



Opinión

Alfredo Diez
Especial para N&E

!No es necesario tocar fondo!

“De hombres es equivocarse; de locos, persistir en el error”.

Marco Tulio Cicerón.

Algunos dicen que uno debe estar cansado y harto de estar cansado, para cambiar; o que hay que tocar fondo para llegar a lo más profundo de nuestras miserias, ya que solo cuando estemos allí podremos salir. Otros agregan que una vez que hayamos llegado al fondo, las cosas no pueden más que mejorar.

Sin embargo, creo que uno puede –y debe!– cambiar cuando esté convencido de que lo necesita. Es así, no es preciso lastimarse más de la cuenta para saber que debemos modificar nuestra conducta y mejorar nuestra vida.

Herman Hesse ganó un Premio Nobel de Literatura. Pero antes de eso había contemplado seriamente la posibilidad de suicidarse. Tan profunda era su convicción de que vivir no tenía sentido. Su talento como escritor surgió más tarde, hasta entonces no había logrado comprender su propósito, y sin este su vida cotidiana carecía de significado.

Según mi óptica, la última opción en la lucha contra la carencia de significado o de propósito es tomar una heroica decisión: apretar los

dientes y resistir. Las cosas siempre cambian. Pero de nosotros mismos depende el poco o mucho consuelo que encontremos en el hecho de que, si podemos armarnos de paciencia y coraje, el cambio se producirá.

Porque estoy convencido de que somos capaces de extraer el significado y el propósito de todos los acontecimientos que nos suceden en la vida, incluso de los más terribles, aunque a veces necesitemos tiempo. Era una tarde lluviosa, y me encontraba revisando libros en una antigua librería del barrio de El Raval en Barcelona, cuando de golpe se abrió la puerta y apareció recortada sobre el umbral la silueta de un muchacho de abundante cabellera. Tendría unos diecinueve años, y se encontraba literalmente empapado. En su cara, los ojos rojos de angustia revelaban que junto con las gotas de lluvia se entremezclaban lágrimas. Mi amiga Ainoha, dueña de la librería, parecía conocerlo. Se acercó a él y comenzaron a hablar en susurros. A un par de metros de distancia, cuando me disponía a bajar un voluminoso libro de un estante, Ainoha exclamó: “¡No es necesario tocar fondo para salir!”. Me quedé inmóvil ante la juiciosa frase. Retiré el brazo sin bajar el libro y me fui caminando lentamente hacia un rincón de la li-



Decisión. Sólo hay que ser conscientes de que podemos salir adelante.

(UNO - ARCHIVO)


brería. Más tarde me contó mi amiga que se trataba de su sobrino, quien se encontraba en un agudo estado de depresión y angustia, fruto de una fuerte pelea con sus padres que lo habían impulsado a irse de su casa. La frase de Ainoha estuvo rondando en mi mente durante mucho tiempo. Fue para mí un concepto realmente interesante el de no esperar a tocar fondo para salir. ¿Cuántas veces estamos tan apesadumbrados que nos castigamos sin necesidad, para ver si

llegamos al límite de nuestro sufrimiento? ¿Cuántas veces nos hemos dicho en una situación difícil: “¡Necesito tocar fondo!”, pensando que era una condición ineludible para poder salir del abismo? ¿Y cuántas veces llegamos a creer, convencidos, que era necesario tocar fondo para salir? Esa creencia es falsa. No necesitamos tocar fondo. ¡Podemos salir ahora! Solo es necesario que seamos conscientes de que estamos cayendo, y de que podemos emerger. Por-

que si seguimos descendiendo hacia la oscuridad, sin tomar consciencia, corremos el riesgo de no tener las suficientes fuerzas para salir, cuando decidamos hacerlo.

+ El autor es Coach Internacional. Doctor en Administración de Empresas. Conferenciante y escritor. Instagram: alfredo10coach email: alfredodiez77@gmail.com www.alfredodiez.com

COBRÁ TUS CUOTAS ASI DE FÁCIL

Si administrás consorcios, clubes o barrios privados, adherite de manera fácil, rápida y simple a la red de 

captarpagos.com

contacto@captarpagos.com

4233074

