

¿QUIEN SE HA LLEVADO MI QUESO?

Spencer Johnson, M.D.

Introducción

¿Quién se ha llevado mi Queso? Es un cuento sobre el cambio que tiene lugar en un laberinto donde cuatro divertidos personajes buscan “queso”.

El queso es una metáfora de lo que uno quiere tener en la vida, ya sea un trabajo, una relación amorosa, dinero, una gran casa, libertad, salud, reconocimiento, paz interior o incluso una actividad como correr o jugar golf.

Cada uno de nosotros tiene su propia idea de lo que es el queso, y va tras él porque cree que le hace feliz. Si lo consigue, casi siempre se encariña con él. Y si lo pierde o se lo quitan, la experiencia suele resultar traumática.

El cuento, el “laberinto” representa el lugar donde pasas el tiempo en busca de lo que deseas. Puede ser la organización en la que trabajas, la comunidad en donde vives o las relaciones que mantienes en tu vida.

EL CUENTO

Erase una vez un país muy lejano en el que vivían cuatro personajes. Todos corrían por un laberinto en busca del queso con el que se alimentaban y que los hacía felices.

Dos de ellos eran ratones, y se llamaban Oliendo y Corriendo (Oli y Corri para sus amigos); los otros dos eran pesonistas, seres del tamaño de los ratones, pero que tenían un aspecto y una manera de actuar muy parecidos a los de los humanos actuales. Sus nombres eran Kif y Kof.

Debido a su pequeño tamaño, resultaba difícil ver qué estaban haciendo, pero si mirabas de cerca descubrías cosas asombrosas.

Tanto los ratones como las personitas se pasaban el día en el laberinto buscando su queso favorito. Oli y Corri, los ratones, aunque solo poseían cerebro de roedores, tenían muy buen instinto y buscaban el queso seco y curado que tanto gusta a esos animalitos.

Kif y Kof, las pesonitas, utilizaban un tipo de cerebro repleto de creencias para buscar un tipo muy distinto de Queso – con mayúscula -, que ellos creían que los haría felices y triunfar.

Por distintos que fueran los ratones y las personitas, tenían algo en común: Todas las mañanas se ponían su chándal y sus zapatillas deportivas, salían de su casita y se precipitaban corriendo hacia el laberinto en busca de su queso favorito.

El laberinto era un dédalo de pasillos y salas, y algunas de ellas contenían delicioso queso. Pero también había rincones oscuros y callejones sin salida que no llevaban a ningún sitio. Era un lugar en el que resultaba muy fácil perderse.

Sin embargo, para los que daban con el camino, el laberinto albergaba secretos que les permitían disfrutar de una vida mejor.

Para buscar el queso, Oli y Corri, los ratones, utilizaban el sencillo pero ineficaz método del tanteo. Recorrían un pasillo, y si estaba vacío, daban media vuelta y recorrían el siguiente.

Oli olfateaba el aire con su gran hocico a fin de averiguar en qué dirección había que ir para encontrar queso, y Corri se abalanzaba hacia allí. Como imaginarán, se perdían, daban muchas vueltas inútiles y a menudo chocaban contra las paredes.

Sin embargo, Kif y Kof, las dos personitas, utilizaban un método distinto que se basaba en su capacidad de pensar y aprender de las experiencias pasadas, aunque a veces sus creencias y emociones los confundían.

Con el tiempo, siguiendo cada uno su propio método, todos encontraron lo que habían estado buscando: un día, al final de uno de los pasillos, en la Central Quesera Q dieron con el tipo de queso que querían.

A partir de entonces, los ratones y las personitas se ponían todas las mañanas sus prendas deportivas y se dirigían a la Central Quesera Q. Al poco, aquello se había convertido en una costumbre para todos.

Oli y Corri se despertaban temprano todas las mañanas, como siempre, y corrían por el laberinto siguiendo la misma ruta. Cuando llegaban a su destino, los ratones se quitaban las zapatillas y se las colgaban del cuello para tenerlas a la mano en el momento en que volvieran a necesitarlas. Luego se dedicaban a disfrutar del queso.

Al principio, Kif y Kof también iban corriendo todos los días hasta la Central Quesera Q para paladear los nuevos y sabrosos bocados que los aguardaban.

Pero, al cabo de un tiempo, las personitas fueron cambiando de costumbres.

Kif y Kof se despertaban cada día más tarde, se vestían más despacio e iban caminando hacia la Central Quesera Q. Al fin y al cabo, sabían dónde estaba el queso y como llegar hasta él.

No tenían ni idea de la procedencia del queso ni sabían quién lo ponía allí. Simplemente suponían que estaría en su lugar. Todas las mañanas, cuando llegaban a la Central Quesera Q, Kif y Kof se ponían cómodos, como si estuvieran en casa, colgaban sus zapatillas y se ponían las pantunflas. Como ya habían encontrado el queso, cada vez se sentían más a gusto.

Esto es una Maravilla – dijo Kif -. Aquí tenemos queso suficiente para toda la vida.

