

“CERRANDO CICLOS: ENFRENTANDO LAS PÉRDIDAS DE MI VIDA”

“Todo se pierde en la vida excepto lo que está en el corazón”

Todo cambio en la vida genera pérdidas. Cambio de: circunstancias, condiciones, personas, etapas... “cambio de mi realidad”. Todo proceso de pérdida de un “valor” llega a las fibras más profundas de la persona, las pérdidas generan heridas que requieren ser sanadas. La vida se puede conformar por distintos ciclos que conjuntan diversas situaciones a lo largo del camino. UN CICLO: es una etapa de la vida que presenta elementos y características comunes: edad, personas, lugares, situaciones, etc...

El fin (objetivo) de un ciclo lo marca un cambio significativo en la realidad externa (muerte, separación, pérdida, nuevas condiciones -lugar, personas, cosas, salud, etc.) Pero el fin (subjetivo) de un ciclo es una decisión interna de aceptación y adecuación a la realidad.

Al no cerrar un ciclo, quedamos atrapados al pasado, perdemos libertad, y no podemos resolver y disfrutar el presente. Al quedar atados al pasado, se perpetúa el dolor, se genera rencor, amargura

¿Qué impide cerrar un ciclo?

Miedos

Resistencias

Dependencias afectivas Culpas

Falta de perdón

Es necesario reconciliarse consigo mismo, con las circunstancias y acontecimientos contradictorios. “Madurar es renunciar a lo que ya no está”. Al asumir que todo va a pasar algún día, me hago responsable de enriquecerme con las pérdidas y de agradecer y disfrutar lo que tuve y lo que tengo. Todo nuevo ciclo trae la incertidumbre ante el cambio. Es una nueva situación que se tiene que ir resolviendo. La crisis de lo nuevo se convierte en la oportunidad de construir algo nuevo, más maduro, más integrado.

Alfonso Dávila, S. J.