

Simón Cohen, el hombre que creyó que el trabajo puede crear felicidad



La noche del **20 de mayo** de 2006, **Simón Cohen** estaba en **Hong Kong** haciendo negocios cuando un **extraño dolor** apareció **en su pecho**, iniciando así una **lucha** que jamás había experimentado.

En su intento por retomar el control, **el dolor se agudizó** hasta provocar que **cayera inconsciente al piso**. Justo antes de eso, llegó a su mente un **pensamiento** que marcaría el rumbo de su vida.

“Pensé en mis papás, mis hijas, mis amigos. Al final del día no pensé en contenedores, ni en dinero, ni en nada de eso”, recuerda Cohen.

Cuando Simón abrió los ojos estaba en una **ambulancia** acompañado de su esposa, mientras intentaba aguantar ese **inesperado** y **extraño consejero** que se presentó sin invitación a su vida.

Ese **20 de mayo** Simón inició un **cambio** que llevaría a su **empresa** a ser **reconocida** como **una de las mejores para trabajar** bajo una metodología que él mismo desarrolló y a publicar un libro que llamó la atención del **escritor Deepak Chopra**.



width="900" loading="lazy">

"Me siento mal": el dolor de pecho que cambió su vida

Simón dirigía [Henco Global](#), una empresa que había **fundado** en **1998** luego de trabajar en la empresa textil de su papá.

Uno de sus **principales objetivos** era que su **compañía de logística** fuera **exitosa** y acumular las mayores ganancias posibles para su familia, lo que lo llevó años más tarde junto a su esposa a un **viaje de negocios en Hong Kong, China**.

Simón recuerda que durante la semana **no pudo dormir** bien por el "*jet lag*", sumado a la **presión** y el **estrés** de cerrar los tratos que había ido a hacer a las "**antípodas**", justo al otro lado del planeta.

*"Cuando llegó el **viernes** estaba como fumigado, **me sentía mal**, tenía **problemas para respirar**. Tenía como un calambre desde el coxis hasta el cuello",* menciona.

El último compromiso de su **noche del viernes** era una cena con un grupo de japoneses que al llegar fue recibido por Simón levantándose de su silla.

*"**Me siento mal**",* fueron las palabras que alcanzaron a salir de su boca. Unos **10 segundos después**, recibió lo que describe como un **golpe** en el **pecho** que lo dejó **inconsciente** hasta que despertó en una **ambulancia**.

Una semana **sin dormir**, reuniones de negocios y una **fatiga constante** por buscar ser la **mejor empresa de logística** lo habían llevado al hospital al otro lado del mundo, alejado de su natal México

*"Me dijeron que era **Wolf Parkinson White**, un **doble impulso** eléctrico del **corazón**",* menciona.



width="900" loading="lazy">

En la oscuridad de la noche, la luz de las estrellas lo "iluminaron"

Medicinas y tratamientos se convirtieron en los "compañeros" de Simón por un año, hasta que un día decidió **huir de todo** e irse a una **playa** con sus **3 hijas pequeñas** y su **esposa**.

"Dejé las medicinas y nos fuimos a la playa. Un buen día se fue la luz y salimos mis hijas, esposa y yo a ver las estrellas."

"Estábamos en una toalla viendo al cielo buscando figuritas en las estrellas. Cuando las abrazo me solté a llorar y pensé: 'Qué idiota, estoy buscando la meta equivocada'", asegura Cohen.

Ahí tomó la **decisión** de ser la **persona más feliz del mundo** y buscar esa meta no solo para él sino para quienes lo rodearan, su **familia**, sus **empleados** y **amigos**.

"La vida es muy corta para ser felices solo los fines de semana", dice Cohen mientras sonríe al recordar la escena.

"La vida es muy corta para ser felices solo los fines de semana".



width="900" loading="lazy">

Con el propósito de ser una empresa feliz

El viaje a la playa llegó a su fin y traería de vuelta a un Simón con ganas de **cambiar los objetivos de Henco Global**.

Su viaje lo inspiró para desarrollar la **metodología High Performance Happy People** en la que **trabajar intensamente** en un **ambiente** que promueve la **felicidad** impacta positivamente en el **éxito laboral**.

*“La idea era que **yo quería ser feliz**. Necesitaba estar **rodeado de gente feliz**, así que lo único que le pedí a mi gente es que tenía que ser el **mejor lugar para trabajar**.”*

*“Creamos un gran **lugar** donde yo te doy **tiempo para dormir bien**, para **comer bien** y para hacer **ejercicio**. Hay que **trabajar intensamente** y eso nos **ayuda a ser felices**”, recuerda.*

Su **metodología** también se basa en aspectos como que un **líder** debe estar al **servicio** de sus **empleados** y buscar que sean felices a la hora de trabajar.



width="900" loading="lazy">

Su metodología de la felicidad, caso de estudio en Harvard

Cohen menciona además que el **bienestar** y el **alto rendimiento** están conectados, impactan entre ellos y deben promoverse de igual manera.

*“Cuando les dije eso a mis empleados muchos me compraron la idea. **Algunos se bajaron del barco, pero otros se subieron y remarón con todo**”, menciona.*

Ese cambio llevó a **Henco Global** a crecer exponencialmente **10 veces más**, llegando a ser reconocida además como una de las **20 mejores empresas** para trabajar en México.

Además la [universidad de Harvard](#) dedicó un **caso de estudio** a la empresa contando la historia de Henco Global.

“No nos mencionan como los más grandes del mundo ni como los más ricos. Eso es una consecuencia y ojalá algún día llegue.

