

Confinado entre las paredes de mi casa, con ventanas y balcones que me permiten ver los alrededores y con aparatos que me permiten una visión virtual del universo, estoy teniendo la oportunidad de vivir muchas oportunidades.

Muchas de las vivencias que resultaban habituales han desaparecido dejando paso a la adopción de actitudes que no sabía que existieran y a la realización de acciones que están marcadas por la novedad de las circunstancias.



Ahora no sirven rutinas desplazadas, ni tampoco el hacer “lo de siempre”. Ahora toca volverse hacia uno mismo y comprobar si es cierto que podemos ser amigos de nosotros mismos, o por el contrario somos nuestro peor enemigo.

Me encuentro en una situación de inesperadas circunstancias que me hacen desarrollar la paciencia, la tolerancia de la incertidumbre, la capacidad de aceptación. Todo ello nuevo en mi autoconcepto. Ahora resulta que soy capaz de mantener unas posiciones que en muchas ocasiones me han parecido inalcanzables. Esto me lleva a una conclusión que espero que perdure en el futuro. Si abandono la rutina, la inercia y el automatismo aparecen nuevas alternativas de pensamiento, emoción y comportamiento conmigo y con los demás.

En muchos contextos he expresado la conveniencia de la flexibilidad y del ajuste creativo como forma de convertir la vida en una experiencia que valga la pena. Ahora es el momento de la verdad, a ver si es cierto que soy capaz de poner en práctica eso con lo que tantas veces se me ha llenado la boca. Sacar lo mejor de mí mismo para compartir los momentos difíciles con las personas a las que quiero y que me rodean es el reto al que me enfrento.

Ahora es cuando se hace patente la hipocresía de aquellas empresas y organismos que en otro tiempo nos han negado el pan y la sal mostrándose superficialmente solidarios. Nos ofrecen una ayuda, aquellos que, rayando en la caridad y la limosna, nos dicen que estarán ahí, pero no nos dicen para qué.

Afortunadamente, estoy rodeado por personas que me aprecian y me dan soporte. La posibilidad de seguir adelante la vamos a construir entre quienes estemos dispuestos a abandonar la comodidad de lo repetitivo. Solamente aquellos que nos atrevamos a transitar por terrenos que no nos son conocidos y que confiemos en los demás, y los que podamos ofrecer nuestro apoyo incondicional a las personas que nos rodean, podremos decir mirándonos a los ojos que creemos en un mundo mejor. Toda muestra de apoyo, de solidaridad, de acompañamiento a quienes lo necesitan es y será bienvenida. Ahora bien, va a ser la permanencia en el tiempo, la constancia en la actitud y en el comportamiento la que va a señalar a los que iban de corazón y a quienes iban de posturo. Espero y me comprometo a estar en el primer grupo. Llenar el vacío, que tanta pérdida como estamos viviendo produce, es responsabilidad de cada uno para consigo mismo y hacia los demás. Aquí y ahora actuar con la conciencia y la responsabilidad de quien sabe que cada gesto cuenta, es la oportunidad de plasmar de forma visible lo que tantas veces hemos predicado en la teoría y en el marco de los programas de formación.

Vaya desde aquí mi reconocimiento a todas esas personas que con sus actos más o menos espectaculares han dado sentido a la palabra solidaridad. Quede patente mi admiración a todos aquellos que han contribuido a insuflar una esperanza y un alivio a sus semejantes en momentos de necesidad.

Con el deseo de que se perpetúe en el tiempo y contribuya a la aparición de un nuevo marco de relaciones y encuentros, os envío mi aliento para hacer que los seres humanos recuperemos aquello que nos caracteriza, el aprecio y la pasión por la vida.

PALABRAS

Escrito por: Manuel Ramos Gascón
Director del Instituto de Terapia Gestalt de Valencia
mramositg@gmail.com
www.itgestalt.com