Las personitas se sentían felices y contentas, pensando que estaban a salvo por siempre.

No tardaron mucho en considerar suyo el queso que habían encontrado en la Central Quesera Q. Y había tal cantidad almacenada allí que, poco después, trasladaron su casa cerca de la central y construyeron una vida social alrededor de ella.

Para sentirse más a gusto, Kif y Kof decoraron las paredes con Frases e incluso pintaron trozos de queso que los hacían sonreír. Una de las frases decía:

Tener queso hace feliz

En ocasiones Kif y Kof llevaban a sus amigos a ver los trozos de queso que se apilaban en la Central Quesera Q. Unas veces lo compartían con ellos y otras, no. Nos merecemos este queso – dijo Kif -. Realmente tuvimos que trabajar muy duro y durante mucho tiempo para conseguirlo. – Tras estas palabras, cogió un trozo de queso y se lo comió.

Después Kif se quedó dormido, como solía ocurrirle.

Todas las noches, las personitas volvían a casa cargadas de queso y todas las mañanas regresaban, confiadas, por más queso la a Central Quesera Q.

Todo siguió igual durante algún tiempo.

Pero al cabo de algunos meses, la confianza de Kif y Kof se convirtió en arrogancia. Se sentían tan a gusto que ni siquiera advertían lo que estaba ocurriendo.

El tiempo pasaba, y Oli y Corri seguían haciendo lo mismo todos los días. Por la mañana, llegaban temprano a la Central Quesera Q y husmeaban, escarbaban e inspeccionaban la zona para ver si habían ocurrido cambios con respecto al día anterior. Luego se sentaban y se ponían a mordisquear el queso.

Una mañana, llegaron a la Central Quesera Q y descubrieron que no había queso.

No les sorprendió. Como habían notado que las reservas de queso habían ido disminuyendo poco a poco, Oli y Corri estaban preparados para lo inevitable e, instintivamente, enseguida supieron lo que tenían que hacer.

Se miraron el uno al otro, cogieron las zapatillas deportivas que llevaban atadas al cuello, se las calzaron y se las anudaron.

Los ratones no se perdían en análisis profundos de las cosas. Y tampoco tenían que cargar con complicados sistemas de creencias.

Para los ratones, tanto el problema como la solución eran simples. La situación en la Central Quesera Q había cambiado. Por lo tanto Oli y Corri decidieron cambiar.

Ambos asomaron la cabeza por el laberinto. Entonces Oli alzó el hocico, husmeó y asintió con la cabeza, tras lo cual, Corri se lanzó a correr por el laberinto y Oli lo siguió lo más deprisa que pudo.

Ya se habían puesto en marcha en busca de queso nuevo.

Ese mismo día, más tarde, Kif y Kof hicieron su aparición en la Central Quesera Q. No habían prestado mucha atención a los pequeños cambios que habían ido produciéndose y, por lo tanto, daban por sentado que su queso seguiría allí.

La nueva situación los pilló totalmente por desprevenidos.

-¿Qué? ¿No hay queso? – gritó Kif - ¿No hay queso? – repitió muy enojado, como si gritando fuese a conseguir que alguien se lo devolviera -. ¿Quién se ha llevado mi queso?- bramó indignado. Finalmente, con los brazos en jarras y el rostro enrojecido de ira, vociferó –¡Esto no es Justo!.

Kof sacudió negativamente la cabeza con gesto de incredulidad. Él también había dado por supuesto que en la Central Quesera Q habría queso, y se quedó paralizado por la sorpresa. No estaba preparado para aquello.

Kif gritaba algo, pero Kof no quería escucharlo. No tenía ganas de enfrentarse a lo que tenía adelante, así que se desconectó de la realidad.

La conducta de las personitas no era agradable ni productiva, pero sí comprensible.

Encontrar queso no había sido fácil, y para las personitas eso significaba mucho más que tener todos los días la cantidad necesaria del mismo.

Para las personitas, encontrar queso era la dar con la manera de obtener lo que creían que necesitaban para ser felices. Cada una tenía, según fueran sus gustos, su propia idea de lo que significaba el queso.

Para algunas, encontrar el queso era poseer cosas materiales. Para otras, disfrutar de buena salud o alcanzar la paz interior. Para Kof, el queso significaba simplemente sentirse a salvo, tener algún día una estupenda familia y una confortable casa en la calle Cheddar.

Para Kif , significaba convertirse en un Gran Queso con otros a su cargo y tener una hermosa mansión en lo alto de las colinas Camembert. Como el queso era muy importante para ellas, las dos personitas pasaron mucho tiempo decidiendo qué hacer. Al principio, lo único que se les ocurrió fue inspeccionar a fondo la Central Quesera Q para comprobar si realmente el queso había desaparecido.

Mientras que Oli y Corri ya se habían puesto en marcha, Kif y Kof continuaban vacilando y titubeando.

