

AÚN NOS QUEDAN BAILES

Historias, reflexiones y motivos para seguir dando



LA HISTORIA DE JOHNNY

Siempre tenemos algo que dar

Nos recuerdan que algunas de las cosas que más pueden importar en la vida empiezan con algo aparentemente pequeño: una frase, una bolsa de supermercado, un poco de tiempo y una persona que piensa en otra persona.

Hay historias que impresionan por lo extraordinario de lo que ocurre en ellas.

Y hay otras que hacen justo lo contrario.

Nos recuerdan que algunas de las cosas que más pueden importar en la vida empiezan con algo aparentemente pequeño.

Una frase.

Una bolsa de supermercado.

Un poco de tiempo al terminar el día.

Una persona que piensa en otra persona.

La historia de Johnny pertenece a esas últimas.

Te recomiendo que, si puedes, escuches el audio que acompaña este artículo. No porque necesites hacerlo para entender lo que voy a contarte —aquí encontrarás la historia y suficiente contexto para seguirla—, sino porque hay historias que tienen otra fuerza cuando se escuchan completas.

Y esta es una de ellas.



Escuchar la historia completa

Audio narrado de «La historia de Johnny» disponible en la plataforma de Aún Nos Quedan Bailes.

JOHNNY EMBOLSABA LA COMPRA

Johnny tenía 19 años y trabajaba en un supermercado.

Su trabajo consistía en embolsar la compra de los clientes.

Además, Johnny tenía síndrome de Down.

Un día asistió a una sesión de formación que impartía Barbara Glanz a varios miles de trabajadores de una cadena de supermercados: cajeros, camioneros, reponedores, personas que atendían a los clientes y empleados que realizaban todo tipo de tareas cotidianas.

Barbara habló de una idea bastante sencilla:

«Cada encuentro con una persona puede ser una oportunidad para dejar algo bueno. Un recuerdo. Una palabra. Un gesto. Algo que haga que esa persona continúe su día un poco mejor de como llegó.»

Terminó la sesión y dejó un número de teléfono por si alguno de los asistentes quería hablar posteriormente con ella.

Un mes después recibió una llamada. Era Johnny.

Le contó que había estado pensando en aquello que había escuchado. Y había un problema: Johnny no tenía demasiado claro qué podía hacer él.

Al fin y al cabo, pensaba, era el muchacho que metía las compras en las bolsas. Pero siguió pensando. Hasta que tuvo una idea.

¿QUÉ PUEDO HACER YO?



Johnny y su padre preparando e imprimiendo las frases personalizadas para los clientes.

Johnny decidió que cada noche, cuando llegara a casa, buscaría una frase para entregar a los clientes al día siguiente.

Algo positivo. Un pensamiento. Un recordatorio de que hay cosas buenas en la vida que a veces pasamos por alto. Y si no encontraba una frase que le gustara, la inventaría él.

Su padre le ayudaba. Preparaban las frases en el ordenador, las imprimían y después Johnny las recortaba. Una por una. Y las firmaba. Preparaba cientos.

Al día siguiente llevaba aquella pequeña pila de papeles al supermercado. Cuando terminaba de embolsar la compra de un cliente, colocaba uno encima de los productos.

Entonces hacía algo más:

Se detenía.

Miraba a la persona a los ojos.

Y le explicaba que había puesto una frase en su bolsa y que esperaba que le ayudara a pasar un buen día.

Después le daba las gracias por haber ido al supermercado.

«Qué bonito. Ponía frases en las bolsas.»

Podemos leer esta historia deprisa y quedarnos simplemente con la ocurrencia. Pero creo que entonces nos perderíamos casi todo. Porque la historia había empezado mucho antes de que aquel

papel llegara a la bolsa. Había empezado la noche anterior.

JOHNNY PENSABA EN ELLOS ANTES DE CONOCERLOS

Esto es quizá lo que más me interesa de toda la historia.

Johnny sabía que al día siguiente pasarían personas por delante de él. No sabía exactamente quiénes serían. No conocía sus problemas. No sabía si vendrían contentas, preocupadas, cansadas, solas, con prisa o simplemente haciendo la compra de todos los días.

Pero pensaba en ellas.

Y dedicaba una parte de su noche a preparar algo para esas personas: buscaba la frase, si no la encontraba la inventaba, necesitaba ayuda de su padre, imprimía, recortaba, firmaba y lo preparaba todo para entregarlo.

«Quiero hacer algo bueno por las personas que se van a encontrar conmigo mañana.»

Para mí, ahí está una parte esencial de la historia. No en el papel, sino en la intención. En pensar en el otro antes de encontrarse con él. En no preguntarse únicamente qué voy a recibir mañana, cómo será mi jornada o cuándo terminaré de trabajar, sino también:

¿Qué puedo poner yo en este día?

