



Josep López Romero: “Si el miedo condiciona nuestras decisiones, nos impide ser libres”

El escritor comenta que “si nos negamos las emociones básicas, nos negamos casi todo lo que somos”.

Paloma Leyra.

Es un hombre sereno que vive en el campo, con sus hijos y varios perros. Le gusta la jardinería y la cocina, y combina su faceta de escritor y asesor literario y de marketing con una vida plena. Hace años, sin embargo, era un flamante ejecutivo de una agencia de comunicación que vivió una experiencia que le hizo cambiar. Fue presa del pánico. Ahora reflexiona sobre aquello en *El valor del samurái* (Planeta Empresa) un delicioso y poético libro sobre las trampas del miedo y las maneras de combatirlo.

¿Por qué un samurai?

Tenía que serlo, el bushido es el único código de una extirpe guerrera en el que se habla expresamente del miedo: el samurái, por definición, no tiene miedo. No hay que negar el miedo.

¿Usted lo negaba?

Claro. Yo era, como muchos otros, un ejecutivo-samurái que no debía tener miedo. Y cuando lo tuve, no sabía cómo salvarlo. El libro incluye una historia de un samurái que un día descubre que tiene miedo a la vida, no a que le atravesen con un espada, sino a tomar decisiones.

¿Y no tener miedo nos convierte en valientes?

Creo que lo que nos convierte en valientes es saber afrontarlo. Hay que saber identificar el miedo. Si nos negamos las emociones básicas, nos estamos negando prácticamente todo lo que somos.

¿Qué somos?

Somos fruto de cuatro emociones básicas: la rabia, la alegría, la tristeza y el miedo. Y el resto de emociones que vamos sintiendo de adultos, no dejan de ser combinaciones de estas cuatro.

¿Impera hoy eso, la falta de emociones?

Más bien impera la negación o la no-manifestación de las emociones. Y uno puede llevarlo bien siempre y cuando las identifique y sepa qué hacer con ellas.

¿Y el valor es un valor en decadencia?

Depende de qué clase de valor. Para mí hay dos: el de quien se enfrenta a cualquier situación con temeridad, que es un valor sobrevalorado e inútil. Y hay otro que construye, que ayuda a generar valor para ti y los que te rodean, y que permite crear.

¿Perdió usted el miedo?

He perdido el miedo inútil que te obstaculiza y te impide tomar decisiones, el que te impide ser tú mismo. Pero existe otro miedo que llevamos en nuestro ADN y te avisa de un posible peligro. Pero no hay que dejar que pase de ahí, porque si condiciona nuestras decisiones, nos impide ser libres.

Sabiduría japonesa

Uno de los primeros trabajos del periodista y escritor Josep López (Barcelona, 1967) fue para la empresa japonesa Honda. Allí conoció y empezó a interesarse por la cultura nipona, que, según él, guarda mucho en común con nuestra propia identidad. Por eso no es casual que "El valor del samurái" rinda un sutil homenaje a la poética del haiku, emocional y liviana. Su libro, aplicable al mundo de la empresa y en general a cualquier forma de servilismo laboral no es un manual de autoayuda ni un ensayo científico, pero rebosa sabiduría y sentido común. Con él reivindica el valor del valor y cómo ahuyentar el miedo.