Despotricaron y se quejaron de lo injusto que era todo lo ocurrido, y Kof empezó a deprimirse. ¿Qué sucedería si al día siguiente tampoco encontraban el queso? Había hecho muchos planes para el futuro basados en aquel queso...

Las personitas no daban crédito a lo que veían. ¿Cómo podía haber ocurrido aquello? Nadie les había avisado. No estaba bien. Se suponía que esas cosas no tenían que pasar.

Aquella noche, Kif y Kof volvieron a casa hambrientos y desanimados; pero antes de marcharse de la Central Quesera Q, Kof escribió en la pared:

Cuanto más importante es el queso para uno, más desea conservarlo

Al día siguiente, Kif y Kof salieron de sus respectivas casas y volvieron a la Central Quesera Q, donde esperaban encontrar, de una manera u otra, su queso. Pero la situación no había cambiado: el queso seguía sin estar allí. Las personitas no sabían qué hacer. Kif y Kof se quedaron paralizados, inmóviles como estatuas.

Kof cerró los ojos lo más fuerte que pudo y se tapó los oídos con las manos. Quería desconectarse de todo. Se negaba a reconocer que las reservas de queso habían ido disminuyendo de manera gradual. Estaba convencido de que habían desaparecido de repente.

Kif analizó la situación una y otra vez, y, al final, su complicado cerebro dotado de un enorme sistema de creencias empezó a funcionar.

-¿Porqué me han hecho esto?- se preguntó -. ¿Qué está pasando aquí?

Kof abrió los ojos, miró a su alrededor e inquirió:

-Por cierto, ¿dónde están Oli y Corri? ¿Crees que saben algo que nosotros no sabemos?

-¿Qué quieres que sepan?- espetó Kif en tono de desprecio-. No son más que ratones.

Reaccionan ante lo que ocurre. Nosotros somos personitas, somos especiales. Tendríamos que ser capaces de dar con la solución. Además, merecemos mejor suerte que ellos. Esto no debería ocurrirnos, y si nos ocurre, al menos tendríamos que recibir una compensación.

-¿Por qué tendríamos que recibir una compensación?- quiso saber Kof.

-Porque tenemos derecho.

-¿Derecho a qué?- preguntó Kof.

- Tenemos derecho a nuestro queso.

-¿Por qué? – insistió Kof.

- Porque este problema no lo hemos causado nosotros –respondió Kif -alguien ha provocado esta situación y nosotros tenemos que sacar algún provecho de ella.

- Tal vez sería mejor no analizar tanto la situación- Lo que deberíamos hacer es ponernos en marcha de inmediato y buscar queso nuevo –sugirió Kof.

- Oh no- repuso Kif-. Voy a llegar al fondo de todo esto.

Mientras Kif y Kof seguían discutiendo lo que debían hacer, Oli y Corri ya se habían puesto en marcha y habían recorrido muchos pasillos, buscando queso en todas las centrales queseras que encontraban en su camino.

No pensaban en otra cosa que ni fuera encontrar queso nuevo.

Pasaron mucho tiempo sin encontrar nada, hasta que, al final, llegaron a una zona del laberinto en la que nunca habían estado la Central Quesera N. Al entrar profirieron un grito de alegría. Habían encontrado lo que estaban buscando: una gran reserva de queso.

No podían dar crédito a sus ojos. Esta la cantidad más grande de queso que los ratones habían visto en toda su vida.

Mientras, Kif y Kof seguían en la Central Quesera Q evaluando la situación. Empezaban a sufrir los efectos de la falta de queso. Cada vez estaban más frustrados y enfadados, y se culpaban el uno al otro de la situación en la que se hallaban.

De vez en cuando, Kof se acordaba de sus amigos los ratones, y se preguntaba si Oli y Corri ya habían encontrado queso. Pensaba que debían estar pasando momentos muy duros, porque correr por el laberinto siempre conllevaba incertidumbre, pero también sabía que no estarían en apuros mucho tiempo.

A veces, Kof imaginaba que Oli y Corri habían encontrado queso nuevo y los veía disfrutando de él. Pensaba en lo bien que le sentaría andar a la aventura por el laberinto y encontrar un nuevo queso. Casi podía saborearlo.

Cuanto más clara era la imagen que Kof tenía de sí mismo encontrando y probando el nuevo queso, más ganas le entraban de marcharse de la Central Quesera Q.

-¡Vámonos!- exclamó de repente.

-¡Nó!- replicó Kif rápidamente-. Estoy bien aquí, es un lugar cómodo y conocido. Además, salir ahí afuera es peligroso.

-No, no lo es- repuso Kof-. Hemos recorrido ya muchas zonas del laberinto, y podemos hacerlo otra vez.

- Soy demasiado viejo para eso- dijo Kif-. Y no tengo ningún interés en perderme ni en engañarme a mí mismo ¿Tú sí?.

Estas palabras hicieron que Kof volviera a sentir miedo al fracaso, y sus esperanzas de encontrar queso nuevo se desvanecieron.

