



Un espacio para crecer

Número 6

Mayo de 2020

¡Vaya una que nos está cayendo!

Creo que no hace falta abundar demasiado en las consecuencias que tiene, y tendrá, todo lo que está pasando a causa del COVID-19. Nos sobran cifras, estadísticas, previsiones... dolor y tristeza.

Sin duda se trata de otra de las enormes lecciones de **humildad** que la naturaleza nos ha enviado, esa vez en forma de virus. Una bofetada de realidad, con la que nos recuerda nuestra fragilidad, y a la vez la enorme fortuna que tenemos de participar en este experimento llamado vida.

La naturaleza se ha tomado muchísimas molestias para fabricar la vida y permitir su evolución hasta crear cosas tan maravillosas como árboles, mariposas, o personas. La simple reflexión sobre la gran

cantidad de "casualidades" que han tenido que coincidir para que estemos aquí debería hacer que replanteásemos muchas cosas sobre cómo vivimos esta vida y cuáles son realmente nuestras prioridades.

Pero es que en estos momentos de tensión y preocupación, esta reflexión aparece de forma espontánea. Es inevitable. Muchas cosas han dejado simplemente de ser prioritarias. Cuestiones que tan solo hace unos meses nos parecían básicas y centraban nuestra actividad. Rutina, proyectos e ideas han sido relegados por la **salud**, la nuestra y la de nuestros seres queridos. Por la **familia**. Los **amigos**. Por nosotros mismos y también por los demás. Sencillamente cuestión de prioridades.

¡Por supuesto que no debemos abandonar nuestras ilusiones y

proyectos! Pero quizás deberemos replantear algunos de ellos, en base a las prioridades que estamos redescubriendo.

Creo que lo peor que nos puede pasar es que olvidemos. Que cuando todo esto pase recuperemos la rutina y la actividad como si nada hubiese sucedido. **No podemos, no debemos olvidar**. Porque esta situación, por dolorosa que sea, está reordenando nuestras prioridades y situando la vida, con todo lo que esta palabra significa, en primer lugar. Y sí, la vida también está hecha de trabajo, ideas y retos. Pero es que quizás habíamos olvidado (¿un poco?) cosas como la familia (¿cuánto tiempo hacía que no pasábamos tanto tiempo con ella?), los amigos (esos amigos de verdad, a los que llamamos estos días o enviamos mensajes tan solo para saber que siguen bien), la solidaridad.

Las ganas de disfrutar de la vida, de relacionarnos, de hablar, de andar, de ayudar. De sentir de nuevo la **libertad**.

La reflexión sobre esta cuestión, como decía, es más necesaria que nunca y sólo la podemos hacer individualmente, cada uno de nosotros. Y sacar nuestras propias conclusiones y compromisos para cuando la situación mejore.

Por cierto, una mejora que llegará, pero no igual para todos. Mucha gente sufrirá, en una recuperación que seguramente será lenta y desequilibrada. Personalmente no soporto esos falsos mensajes positivos, los que trivializan las penalidades, no solo las que está viviendo hoy nuestra sociedad, sino las que vienen. Eslóganles a medias, que claman que esto lo superaremos. ¡Claro que superaremos la crisis! Pero no sin **sacrificio, esfuerzo y cicatrices**.

Por todo ello no debemos olvidar. No abandonemos esta nueva priorización de valores, estas ganas de vivir, de compartir y de ayudar.

