿Y si más tarde te dieras cuenta de que tú y el empleo podríais no haber estado hechos el uno para el otro, y que, si bien tú quizá nunca hubieras decidido marcharte en ese momento, tal vez fuera algo que deberías haber hecho mucho antes?

»¿Y si decidieras creer que ser despedido podría desembocar en algo mejor?

El joven dijo:

—Pero podría conducirme a algo peor.

El anciano se rió.

—Eso es cierto: nadie sabe qué puede ocurrir

»Sin embargo, optar por creer en algo mejor suele conducirte a un resultado mucho mejor.

El todavía escéptico joven preguntó:

—Pero ¿cómo puede ser eso práctico para la persona que se encuentra ahora sin trabajo? Posiblemente se sienta mejor

CIMAS Y VALLES

con respecto a la situación..., pero sigue necesitando un empleo. Uno no puede alimentar a su familia con buenos sentimientos.

El anciano dijo:

—Está bien. Vale, seamos *verdaderamente* prácticos. Si fueras tú quien tuviera que contratar a un nuevo empleado, ¿a quién es más probable que contrataras: a alguien con aspecto derrotado y que se pasara la entrevista quejándose de lo mal que lo trataba su antiguo jefe?, o a la persona que buscara lo bueno del mal momento y se sintiera libre para aspirar a una nueva oportunidad de encontrar algo mejor?

El joven dijo:

—A la persona positiva, porque es más probable que trabaje mejor.

El anciano dijo:

—Exacto, y por eso la persona que cree en algo mejor normalmente consigue un trabajo mejor. Así pues, ¿qué ha pasado con el Valle de esa persona?

El joven estaba asombrado:

—¡Que se ha convertido en una Cima! De modo que lo que la persona *cree y hace* tiene un verdadero impacto. ¡Quizás esto *sea* realmente práctico!

—Sí. Es muy práctico —dijo el anciano—. Algunas veces es tan sencillo como esto:



*El camino para salir del Valle aparece
cuando decides ver las cosas de otra manera.*



Encontrar respuestas

Para entonces la temperatura en la cima de la montaña había bajado y habían empezado a caer unos cuantos copos de nieve. El anciano preguntó:

—¿Estás preparado para quedarte en la cima?

El joven reconoció que no había traído ropa de abrigo.

—Supongo que tenía tanta prisa por salir del valle que no pensé en lo que necesitaría para quedarme aquí arriba.

El anciano dijo:

—No es nada raro. Muchas personas no se dan cuenta de que necesitan estar *verdaderamente* preparadas si quieren permanecer más tiempo en una Cima.

El joven no entendió que el anciano se refería a la gestión de los buenos momentos.

—Espero que vuelvas a subir de nuevo —añadió el anciano—. Me ha gustado tu visita. —Y le dio la mano al joven para despedirse.

El joven estaba contrariado por tener que abandonar la cima, pero le gustaba lo que había encontrado allí.

Se dijo para sus adentros que ahora vería su trabajo y su vida de otra manera. Esperaba ver un Valle como una oportunidad para descubrir el bien oculto que hacía que las cosas mejoraran.

Respiró hondo el fresco aire de la montaña y esperó ser capaz de mantener su lucidez cuando estuviera de vuelta en su valle.

Tomó nota mentalmente de lo que quería recordar:



*Conviertes tu Valle en una Cima
cuando encuentras y utilizas lo bueno
que se esconde en el mal momento.*