Y EMPEZARON LAS COLAS



Clientes esperando pacientemente en la línea de Johnny para recibir su frase del día.

Algún tiempo después ocurrió algo que nadie había organizado. El gerente del supermercado observó que una de las filas de cajas era mucho más larga que las demás. Era la fila donde trabajaba Johnny. Llegaba hasta el pasillo de los congelados.

El gerente pidió que abrieran más cajas. Lo normal hubiera sido que los clientes se cambiaran inmediatamente. Pero no quisieron. Preferían esperar. Querían pasar por donde estaba Johnny.

Una mujer explicó que antes hacía la compra una vez por semana y que ahora iba prácticamente todos los días porque quería recibir la frase de Johnny.

Pensemos un momento en esto: no estamos hablando de un premio, ni de un descuento, ni de un regalo de gran valor económico. Era un papel. Una frase.

Pero tampoco era solo un papel. La gente sabía que alguien había pensado en aquello, que lo había preparado, recortado, firmado y que se lo entregaría personalmente. Había algo de Johnny dentro de aquella frase. Y eso cambia las cosas.

EL VALOR DE LO QUE DAMOS NO PUEDE MEDIRSE SOLO DESDE FUERA



El valor intrínseco de lo que entregamos nace del compromiso interior y personal.

A veces evaluamos lo que damos únicamente por su tamaño visible: cuánto dinero, cuántas horas, cuántas personas, qué repercusión o qué resultado.

Pero quizá necesitamos otra forma de medir. Porque no cuesta lo mismo dar algo a todas las personas. Un millón de euros es una cantidad enorme, pero si alguien tiene mil millones, representa una proporción muy diferente de sus recursos que un euro para una persona que tiene mil.

Lo mismo ocurre con el tiempo, con las fuerzas, con las capacidades, con el esfuerzo y con la atención. Hay cosas que para una persona pueden resultar sencillas y para otra requieren muchísimo.

«El valor de lo que damos no se mide solamente por su tamaño visible. También por lo que ponemos de nosotros al darlo.»

Y eso importa mucho en la historia de Johnny. Porque tenía síndrome de Down. No hace falta disimularlo, ni evitarlo, ni convertirlo en un detalle secundario para ser políticamente correctos. Forma parte de la historia.

Su padre tenía que ayudarle a preparar las frases. No siempre encontraba lo que quería decir y tenía que inventarlo. Después preparar los papeles, recortarlos y firmarlos, repitiendo el proceso. Lo que para otra persona podía haber sido relativamente sencillo suponía para él un esfuerzo determinado. Y eso estaba dentro del regalo. No convierte a Johnny en alguien digno de lástima; todo lo contrario: nos permite apreciar mejor lo que estaba haciendo.

CADA UNO DA DE LO QUE TIENE

Hay una frase muy sencilla que me gustaría que formara parte de Aún Nos Quedan Bailes:

«Siempre tenemos algo que dar.»

No todos tenemos lo mismo ni tenemos que dar de la misma manera. Una persona puede disponer de mucho dinero y utilizar parte de él para hacer cosas buenas; otra puede tener experiencia; otra tiempo; otra conocimientos; otra contactos; otra una habilidad concreta; otra sabe escuchar; otra acompaña especialmente bien; otra sabe enseñar; otra cocina para alguien; otra sabe arreglar algo; otra puede acercarse en coche a una persona que lo necesita; otra puede llamar; otra puede sentarse a tomar un café; otra puede decir una frase.

No tenemos que comparar todas esas cosas constantemente. Cada uno da desde lo que tiene y también desde lo que es. El problema empieza cuando creemos que, porque no podemos hacer algo enorme, no podemos hacer nada que importe. La historia de Johnny contradice esa idea de una manera preciosa.

LO PEQUEÑO NO SIEMPRE ES PEQUEÑO



Un gesto aparentemente simple puede transformar la jornada de quien lo recibe.

Johnny entregaba un papel. Desde fuera, poca cosa. Pero una mujer empezó a ir casi todos los días al supermercado para recibirlo. ¿Era pequeño entonces? ¿Quién decide cuánto vale un gesto?

Quien da puede conocer su esfuerzo, pero no siempre puede conocer lo que aquello significa para quien lo recibe. Tal vez una llamada que para nosotros dura cinco minutos sea la única conversación tranquila que alguien tenga ese día. Quizá algo que aprendimos hace treinta años y que damos por supuesto sea exactamente lo que otra persona necesita comprender.

Puede que una recomendación abra una puerta; que una presentación entre dos personas termine en amistad; que una conversación ayude a alguien a tomar una decisión; que una palabra permanezca mucho más tiempo de lo que imaginamos.