Siempre he intentado que en las actividades profesionales que realizo, como **conferencias, formaciones y coaching**, estén presentes estos valores vitales. Los que me conocéis y me habéis prestado vuestra confianza lo sabéis. Por ello hace años decidí crear "A space to grow", una metodología en la que el universo y la naturaleza se convierten en

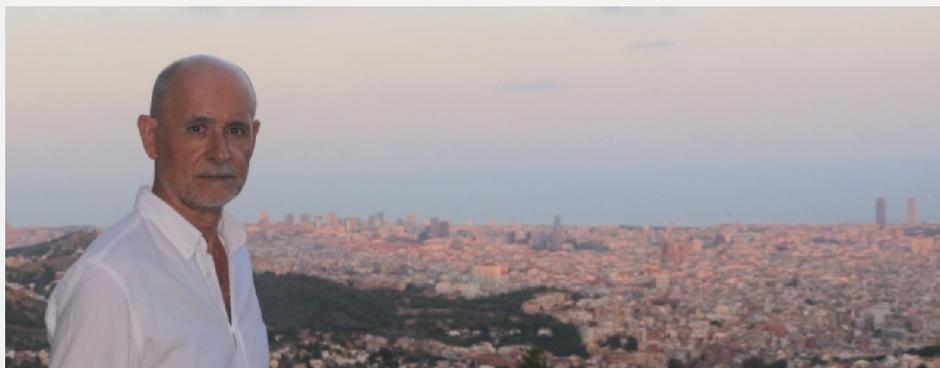
guías y facilitadores de discusiones en el mundo de la empresa.

El equilibrio emocional nos ayudará a estar bien con nosotros mismos y con los demás, también en el trabajo. Porque aunque los objetivos marcados por nuestras organizaciones, o por nosotros mismos, se pueden alcanzar de muchas maneras, no todas ellas deberían valernos.

Espero poder seguir compartiendo con vosotros, ahora en los momentos más difíciles desde plataformas **on-line**, sesiones de trabajo sobre liderazgo inspiradas por la epopeya

del Apolo 13. Discusiones acerca de cómo contrarrestar con la iniciativa la inercia de las organizaciones trabajando la impactante tragedia del Columbia. Dinámicas formativas sobre cómo ser más eficientes y resolutivos analizando cómo alcanzamos la Luna. O reflexiones sobre la verdadera comunicación y el trabajo en equipo guiados por el impresionante relato de nuestros orígenes dentro de las estrellas.

Os deseo lo mejor.



Joan Anton Català lleva en su mochila más de 25 años de experiencia en posiciones directivas en gran empresa. Es PDG del IESE, y titulado "Leading Execution" por la Wharton School de la Universidad de Pennsylvania.

La astronomía ha sido su pasión desde que era niño. Es conferenciante, divulgador científico, escritor, y colaborador habitual en medios de comunicación. Es máster en Astronomía y Astrofísica, y químico-físico especializado en cuántica.

Creador de la metodología innovadora "A Space to Grow", que utiliza la astronomía y el espacio como elementos facilitadores para conferencias, discusiones y formaciones en empresas, así como palancas para conseguir el compromiso a través de la emoción.

info@leading-on.com / www.leading-on.com / joanantoncatala.com



El maravilloso experimento de la vida

por Joan Anton Català Amigó

Nuestro universo es perfecto para la vida.

Un viaje hacia los orígenes del cosmos nos impacta con la precisión con la que están diseñados los mismos cimientos de la naturaleza. Las partículas fundamentales que conforman todo lo que vemos, y somos, tienen unas propiedades que apenas permiten cambios. Mejor no jugar, por ejemplo, con la masa del electrón, o con la carga eléctrica de los protones. Porque un desliz en la elección de esas propiedades impediría simplemente la existencia de los átomos.

La cosa tampoco es demasiado diferente cuando uno analiza las fueras de la naturaleza. Conocemos 4 de ellas, que mantienen un delicado equilibrio al cual debemos la existencia. Si la fuerza de la gravedad

fuese un poco más intensa, el universo se habría terminado antes incluso que las primeras formas de vida apareciesen en nuestro planeta. Si las fuerzas que actúan en el interior de los átomos fueran más débiles, el cosmos sería un lugar yermo e infértil.