Así que las personitas siguieron haciendo todos los días lo mismo que habían hecho hasta entonces: ir a la Central Quesera Q, no encontrar queso y volver a casa, llevando consigo sus desasosiegos y frustraciones.

Intentaron negar lo que estaba ocurriendo, pero cada vez les costaba más conciliar el sueño, y por la mañana tenían menos energía y estaban más irritables.

Sus casas no eran los sitios acogedores que habían sido. Las personitas sufrían de insomnio, y cuando conseguían dormir tenían pesadillas en las que no encontraban el queso.

Pero Kif y Kof seguían volviendo todos los días a la Central Quesera Q y, una vez allí, se limitaban a esperar.

- Si nos esforzáramos un poco –dijo Kif-, tal vez descubriríamos que en realidad las cosas no han cambiado tanto. Es probable que el queso esté cerca. Quizás está escondido detrás de la pared.

Al día siguiente, Kif y Kof volvieron con herramientas. Kif sujetó el cincel y Kof golpeó con el martillo hasta que hicieron un agujero en la pared de la Central Quesera Q. Miraron a través de él pero no encontraron el queso.

Se sintieron decepcionados, pero creían que podían solucionar el problema. Por eso empezaron a trabajar más temprano, lo hacían con más ahínco y acababan más tarde, pero lo único que consiguieron fue tener un enorme agujero en la pared.

Kof empezó a comprender la diferencia entre Actividad y Productividad.

- Tal vez – dijo Kif -, lo único que debemos hacer es quedarnos sentados y ver qué pasa. Tarde o temprano, tendrán que volver a poner el queso.

Kof quería creer que Kif tenía razón, así que todas las noches se iba a casa a descansar y a la mañana siguiente volvía con su amigo, de mala gana, a la Central Quesera Q. Pero el queso seguía sin aparecer.

Las personitas estaban cada vez más débiles debido al hambre y al estrés. Kof empezaba a cansarse de esperar que la situación mejorase. Comenzaba a comprender que cuanto más tiempo estuvieran sin queso, peor se encontrarían.

Kof sabía que estaba perdiendo la agudeza.

Finalmente, un día Kof empezó a reírse de sí mismo.

“Mírate, Kof, mírate –se decía-. Cada día hago las mismas cosas, una y otra vez, y me pregunto por qué la situación no mejora. Si esto no fuera tan ridículo, sería incluso divertido.

A Kof no le gustaba la idea de tener que correr de nuevo por el laberinto, porque sabía que se perdería y no tenía ninguna certeza de que fuera a encontrar más queso, pero al ver lo estúpido que se estaba volviendo por culpa del miedo, tuvo que reírse de sí mismo.

-¿Dónde has puesto nuestros chándals y las zapatillas deportivas?- le preguntó a Kif.

Tardaron mucho tiempo en dar con ellos porque, cuando tiempo atrás habían encontrado queso en la Central Quesera Q, los habían guardado al fondo del todo pensando que ya no los necesitarían nunca más

Cuando Kif vio a su amigo poniéndose el chándal, le preguntó:

-No irás a salir del laberinto otra vez, ¿verdad? ¿Por qué no te quedas aquí conmigo, esperando a que devuelvan el queso?.

-Mira, Kif, no entiendes lo que pasa. Yo tampoco quería verlo, pero ahora me doy cuenta de que ya no nos devolverán aquel queso. Ese queso pertenece al pasado y ha llegado la hora de encontrar uno nuevo.

-Pero ¿y si no hay más? – repuso Kif-. Y aun en caso de que haya, ¿y si no lo encuentras?

-No lo sé- respondió Kof.

Se había formulado miles de veces esas dos preguntas y empezó a sentir de nuevo el miedo que lo paralizaba. Luego empezó a pensar en encontrar un queso nuevo y en todas las cosas buenas que eso significaría.

Entonces hizo acopio de fuerzas y dijo:

-A veces, las cosas cambian y nunca vuelven a ser como antes. Creo que estamos en una situación de este tipo, Kif ¡Así es la vida! La vida se mueve y nosotros también debemos de hacerlo.

Kof miró a su demacrado compañero e intentó hacerlo entrar en razón, pero el miedo de Kif se había convertido en ira y no quiso escucharle. Kof no quería ser brusco con su amigo, pero no pudo evitar reírse de lo estúpidamente que ambos se estaban comportando.

Mientras Kof se preparaba para salir, empezó a sentirse más vivo al tomar conciencia de que por fin era capaz de reírse de sí mismo, vencer el miedo y seguir adelante.

-¡Ha llegado el momento de volver al laberinto;- anunció.

Kif no se rió ni reaccionó.

Kof cogió una pequeña piedra afilada y escribió un pensamiento sobre la pared para que su amigo reflexionase sobre él. Tal como tenía por costumbre, Kof incluso dibujó un trozo de queso alrededor de las palabras con la esperanza de hacer sonreír a Kif y de animarlo a buscar un nuevo queso, pero su amigo no quiso mirar.