No hace falta romantizarlo: no todas las frases cambian una vida ni todos los gestos producen resultados extraordinarios. Pero tampoco deberíamos cometer el error contrario: **pensar que algo carece de valor simplemente porque parece pequeño.**

Y ENTONCES OCURRIÓ ALGO TODAVÍA MÁS INTERESANTE

Para mí, esta es una de las partes más hermosas de toda la historia: lo que hacía Johnny empezó a contagiarse. No en el sentido de que los demás trabajadores empezaran también a introducir frases en las bolsas —eso hubiera sido simplemente copiarlo—, sino que ocurrió algo mejor: cada uno comenzó a encontrar su propia manera.

Cuando en la floristería quedaba alguna flor que antes se habría tirado, empezaron a buscar por el supermercado a alguna mujer mayor o a alguna niña para regalársela. Otros empleados encontraron sus propios pequeños detalles. La actitud de Johnny había provocado una pregunta en los demás:

«¿Y yo qué puedo hacer?»

Eso me interesa muchísimo para Aún Nos Quedan Bailes. Porque no quisiera que ANQB fuera solamente un sitio donde vienes a recibir cosas (un artículo, un audio, un recurso, un curso, una conversación, una comunidad). Queremos recibir, naturalmente; todos lo necesitamos. Pero también me gustaría que aquí sucediera algo parecido a lo que ocurrió alrededor de Johnny: que el bien genere más bien. Que una idea recibida llegue a su familia, a un amigo, a un vecino, a alguien en dificultad o a una comunidad.

«La pregunta no es: ¿Cómo puedo parecerme a Johnny? La pregunta es: ¿Cuál es mi manera?»

AÚN PUEDO DAR

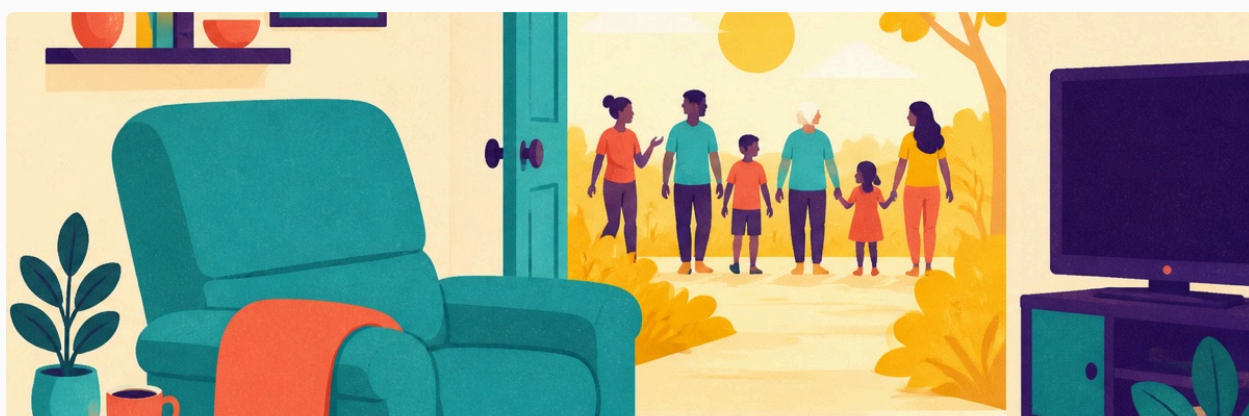
Dentro de Aún Nos Quedan Bailes hay una idea que para mí tiene cada vez más importancia: **Aún puedo dar.**

Y conviene explicar bien lo que significa. No quiere decir: «A ver si todavía conseguimos ser útiles», ni: «A pesar de la edad, aún servimos para alguna cosa». No. No estamos pidiendo permiso a nadie para tener valor ni necesitamos demostrarlo.

«Aún puedo dar» significa algo mucho más sencillo y digno: **Tengo algo. Y alguna parte de eso que tengo puede hacer bien a otra persona.**

Tal vez cambie con los años lo que puedo ofrecer (las fuerzas, el tiempo, el dinero, la salud, el trabajo). Pero cambiar la forma de dar no significa dejar de tener algo que dar. Ese es uno de los «bailes» que quiero que descubramos juntos.

Y TAMBIÉN: LO QUE SOSTIENE POR DENTRO



Al otro lado del sillón reclinable: salir de la zona de confort para conectar con los demás.

Hay otra dimensión de esta historia que no quiero dejar fuera. La historia de Johnny procede de una predicación, y en su contexto aparece una imagen provocadora: **el sillón reclinable.**

No porque sentarse o descansar sea malo. A mí no me interesa una vida en la que todo tenga que ser productivo; también necesitamos descanso, placer, silencio y diversión. El problema es otro: ¿qué ocurre cuando la vida se va reduciendo poco a poco a trabajar para llegar al descanso, descansar para volver al trabajo y llenar todos los espacios disponibles con comodidad y entretenimiento? ¿Qué pasa si dejamos de mirar alrededor, de relacionarnos, de salir y de dar?