Si se piensa acerca de ello, uno no puede sino sorprenderse. Porque, puestos a hacer, la naturaleza podría haber elegido muchísimas otras propiedades para nuestro universo. De hecho, infinitas. Sólo que en esos "otros" universos de partículas y fuerzas ligeramente distintas, nosotros no estaríamos para sorprendernos.

Nuestro universo se expande, desde que hace unos 13.800 millones de años se pusiese en movimiento en un suceso que hemos llamado el Big

Bang. Y resulta que el ritmo de expansión no es ni demasiado rápido como para haber esgarrado el espacio e impedido la formación de estrellas o planetas, ni tampoco excesivamente lento como para permitir que el cosmos se colapsase de nuevo al poco de nacer.

Los ingredientes para cocinar personas

Hoy sabemos que el proceso del Big Bag creó los primeros elementos químicos de la naturaleza. Durante sus minutos iniciales de vida, el universo fabricó el hidrógeno que representa más del 60% de todos los átomos de nuestro cuerpo. También se creó helio, el segundo elemento químico más simple. Pero para manufacturar vida, la naturaleza

necesitaba muchos otros componentes, como el carbono y el nitrógeno de nuestras proteínas, el oxígeno que respiramos y que también forma el agua, el calcio de nuestros huesos, el hierro de nuestra hemoglobina. En la receta para cocinar una persona entran más de 60 ingredientes, de los que casi ninguno existía en el universo recién nacido.

Así que la naturaleza combinó sus 4 fuerzas para crear las estrellas, enormes hornos nucleares en dónde la práctica totalidad de los elementos químicos han sido forjados. Y se aseguró que las estrellas muriesen, algunas de ellas en tremendas explosiones, para que esos componentes ensamblados en los corazones ardientes de los astros pudiesen liberarse y enriquecer el espacio, para así disponer de material para crear vida.

Nuestro Sol y sus planetas nacieron en un rincón humilde de la galaxia. Afortunadamente para nosotros, en este rinconcito de un espacio inmenso habían vivido y muerto, hacía mucho tiempo, generaciones anteriores de estrellas, de soles. Los ingredientes liberados por ellos fueron como un regalo para el nuevo sistema solar, y sirvieron para formar mundos rocosos, planetas que no se fabrican sólo con hidrógeno y helio.

La Tierra, vencedor de una batalla

Los planetas que conocemos son unos héroes. Gladiadores supervivientes de una lucha feroz por crecer en base a las colisiones y enormes choques que se produjeron en el caos de objetos existente durante los primeros millones de años del Sistema Solar. Una batalla en la que sólo los más fuertes perduraron, comiéndose a los rivales y creciendo.



En esa batalla se forjó el carácter de la Tierra. Un planeta afortunado, que superó sus cicatrices y quedó situado a una distancia idónea del Sol para poder disfrutar de unas temperaturas suaves. No corrieron la misma suerte otros mundos del Sistema Solar, que quedaron ubicados demasiado cerca de la estrella y se convirtieron en infiernos, o tan alejados que se helaron.

Sin embargo la lucha había pasado factura a la joven Tierra. El lugar dónde se había formado, en el interior del Sistema Solar, era muy pobre en agua. El planeta era un

mundo prometedor, pero extremadamente seco. Así que la naturaleza decidió enviar agua del cielo, creando perturbaciones en el Sistema Solar primitivo para que embriones de planetas provenientes de las regiones más alejadas del Sol, y compuestos por grandes cantidades de hielo, se moviesen hacia el interior para que los devorase una Tierra sedienta y les robase el preciado líquido.

Y después del regalo del agua vino del de la Luna

En esos primeros instantes de nuestro amado planeta también se produjo el mayor cataclismo nunca sufrido por la Tierra, cuando un objeto de la medida de Marte colisionó con ella. Y de los escombros de esa catástrofe nació la Luna, un satélite que es demasiado grande para haberse formado conjuntamente con nosotros.



