



*Una de las dificultades más grandes que encontramos los profesionales que trabajamos en el área del desarrollo humano, es la resistencia de las personas a soltar el pasado y comenzar de nuevo.*

*Hay creencias individuales que se transforman en legados para las futuras generaciones, que imponen una categórica negativa al cambio. Parece ser que uno a medida que crece se va constituyendo de una forma y esa forma se transforma en una trampa difícil de escapar. Quiero decir, cuántas veces ha oído la expresión “ya estoy viejo para eso” “ a esta edad no voy a cambiar” “pasé toda la vida así”. Y rendidos a eso que fuimos vamos postergando nuevas experiencias, despedazando la ansiada felicidad, moribundos en la rutina. Es que hemos creído durante mucho tiempo, que somos de una única manera y muchas veces desde ahí justificamos nuestras acciones. Es la famosa excusa por excelencia “Yo soy así” y creemos que con eso tenemos el pasaporte libre a actuar, ignorando las consecuencias que generamos en los otros, o mejor aún que por ese anticipo de honestidad los otros deben conformarse o aceptar tal o cual acción o actitud. A rigor de verdad no “somos” simplemente “estamos siendo”, quiero decir con esto que “somos como actuamos y actuamos como somos”. Que todas esas creencias que tenemos sobre nosotros mismos están basadas en nuestras acciones ó bien nuestras acciones determinan las creencias que tenemos sobre nosotros mismos. Dicho de otro modo, cuando una persona por ejemplo, se autodefine como “impuntual”, esa creencia, esa idea sobre sí misma se funda, se elabora, en una secuencia de hechos ( llegadas tardes a citas, al trabajo, a la escuela, a eventos, etc. ); ahora bien si la persona cambia sus acciones, adelanta su reloj una hora para salir de la casa, se levanta antes para ir al trabajo, utiliza una agenda para recordar las citas y en consecuencia llega puntual a cada acuerdo, ésta persona ya no sería más impuntual; de modo que “un actuar diferente la constituiría en una ser diferente,(puntual)”, del mismo modo ocurriría con alguien triste, enojón, introvertido. El ser humano tiene la posibilidad de poder re-diseñarse permanentemente, pudiendo abrir así el abanico de posibilidades para su vida. Somos flexibles al cambio, podemos esculpir la mejor obra*

*maestra de nosotros mismos. ¿Entonces para qué quedarnos con una mala caricatura de la vida que deseamos tener? ¿Qué podríamos perder además de obsoletas ideas que nos atan al fracaso?*

*Chuchi Gonzalez*