«Nuestra asignación divina, nuestro propósito por el cual nacimos, todo aquello que Dios quiere que seamos está justamente al otro lado del sillón reclinable.»

Es una frase de fe, y quiero conservarla como tal. Para quien cree en Dios, puede abrir una pregunta muy profunda: **¿Para qué puede seguir contando Dios conmigo?** Hoy, con mi edad, mi salud, mis circunstancias y mis límites. ¿Qué tengo delante y qué puedo hacer con ello? Eso forma parte de otro espacio importante de Aún Nos Quedan Bailes: **Lo que sostiene por dentro.**

UNA VIDA CON PROPÓSITO NO TIENE QUE SER UNA VIDA ESPECTACULAR

«Propósito» es una palabra que a veces hemos hecho demasiado grande. Parece que para tener propósito haya que crear una fundación, escribir un libro o montar una empresa. Johnny estaba embolsando la compra y allí encontró una respuesta.

Quizá nuestra aportación no esté en algún lugar lejano: puede estar dentro de la vida que ya tenemos, en la familia, en la calle, en el trabajo, en la comunidad o en una conversación. A veces basta con preguntarse: **¿Quién hay delante de mí?** y después: **¿Qué tengo yo que pueda hacerle bien?**

RECIBIR Y DAR



Comunidad: el espacio donde dar y recibir conviven con dignidad y alegría.

Hay etapas en las que damos mucho y otras en las que necesitamos recibir mucho. Incluso pueden ocurrir las dos cosas a la vez. Una persona puede necesitar ayuda física y saber escuchar mejor que nadie; atravesar una dificultad y continuar siendo generosa.

Una comunidad de verdad es aquella donde podemos hacer ambas cosas sin vergüenza: recibir cuando lo necesitamos y dar cuando tenemos algo que aportar, sin convertirlo en una competición.

¿QUÉ PONEMOS NOSOTROS EN LA BOLSA?

Johnny sabía que las personas se irían del supermercado llevando una bolsa y decidió poner algo más dentro. Las personas pasan continuamente por nuestra vida (familia, amigos, compañeros,

vecinos o alguien en un ascensor). ¿Qué se llevan después de encontrarse con nosotros?

No se trata de dar grandes enseñanzas permanentes, sino de algo cotidiano: atención, respeto, generosidad, interés, una ayuda puntual y un poco de lo que tenemos.

QUIZÁ ESE SEA UNO DE NUESTROS PRÓXIMOS BAILES

Aún Nos Quedan Bailes nació precisamente de una idea: lo vivido importa muchísimo. Que nos quiten lo bailado. Pero la frase no termina ahí: **aún nos quedan bailes**.

Algunos tendrán que ver con lo que queremos disfrutar o aprender, y otros con lo que todavía queremos dar. No para justificar nada, sino porque estamos vivos y porque conseguir que algo bueno de nosotros alcance a alguien más es una de las formas más hondas de disfrutar de lo que nos queda.



ANTES DE IRTE, QUÉDATE CON ESTAS 4 PREGUNTAS

1. ¿Qué tienes hoy —experiencia, tiempo, conocimientos, dinero, atención, relaciones, capacidad de escuchar o cualquier otra cosa— que podría hacer bien a otra persona?
2. ¿Hay algo que a ti te parece pequeño, pero que quizá tenga mucho más valor para quien lo recibe de lo que imaginas?
3. Si tuvieras que encontrar tu propia «frase en la bolsa», sin copiar la de Johnny, ¿cuál podría ser tu manera concreta de hacer bien a las personas que pasan por tu vida?
4. Y si la pregunta forma parte de tu fe: ¿para qué crees que Dios puede seguir contando contigo en esta etapa de tu vida?

SI ESTO TAMBIÉN TIENE QUE VER CONTIGO: ENTRA EN AÚN NOS QUEDAN BAILES

Aún Nos Quedan Bailes es un espacio para seguir disfrutando, aprendiendo, conversando, cuidando lo que nos sostiene por dentro y descubriendo qué queremos hacer con esta etapa de nuestra vida.

Membresía Basic (Gratuita)

Accede de manera libre a los contenidos, artículos y espacios abiertos que compartimos periódicamente con la comunidad.

[Quiero unirme gratis – Basic](#)**Membresía Premium**

Acceso ampliado a cursos, recursos exclusivos y espacios de comunidad continua para profundizar en cada baile.

[Conocer Premium \(Mensual / Anual\)](#)

No se trata de acumular contenidos. Se trata de seguir teniendo conversaciones, preguntas, personas y motivos para levantarnos del sillón cuando al otro lado hay algo —o alguien— que merece la pena.

Porque lo bailado ya forma parte de nosotros. Y aún nos quedan bailes.