Necesitaríamos un libro entero para ensalzar los efectos beneficiosos que ese gran impacto tuvo para todo lo que había de llegar. La Luna

estabilizó la inclinación de la Tierra permitiendo, así, un ciclo suave de estaciones. También generó las mareas, un elemento clave en el desarrollo de la vida en la Tierra. Tanto es así que sin ese impacto casual, sin Luna, estamos convencidos que la vida en nuestro planeta sería muy diferente a la actual, y con toda probabilidad los humanos no existiríamos.

Muertes para la vida

Aún desconocemos cómo apareció la vida. Sólo que lo hizo muy pronto en



la historia de la Tierra, apenas unos 600 millones de años después del nacimiento del planeta. Esa primera vida se encontró un lugar con agua y Luna, pero con una atmósfera letal, producto de la intensa actividad volcánica del joven mundo. Pero la vida se adaptó, y fue capaz de metabolizar los gases y a través del milagro de la fotosíntesis empezar a cargar de oxígeno el aire, en un proceso que duraría millones de años.

La vida enloqueció y progresó y se diversificó exponencialmente. Pero aun quedaba trabajo para permitir que la especie que se autodenomina inteligente apareciese en la Tierra.

Debían desaparecer unos para dar paso a otros, más adaptados y con mejores capacidades. Sucesivas extinciones masivas se encargaron de la dolorosa renovación de la vida. Algunas de aquellas catástrofes eliminaron más del 95% de las especies que entonces habitaban la Tierra. Pero tras cada una de las extinciones en masa, la vida volvió a resurgir, más fuerte aún, para explotar los grandes nichos vacíos que se habían generado.

La última de las extinciones, la menor de ellas, sucedió hace unos 66 millones de años con la llegada de un cometa que aseguraría el futuro de los mamíferos, hasta entonces poco relevantes.

Celebrar la vida

¡Cómo no vamos a celebrar la vida! A la vista del relato anterior, enormemente simplificado y

resumido, es imposible no reflexionar sobre la fortuna de estar vivos.

Para terminar, me gustaría poner sobre la mesa 2 aspectos para la meditación posterior de cada uno.

El primero nos inspira humildad. ¿Cómo es posible que hayan acontecido tantas "casualidades"? Podrían haber pasado infinitas otras cosas, o de infinitas otras maneras, y no estaríamos aquí. El punto de reflexión que deseo introducir es pensar que, muy probablemente, nuestro universo es sólo uno entre muchísimos otros. Uno en el que las extraordinarias combinaciones de factores nos han permitido existir. Visto desde esta perspectiva, no habría nada de especial, de sobrenatural.

Simplemente habitaríamos el único universo en el que se han dado las circunstancias perfectas para nosotros. Y por ello personalmente intento utilizar siempre el término *nuestro* cuando



hablo del universo. Quizás habitemos no sólo un humilde y perdido rincón en un cosmos inmenso, sino que además podrían existir, o haber existido, otros universos igual de inmensos y perdidos.

El segundo punto para la reflexión tiene que ver con el sentido de todo esto. El sentido de nuestra propia existencia. Y aunque la eterna pregunta de qué hacemos aquí tiene tantas respuestas como cuestionadores se la planteen, a la vista de nuestra historia en este universo creo que podríamos coincidir en aceptar que vivimos de puro préstamo. De ingredientes que la naturaleza nos ha dejado y que en algún momento devolveremos. Pero no deberíamos devolver el préstamo sin antes haber pagado un cierto interés, ¿no es cierto?

Y esta es la cuestión. ¿Cuál es el interés que estamos dispuestos a pagar por el préstamo de la vida? Porque será con nuestras pequeñas acciones mientras estemos aquí, disfrutando de la vida, con las que podremos materializar ese interés.

Cada uno decidirá. Pero invito a sopesar si un buen interés a pagar sería el mejorar la vida de los demás y la de los que vendrán a continuación. Creo que la naturaleza se daría más que satisfecha con ello.