En la pared de leía:

Si no cambias, te extingues

A continuación, Kof asomó la cabeza y observó el laberinto con ansiedad. Pensó en cómo había llegado a aquella situación de carencia de queso.

Había creído que posiblemente no hubiera queso en el laberinto o que no iba a ser capaz de encontrarlo. Aquellos pensamientos llenos de miedo lo estaban paralizando y acabarían por matarlo.

Kof sonrió. Sabía que Kif se estaba preguntando “¿Quién se ha llevado mi queso?”, pero lo que él se preguntaba era “¿Por qué no me puse en marcha antes, por qué no me moví cuando lo hizo el queso?”

Al adentrarse en el laberinto, Kof miró hacia atrás, consciente de la comodidad del espacio que dejaba, y se sintió atraído hacia aquel territorio conocido pese a que llevaba mucho allí sin encontrar queso.

Kof se sentía cada vez más angustiado, y se preguntó si realmente quería volver al laberinto. Escribió una frase en la pared que tenía adelante y se quedó un rato mirándola.

¿Qué haría si no tuviera miedo?

Pensó en ello.

Sabía que, a veces, un poco de miedo es bueno. Cuando tienes miedo de que las cosas empeoren si no haces algo, el miedo puede incitarte a la acción. Pero cuando el miedo te impide hacer algo, el miedo no es bueno.

Miró hacia la derecha. Era una zona del laberinto en la que nunca había estado y sintió miedo.

Entonces, respiró hondo y se adentró en el laberinto, avanzando con paso veloz hacia lo desconocido.

Mientras intentaba encontrar el buen camino, lo primero que pensó fue que tal vez se había quedado esperando demasiado tiempo en la Central Quesera Q. Hacía tanto tiempo que no comía queso que se encontraba débil. Recorrer el laberinto le exigió más tiempo y esfuerzo de lo acostumbrado. Decidió que si alguna vez volvía a pasarle algo parecido, se adaptaría al cambio más de prisa. Eso facilitaría las cosas.

“Más vale tarde que nunca”, se dijo con una leve sonrisa.

Durante los días sucesivos, Kof encontró un poco de queso aquí y allá, pero no eran cantidades que durasen mucho tiempo. Esperaba encontrar una buena ración para llevársela a Kif y animarlo a que volviera al laberinto.

Pero Kof todavía no había recuperado la suficiente confianza en sí mismo. Tuvo que admitir que se desorientaba en el laberinto. Las cosas parecían haber cambiado desde la última vez que había estado allí.

Justo cuando pensaba que había encontrado la dirección correcta, se pedía en los pasillos. Era como si diera dos pasos adelante y uno atrás. Era todo un reto, pero tuvo que admitir que volver a recorrer el laberinto en busca de queso no era tan terrible como había temido.

Con el paso del tiempo, empezó a preguntarse si la esperanza de encontrar queso nuevo era realista. ¿No sería un sueño? De inmediato se echó a reír, al darse cuenta de que llevaba tanto tiempo sin dormir que era imposible que soñase.

Cada vez que empezaba a desalentarse, se recordaba a sí mismo que lo que estaba haciendo, por incómodo que le resultase en aquel momento, era mucho mejor que quedarse de brazos cruzados sin queso. Estaba tomando las riendas de su vida en vez de dejar simplemente que las cosas ocurrieran.

Luego se recordó que si Oli y Corri eran capaces de aventurarse, él también lo era.

Más tarde, Kof reconstruyó los hechos y llegó a la conclusión de que el queso de la Central Quesera Q no había desaparecido de la noche a la mañana, como había creído al principio. En los últimos tiempos, había cada vez menos queso y además, el que quedaba, ya no sabía tan bien.

Tal vez el queso había empezado a enmohecerse y él no lo había notado. Tuvo que admitir sin embargo, que si hubiera querido se habría percatado de lo que estaba ocurriendo. Pero no lo había hecho.

En aquel momento comprendió que el cambio no lo habría pillado por sorpresa si se hubiera fijado en que este se iba produciendo gradualmente y lo hubiese previsto. Quizás era eso lo que Oli y Corri habían hecho.

Se detuvo a descansar, y escribió en la pared del laberinto:

Huele el queso a menudo para saber cuando empieza a enmohecerse

Cuando llevaba sin encontrar queso durante un tiempo que le pareció muy largo, Kof llegó a una inmensa la Central Quesera que tenía un aspecto prometedor. Pero cuando entró sufrió una gran decepción al ver que estaba totalmente vacía.

“Ya he tenido esta sensación de vacío con demasiada frecuencia”, pensó, con ganas de abandonar la búsqueda.

A Kof empezaban a flaquearle las fuerzas. Sabía que estaba perdido y temía no sobrevivir. Pensó en dar marcha atrás y regresar a la Central Quesera Q. Al menos, si lo conseguía y Kif estaba aún allí, no se sentiría tan solo. Entonces volvió a formularse la misma pregunta de antes: “¿Qué haría si no tuviera miedo?”.