*“Nos **premiaron** por ser **gente buena, noble, humilde** y tratar dignamente a los clientes, proveedores y competidores. **Eso es lo que me da más orgullo**”, asegura.*

El inolvidable viaje en el "vocho" naranja

Proveniente de un hogar de clase media, Simón, junto a sus **padres** y **hermanos** vivieron varias **crisis financieras**, como la de **1994**, el llamado "**error de diciembre**", que causó una fuerte devaluación del peso, quiebras y desempleo en México.

Sin embargo, su padre siempre se mantuvo firme para darles el apoyo para salir adelante, comenta Simón.

A sus **5 años**, sus **papás** subieron a **Simón** y su hermano mayor **José** a un **Volkswagen 1,600 color naranja**.

Con el ruido característico del motor de 44 caballos de fuerza del "**vocho**", uno de los automóviles más populares en la época, abandonaron la **Ciudad de México** para buscar mejor suerte en **Monterrey**.



width="900" loading="lazy">

Madrugadas de nado y su sueño olímpico

Simón, José y su otro hermano **Daniel**, que nació luego de su llegada a Monterrey, estudiaron en el [Tecnológico de Monterrey](#).

Simón estudió **Negocios Internacionales** e ingresó al **equipo representativo de natación** por recomendación de un médico, luego de sufrir cuadros de **alergias y asma**.

Cohen llegaba **todos los días** a las **5 de la mañana** al campus a entrenar y luego se cambiaba para sus clases de las 7 de la mañana y a la 1 de la tarde volvía a entrenar entre clases.

Su objetivo era **clasificar** para los **Juegos Olímpicos**, pero cuando le avisaron que **no lograría su pase**, decidió dedicar su tiempo en la **empresa** de su **padre**.

Estar a "full" lo lleva al éxito... y al borde de la muerte

Simón empezó a **trabajar** en la empresa de su papá, quien le pidió que se encargara de las **exportaciones**.

*“Los **servicios** eran **terribles**, era todo a mano y era muy **complicado** manejar **logística global**”, recuerda.*

Buscando dar **solución** a ese **problema** y tras la **llamada** de un **proveedor alemán** que buscaba un contacto en Monterrey, Simón decidió que era **momento** de **iniciar** su propia empresa.

*“Me dice (el proveedor) en la llamada ‘¿No conoces a alguien que tenga un buen **networking**?’ y le digo que sí, que yo. **No sabía cómo empezar**, era un chavito de 22 años.*

*“Ahí viene la magia del **Tec** porque yo no conocía a la familia de algunos amigos. Les pedí ayuda y el papá de uno era director general en **Vitro**, otro era directivo en **CEMEX**, otro en **Soriana**. **Hicimos una agenda increíble**”, menciona.*

Simón Cohen dedicaría su vida a hacer crecer su empresa llegando a **transportar contenedores** por diversos **países** y **continentes**, pero a un alto precio, desconocido por él hasta esa noche de mayo del 2006.

*“Quería que me fuera bien. Me **olvidé** de las **cosas básicas** de la **vida**. Comer bien, dormir bien, hacer ejercicio y pasar tiempo con la familia”, recuerda Simón.*



width="900" loading="lazy">

Su libro PLENO en el que narra su historia

Además de sumarse como **miembro** del **consejo** de [Tecnilenio](#), una de las instituciones del **Tec de Monterrey**, Simón se convirtió en un conferencista y publicó su libro **PLENO**,

Así bautizó su escrito al recordar el sentimiento que lo llenó aquella noche en la que contempló las estrellas con su familia.

*“Es un **storytelling** padrísimo, muy sencillo que lo lees en **4 o 5 horas** y tiene experiencias y anécdotas”,* cuenta Cohen.

“Dime un número entre 30 y 200”, pregunta durante la entrevista y luego de escuchar el 46 se dedica a abrir el libro en esa página.

“La vida nos da una cantidad limitada de energía cada mañana y nosotros tenemos el derecho de escoger cómo y dónde la acomodamos, en pelear y ser destructivos o en conciliar y ser creativos”, lee.

Su entrevista con Deepak Chopra

Recientemente Simón también fue invitado a charlar con el destacado escritor **Deepak Chopra**, por el lanzamiento de su libro en inglés.

“Si deseas conocer los secretos de un cuerpo enérgico gozoso, un corazón amoroso y compasivo, una mente creativa reflexiva y la ligereza del ser, este libro es una guía excelente”, comentó Chopra.

Cohen mencionó que las **ganancias** del mismo serán **destinadas a ayudar** a alguien que su familia decida.

Por ejemplo, anteriormente ayudaron a un **niño** que requería un **trasplante de médula** y necesitaba **150 mil euros (3 millones y medio de pesos)** para la operación.

*“Todo va a una **buena causa**. Seguramente estaremos hablando de niños con cáncer o niños que necesitan alguna cirugía”,* señaló.

Además de las **frases** que incluyen cada una de las páginas Cohen expone **temas filosóficos** y cuenta cómo llegó a desarrollar su **metodología** y los **retos** que ha enfrentado.

El libro está disponible en **Amazon** en formato físico y también en electrónico en **Kindle**.

{"preview_thumbnail": "/sites/default/files/styles/video_embed_wysiwyg_preview/public/video_thumbnails/n... Video (Adaptable)."}]

Cohen no duda en decir que su vida dio un giro aquel **mayo** cuando su corazón lo obligó a **reencontrarse consigo mismo**.

*“**No quiero ser el hombre que más contenedores vende en el mundo ni quiero ser el hombre más millonario del planeta.**”*

“Quiero que **nuestra cultura trascienda** para hacer **feliz a más gente**. Queremos que haya más **gente estable** y en **paz** en este mundo”, finaliza.

LEE MÁS: