

VOLVER A VIVIR CON ILUSION

Todas las personas tenemos la capacidad de enfrentarnos con ánimo a los retos de la vida, pero a veces perdemos el contacto con esa fuente de energía interior. Para poder disfrutar de ella debemos cultivar algunos sentimientos clave: la pasión, la alegría, la esperanza y el sentido de la vida.

Si nos centramos en estas cosas, estaremos más satisfechas con nuestro proyecto vital y descubriremos un propósito superior a nosotros mismos.

Todos los seres humanos poseen una energía personal. No es una fuerza física o un afán de dominio. Es una especie de fuerza interior que permite a la persona enfrentarse al trabajo, a las dificultades, a los retos de cada día. No se trata de ningún poder mágico...sino a cualidades muy cotidianas que forman parte de nuestra personalidad. Y que, si están a bajo nivel, también se entrena. Estamos hablando de coraje, ímpetu, tenacidad, amplitud de miras, generosidad, sentido del humor para el afrontamiento, compasión, entusiasmo.

¿De dónde procede esa fuerza? Todas las personas la poseemos en mayor o menor medida y de lo que se trata es de poder acceder a ella o de permitir que se despliegue y se desarrolle. Pongamos un ejemplo para entenderlo mejor. Imaginemos un embalse de agua. En ella existe contenido miles de litros de agua. Esta agua retenida tiene mucha energía potencial, pero en el momento en que se encuentra embalsada es como si no existiera esta fuerza. Sin embargo, solo cuando se abren las compuertas y el agua baja por la rampa, se convierte en energía real, activa, impulsora. Algo parecido sucede con esta energía interior. Todos podemos soportar el esfuerzo un minuto más, lo que nos falta es el deseo de hacerlo.



Cuando hablamos por ejemplo de “motivación”, nos estamos refiriendo a esa capacidad de actualizar y disponer de nuestra energía. (de abrir compuertas). Cuando digo: no tengo motivación, no puedo...lo que queremos decir es que “no consigo aprovechar esta energía personal mia”. Somos la misma persona cuando estamos motivados que cuando estamos desganados. Lo único que sucede es que nos percibimos de diferente forma.

Existen algunos sentimientos que nos hacen más fácil acceder a nuestra energía personal y son: la pasión, la alegría, la esperanza y el sentido de la vida.

“Nada importante puede llegar a hacer si no está movido por la pasión” “Todo lo que se hace con pasión, se convierte en importante”.

La alegría ensancha el corazón y produce un aumento súbito de la energía. Amplía las capacidades del ser humano”, frente a la depresión y la tristeza que nos genera una visión de túnel de las cosas.

Guardarse siempre la esperanza para la supervivencia.

Y encontrar un sentido a lo que hacemos cada día. Historia de los canteros: Hace muchos siglos un hombre paseaba por tierras castellanas donde se construía una catedral y vio a tres canteros trabajando; cada uno de ellos con una piedra y a golpe de cincel y martillo.

- ¿Qué hace usted? - Le pregunto al primero
- Pues ya ve, deslomándome con esta maldita piedra.

Se acercó al segundo y le hizo la misma pregunta a lo que contestó el segundo cantero:

- Tallando un bloque cuadrado para continuar ese muro –

Por ultimo se aceró al tercero, y al hacerle la misma pregunta, le contentos entusiasmado el cantero:

- Estoy construyendo una catedral. –

Las piedras eran iguales y las tareas las mismas, el esfuerzo similar, pero el sentido de cada uno era completamente distinto.

¿Qué clase de cantero eres tú?

La necesidad de encontrar un sentido, nos lleva a comprometernos con lo que hacemos, con los demás, a colaborar en grandes cosas, a emprender las obras del amor.