Tenía miedo mucho más a menudo de lo que estaba dispuesto a admitir. No siempre estaba seguro de qué era lo que le daba miedo, pero en aquel estado de debilidad supo que tenía miedo de seguir avanzando solo. Kof no se percataba, pero se estaba quedando atrás por culpa de sus miedos.

Se preguntó si Kif se habría movido o seguiría paralizado por sus miedos. Entonces, Kof, recordó las ocasiones en que se había sentido más a gusto en el laberinto. Siempre habían sido estando en movimiento. Escribió una frase en la pared, sabiendo que era tanto un recordatorio para sí mismo como una señal por si su compañero Kif decidía a seguirlo:

Avanzar en una dirección nuevo ayuda a encontrar un nuevo queso

Kof miró el oscuro corredor y fue consciente de su miedo. ¿Qué le esperaba ahí dentro? ¿Estaba vacío? O peor aún: ¿había peligros escondidos? Empezó a imaginar todos tipo de cosas aterradoras que podrían ocurrirle. Cada vez sentía más pavor.

Entonces se rió de sí mismo. Comprendió que lo único que hacían sus miedos era empeorar las cosas. Por eso, hizo lo que hubiera hecho de no tener miedo: avanzó en una nuevo dirección. Cuando empezó a correr por el oscuro pasillo , una nueva sonrisa se dibujó en sus labios. Kof todavía no lo comprendía, pero estaba descubriendo lo que alimentaba su alma. Se sentía libre y tenía confianza en lo que le aguardaba, aunque no supiera exactamente qué era.

Para su sorpresa, vio que cada vez se lo pasaba mejor. “¿Por qué me siento tan bien?- se preguntó –No tengo ninguna pizca de queso ni sé hacia donde voy”.

No tardó en comprender porqué se sentía de aquel modo. Y se entretuvo para escribir de nuevo en la pared:

Cuando dejas atrás el miedo, te sientes libre

Kof comprendió que había sido prisionero de su propio miedo. Avanzar en una dirección nueva lo había liberado. En ese momento notó la brisa que corría por aquella parte del laberinto y le pareció refrescante. Respiró hondo unas cuantas veces y se sintió revitalizado. Después de haber dejado atrás el miedo, todo resultó mucho más agradable de lo que él había pensado que sería.

Hacía mucho tiempo que no se sentía de aquella manera. Casi había olvidado lo divertido que era.

Para que todo fuera aún mejor, Kof empezó a hacer un dibujo en su mente. Se veía con todo detalle y gran realismo, sentado en medio de un montón de sus quesos favoritos, desde el Cheddar hasta el brie. Se vio comiendo de todos los quesos que le gustaban y disfrutó con lo que vio. Luego imaginó lo felicísimo que lo harían todos aquellos sabores.

Cuanto más clara veía la imagen del nuevo queso, más real se volvía y presentía que iba a encontrarlo.

Imaginarse disfrutando del queso nuevo antes incluso de encontrarlo conduce hacia él.

“¿Por qué no lo había hecho antes?”, se preguntó.

Entonces, echó a correr por el laberinto con más energía y agilidad. Al poco localizó otra la Central Quesera en cuya puerta vio, con gran excitación, unos pedacitos de un nuevo queso.

Vio tipos de queso que no conocía pero que tenían un aspecto fantástico. Los probó y le parecieron deliciosos. Comió de casi todos y se guardó unos trozos en el bolsillo para más tarde y quizás para compartirlos con su amigo Kif. Empezó a recuperar las fuerzas.

Entró a la Central Quesera muy excitado, pero, para su consternación, descubrió que estaba vacía. Allí ya había estado alguien y solo había dejado unos pedazos pequeños del nuevo queso.

Comprendió que si se hubiera movido antes, con toda probabilidad habría encontrado allí más cantidad de queso.

Kof decidió volver atrás y averiguar si Kif estaba dispuesto a acompañarlo.

Mientras desandaba el camino, se detuvo y escribió en la pared:

Cuanto antes se olvida el queso viejo, antes se encuentra el nuevo queso

Al cabo de un rato Kof llegó a la Central Quesera Q y encontró a Kif. Le ofreció unos pedazos de queso, pero su amigo los rechazó.

Kif agradeció el gesto, pero dijo:

-No creo que me guste ese nuevo queso. No estoy acostumbrado a él. Yo quiero que me devuelvan mi queso, y no voy a cambiar de actitud hasta que esto ocurra.

Kof sacudió la cabeza, decepcionado, y volvió a salir solo. Mientras regresaba al punto más alejado del laberinto al que había llegado, aunque echaba de menos a su amigo, le gustaba lo que iba descubriendo. Incluso antes de encontrar lo que esperaba que fuese una gran reserva de queso nuevo, si es que llegaba a encontrarla, sabía que no era sólo tener queso lo que le hacía sentirse feliz.

Se sentía feliz porque no los dominaba el miedo y porque le gustaba lo que estaba haciendo en aquellos momentos.

Al darse cuenta de ello, no se sintió tan débil como cuando estaba sin queso en la Central Quesera Q. El solo hecho de saber que no permitía que el miedo lo paralizase y que había tomado una nueva dirección le daba fuerzas.

En esos instantes supo que encontrar lo que necesitaba era sólo cuestión de tiempo. De hecho, ya había encontrado lo que buscaba.

Sonrió y escribió en la pared:

Es más seguro buscar en el laberinto que quedarse de brazos cruzados sin queso

Kof advirtió de nuevo, como ya había hecho antes, que lo que nos da miedo nunca es tan malo como lo que imaginamos. El miedo que dejamos crecer en nuestra mente es peor que la situación real. Había temido tanto no encontrar queso que ni siquiera se había atrevido a buscarlo. Sin embargo,

desde que había empezado el recorrido había encontrado queso suficiente para sobrevivir. Y esperaba encontrar más. Mirar hacia delante era excitante.

Su antigua manera de pensar se había visto afectada por temores y preocupaciones. Antes pensaba en la posibilidad de no tener bastante queso o de que no le durase el tiempo necesario. Solía pensar más en lo que podía ir mal que en lo que podía ir bien.

Pero eso había cambiado desde que dejó la Central Quesera Q.

Antes pensaba que el queso no debía moverse nunca de su sitio y que los cambios no eran buenos. Ahora veía que era natural que se produjeran cambios constantes, tanto si uno los esperaba como si no. Los cambios solo podían sorprenderte si no los esperabas ni contabas con ellos.

Cuando advirtió que su sistema de creencias había cambiado, hizo una pausa para escribir en la pared:

Las viejas creencias no conducen al nuevo queso

Kof todavía no había encontrado nada de queso, pero mientras corría por el laberinto pensó en lo que había aprendido hasta entonces. Advirtió que las nuevas creencias estimulaban conductas nuevas. Se estaba comportando de manera muy distinta que cuando volvía día tras día a la misma la Central Quesera vacía.

Supo que, al cambiar de creencias, había cambiado de forma de actuar. Todo dependía de lo que decidiera creer. Escribió de nuevo en la pared:

Cuando ves que puedes encontrar nuevo queso y disfrutar de el, cambias de trayectoria

Kof supo que, si hubiera aceptado antes el cambio y hubiese salido enseguida de la Central Quesera Q, ahora se encontraría mucho mejor. Se sentiría más fuerte física y mentalmente y habría afrontado mejor el reto de buscar un nuevo queso. En realidad, si hubiera previsto el cambio, en vez de

perder el tiempo negando que este se había producido, probablemente ya habría encontrado lo que buscaba.

Hizo acopio de fuerzas y decidió explorar las zonas más desconocidas del laberinto. Encontró pedazos de queso aquí y allá, y recuperó el ánimo y la confianza en sí mismo.

Mientras pensaba en el camino que llevaba recorrido desde que había salido de la Central Quesera Q, se alegró de haber escrito frases en diversos puntos. Esperaba que esas frases le indicaran el camino a Kif si este decidía salir en busca de queso.

Se detuvo y escribió en la pared lo que llevaba tiempo pensando:

Notar enseguida los pequeños cambios ayuda a adaptarse a los cambios más grandes que están por llegar

En esos momentos, Kof ya se había liberado del pasado y se estaba adaptando al futuro. Avanzó por el laberinto con más energía y a mayor velocidad. Y al poco, lo que estaba esperando ocurrió.

Cuando ya le parecía que llevaba toda la vida en el laberinto, su viaje (o al menos aquella parte del viaje) terminó rápida y felizmente.

¡Encontró nuevo queso en la Central Quesera N!

Al entrar, se quedó pasmado por lo que vio. Había las montañas más grandes de queso que se hubieran visto jamás. No los reconoció todos, ya que algunos eran totalmente nuevos para él.

Por unos momentos se preguntó si aquello era real o sólo producto de su imaginación, pero entonces vio a Oli y Corri.

Oli le dio la bienvenida con un movimiento de la cabeza, y Corri lo saludó con la pata. Sus abultadas barriguitas indicaban que llevaban ahí mucho tiempo.

Kof les devolvió el saludo y enseguida se puso a probar sus quesos favoritos. Se quitó las zapatillas y el chándal y lo dobló cuidadosamente, dejándolo a su lado por si lo necesitaba de nuevo. Cuando hubo comido hasta la saciedad, cogió un pedazo del nuevo queso y lo alzó hacia el cielo en señal de brindis.

- ¡Por el Cambio!

Mientras saboreaba el nuevo queso, Kof pensó en todo lo que había aprendido. Se percató de que, mientras había tenido miedo del cambio, se había aferrado a la ilusión de un queso viejo que ya no existía.

¿Qué lo había hecho cambiar? ¿Había sido el miedo a morir de hambre?

“Bueno, eso también ha contribuido”, se dijo Kof..

Entonces se echó a reír y se dio cuenta de que había empezado a cambiar cuando había aprendido a reírse de la propia estupidez. Después de hacerlo uno ya es libre y puede seguir avanzando.

Supo que había aprendido algo muy útil de Oli y Corri, sus amigos los ratones, sobre el hecho de avanzar. Los ratones llevaban una vida simple. No analizaban en exceso ni complicaban demasiado las cosas. Cuando la situación cambió y el queso se movió de sitio, ellos hicieron lo mismo Kof prometió no olvidar eso.

Entonces utilizó su maravilloso cerebro para hacer algo que las personitas pueden hacer mejor que los ratones. Reflexionó sobre los errores cometidos en el pasado y los utilizó para trazar un plan para su futuro. Supo que uno podía aprender a convivir con el cambio.

Uno podía ser más consciente de la necesidad de conservar las cosas sencillas, ser más flexible y moverse más de prisa.

No servía de nada complicar las cosas o confundirse a uno mismo con creencias que dan miedo.

Si uno advertía cuando empezaban a producirse los cambios pequeños, estaría más preparado para el gran cambio que antes o después seguramente se produciría.

Kof se dio cuenta de que era necesario adaptarse deprisa, porque si uno no lo hacía, tal vez no podría adaptarse jamás.

Tuvo que admitir que el inhibidor más grande de los cambios está dentro de uno mismo y que las cosas no mejoran para uno mientras uno no cambia.

Pero lo más importante de todo era que cuando re quedabas sin el queso viejo, en otro lugar siempre había un nuevo queso, aunque en el momento de la pérdida no lo vieras. Y que te veías recompensado con ese queso nuevo tan pronto como dejabas atrás los miedos y disfrutabas con la aventura de la búsqueda.

Supo que el miedo es algo que uno debe respetar ya que te aparta del peligro verdadero, pero advirtió que casi todos sus miedos eran irracionales y que lo habían apartado del cambio, cuando lo que él realmente necesitaba era el cambio.

Cuando se produjo el cambio, no le había gustado, pero ahora comprendía que había sido una bendición, ya que lo habían llevado a encontrar un queso mejor.

Incluso había encontrado una parte mejor de sí mismo.

Mientras Kof pasaba revista a lo que había aprendido, se acordó de su amigo Kif. Se preguntó si habría leído algunas de las frases que había escrito en las paredes de la Central Quesera Q y del laberinto.

¿Habría decidido liberarse del miedo y salir de la quesera? ¿Habría entrado en el laberinto y descubierto que su vida podía ser mejor?

Kof pensó en la posibilidad de volver a la Central Quesera Q y tratar de encontrar a Kif, suponiendo que diera con el camino de vuelta hacia allí. Si

encontraba a su amigo, tal vez podría enseñarle la manera de salir del apuro. Pero después se dio cuenta de que ya había intentado que su amigo cambiara.

Kif tenía que encontrar su propio camino, prescindiendo de las comodidades y dejando los miedos atrás. Nadie podía hacerlo por él, ni convencerlo de que lo Kof sabía que había dejado un buen rastro por el camino para que Kif lo siguiera. Lo único que tenía que hacer era leer las frases que él había escrito en la pared.

Se dirigió hacia la pared más grande de la Central Quesera N y escribió un resumen de todo lo que había aprendido. A continuación dibujó un gran pedazo de queso alrededor de todos los pensamientos que se le habían hecho evidentes, y sonrió al contemplar el conjunto.

EL CAMBIO ES UN HECHO

El queso se mueve constantemente

PREVÉ EL CAMBIO

Permanece alerta a los movimientos del queso

CONTROLA EL CAMBIO

Huele el queso a menudo para saber si se está enmohecendo

ADÁPTATE RÁPIDAMENTE AL CAMBIO

Cuanto antes se olvida el queso viejo, antes se disfruta el nuevo

¡CAMBIA!

Muévete cuando se mueva el queso

DISFRUTA EL CAMBIO

Saborea la aventura y disfruta del nuevo queso

PREPÁRATE PARA CAMBIAR RÁPIDAMENTE Y DISFRUTAR OTRA VEZ

El queso se mueve constantemente

Kof advirtió lo lejos que había llegado desde que saliera de la Central Quesera Q en la que había dejado a Kif, pero supo que le sería fácil cometer el mismo error si no estaba atento. Así pues, todos los días inspeccionaba la Central Quesera N para saber en qué estado se encontraba el queso. Iba a hacer todo lo posible para impedir que el cambio lo pillase desprevenido.

Aún quedaba mucho queso, pero Kof salía a menudo del laberinto y exploraba nuevas zonas para estar en contacto con lo que ocurría a su alrededor. Advertía que era más seguro estar al corriente de sus posibilidades reales que aislarse en su zona segura y confortable.

De pronto le pareció oír ruido de movimiento en el laberinto. El ruido era cada vez más fuerte, y advirtió que se acercaba alguien.

¿Sería Kif? ¿Estaría a punto de doblar la esquina?

Kof rezó una oración y esperó, como tantas veces había hecho, que su amigo finalmente hubiese sido capaz de....