

¿Hablamos bien de las cosas buenas?



Recientemente escuché en una de las conferencias del presidente del foro de la familia Benigno Blanco lo siguiente: “hay que hablar bien de las cosas buenas”.

Pienso que anteriormente esto era propio del famoso sentido común. Sin embargo ya muchas de las cosas que vivimos y que en sí mismas son motivo de alegría nos las tomamos con ambigüedad o como una carga pesada.

Somos como esponjas que vamos absorbiendo la parte negativa de la realidad que contemplamos. Tanto es eso que sin darnos cuenta sesgamos esa realidad y la construimos entorno a lo negativo me rodea.

Un ejemplo claro lo vemos con el tema de la crisis económica, por todos lados vayamos donde vayamos este aire de negatividad nos afecta condicionando a ello nuestras decisiones: total que una pareja de novios pueden plantearse ¿Cómo nos vamos a casar si hay crisis? O cuando vemos que una mujer se queda embarazada poco más que menos le damos el pésame en vez de decirle que enhorabuena, etc.

Creo que esto en mayor o menor medida nos ha pasado. Nuestras vidas, a veces las vamos edificando entorno a circunstancias externas (que no digo que no haya que considerar), pero no es toda la verdad. Y es que cuando el criterio de la Verdad, de lo Bueno no nos guía entramos en una fuerte crisis de proyectos vitales, de los ideales y valores.

Vícktor Frankl (del que he hablado en otras ocasiones) decía “que los pacientes acuden al psiquiatra porque dudan del sentido de su vida desesperan de poder encontrarlo”; por eso mismo yo diría que vamos buscando sucedáneos amparándonos en esa construcción negativa de la realidad. Y es que al fin al cabo la vida, nuestra vida depende mucho de cómo nos la contemos, o como nos hablemos a nosotros mismos y a los demás de las cosas que nos preocupan, nos ocurren, etc.

Creo que una vez que caigamos en la cuenta podríamos ser capaces de pararnos, que no siempre es fácil por nuestra vida “estresada”. Sin embargo hay ciertas épocas del año que pueden ser oportunas y se prestan a ello como lo es la estación del verano.

Es algo tan sencillo como lo que nos dice Atoine Exupéry en boca de su personaje del Principito: “los hombres de tu país cultivan cinco mil rosas en un mismo jardín... y no encuentran en él lo que buscan. Y sin embargo podrían encontrarlo en una sola rosa o en un poco de agua”.

Creo que no es un consejo sino una gran verdad pues cuando valoramos lo bueno y lo importante nuestra mirada cambia y nos ayuda a situarnos de otra manera ante nosotros mismos y ante la realidad que se nos presenta.

Por ello confiemos en que este verano aprovechemos el tiempo para construirnos sobre la base sólida de aquello que nos ayude a valorar lo que es verdaderamente bueno y darle el significado en positivo que se merece.

[Boletín de Pastoral Familiar - EFAL](#)

M del Carmen Gonzalez Rivas - Master en Psicología Familiar y Orientación

Publicado en Ciudad Redonda

www.ciudadredonda.org/articulo/hablamos-bien-de-las-cosas-buenas