

PREGÚNTALE A MÓNICA



Por
Mónica Bulnes de Lara

¿YO EN MI “ZONA DE CONFORT”? ¡CLARO QUE NO!

La verdad es que solemos estar muy cómodos en un ambiente que nos resulta familiar. Nos sentimos tranquilos y relajados cuando conocemos a las personas con quienes estamos o cuando no es la primera vez que hacemos algo, pues ya sabemos los pasos que necesitamos realizar para cumplir la tarea. Por otro lado, el cambio es una de las cosas que nos producen más ansiedad. Es precisamente lo opuesto a lo que me refería en el párrafo anterior. No queremos “hacer olas” en donde ya estamos tan a gusto. ¿Para qué cambiar lo que hemos comprobado que funciona, por lo menos al agradable nivel que posiblemente nos encontremos?

Es así como muchas veces decimos que nuestro matrimonio está tranquilo y no nos empeñamos en tener nuevos detalles o en sorprender a nuestra pareja, para renovar nuestra relación constantemente. En otras ocasiones, sabemos que existe un problema en alguna situación, pero por el miedo a complicar la cosa un poco más, no hacemos nada.

Siempre es placentero disfrutar de buenas etapas y de gozar de los logros obtenidos hasta ese momento. Es decir, es MUY sano y absolutamente necesario tomarse un tiempo para relajarnos y sencillamente contemplar los frutos de nuestra labor (en nuestra vida matrimonial, en nuestra relación con los hijos, en nuestro trabajo, etc.) De hecho, este tiempo nos permite, además, reflexionar sobre la manera en que llegamos a este momento, y determinar próximas acciones que nos ayudarán a llegar a la siguiente etapa en donde estemos mejor aún.

Porque de eso es de lo que se trata la vida: de seguir avanzando, reinventándonos constantemente para alargar lo más posible nuestra felicidad, que sabemos que no se conserva fija, sino que va y



viene dependiendo de lo que hagamos para alcanzarla sin descansar.

El peligro consiste en que, como estás en un buen momento, resurge el miedo a perder lo logrado. Tal vez las cosas están tranquilas con tu hijo adolescente... si decidieras invitarlo a salir una vez al mes, para acercar la relación, pudiera molestarse y arruinar (hasta cierto punto) el ambiente que ya tenían en casa. Pero si no te arriesgas a hacer algo para mejorar un poco más la comunicación con él, tal vez después, cuando sea mayor, sea más difícil. El momento de transición es complicado. Puede haber más quejas, retrocesos, avances muy lentos... pero si persistimos con un objetivo claro, la recompensa hace que valga la pena el esfuerzo realizado.

Por supuesto, el ejemplo del hijo es sólo

un área en la que podemos “estacionarnos” en una etapa de comodidad. Nos puede pasar con cualquiera de nuestras relaciones o actividades. En el trabajo pasa lo mismo. Una vez que hemos iniciado nuestras actividades, y vencemos los primeros miedos, llegamos, poco a poco, a una etapa en la que podemos deleitarnos con los frutos de nuestra labor. Sin embargo, como seres humanos en constante crecimiento, es importante no quedarse ahí. Siempre hay cosas nuevas que aprender; siempre hay niveles nuevos que alcanzar. El camino está lleno de nuevos desafíos que hacen de nuestra vida algo interesante y divertido, cuando estemos dispuestos a disfrutar al máximo de nuestra existencia... ¡sigue adelante!

Puedes leer los artículos de Mónica también en Online, sólo debes ingresar a la página de Socios en www.oriflame.cl