



¿Cómo vivir en un mundo lleno de estímulos que generan preocupación?

Ciudadanía, 01/08/2014



[¿Qué te preocupa?](#) ¡Es terrible que ésta simple pregunta pueda resultar tan irónica por estos días! Estamos siendo testigos de situaciones que afectan nuestra manera de mirar el mundo y lo que nos rodea. Aunque existe mucha gente que continúa su vida sin enterarse de nada, quienes estamos recibiendo toda la información, querámoslo o no, sentimos preocupación.

Déjenme hacer un paréntesis, por favor: Hoy, el día está hermoso, me hace sentir mejor de ánimo, además dormí y descansé. Algo que no siempre se logra. Cierre de paréntesis.

Es asombroso cómo el menor problema envuelve, distrae y entretiene a muchos; los hace apartar la mirada de las cosas importantes. Aunque el mundo esté convulsionado y existe mucha gente que sufre, la mayoría estamos en nuestros propios asuntos, a veces preocupándonos y permitiendo que nos alteren situaciones irrelevantes. Podemos ser responsables, trabajadores y dedicados pero siempre habrá un motivo de angustia y preocupación que altere nuestra rutina.

La tensión interrumpe nuestro sueño. Los vendedores telefónicos interrumpen nuestra cena. Los problemas de tránsito interrumpen nuestras vacaciones. Las llamadas telefónicas irrumpen en nuestro trabajo. Las reestructuraciones empresariales interrumpen nuestros objetivos. Nuestro insomnio interrumpe nuestro progreso laboral, ¡y A veces nuestra digestión!

En momentos como estos, debemos dar un paso hacia atrás y ganar perspectiva. ¿Se detendrá el mundo si no llegamos con un trabajo a tiempo o no logramos esa tan deseada promoción?

¿Dejarán los bebés de sonreír y los pájaros de cantar si los ingresos de la compañía no concuerdan con el presupuesto? ¿O si eligen como empleado del mes a la persona que menos lo merece?

¿Qué valor tiene una multa de tránsito, un neumático pinchado, un reporte terminado con atraso, un contrato perdido o una reprimenda fría de un jefe, comparado con la vida que Dios le dio para disfrutar de los suyos? ¿Valdrá la pena perder un segundo en la angustia que provocan las preocupaciones y perder la comprensión del sentido de la vida?

Una canción famosa hace varios años nos aconsejaba: [Don't worry. Be happy](#); es decir No se preocupen. Sean felices. Por estos días sólo dice: [Happy](#)

Preocuparse es como pagar intereses de una deuda que uno nunca tuvo. ¿O no?

Veo a mi gato recostado, al rato se levanta y comienza a jugar con invenciones de su mente... yo no veo nada. Lo que él quiere es simplemente jugar. Cuando se cansa va a comer y, seguidamente se acuesta a dormir. ¿Quién no ha dicho alguna vez que le gustaría ser un gato? Envidiable. No paga cuentas y no se afana en nada. Sólo tiene que maullar y le damos lo que quiere. Comida.

Seguro que esto es muy liviano para digerir y quedar satisfecho para un ser humano que se pasa la vida corriendo desde que

amanece, hasta que termina el día. Pero, se está alimentando de todo, menos de lo que realmente importa.

Hoy es viernes. Estamos vivos gracias a Dios. Sigamos orado los que creemos y, los que no, simplemente sean felices en lo suyo. Trátese con cariño y todo el amor que se merece.

Motivo del paréntesis: Pues bien. Anoche, hice esto. Me acosté como el "gato". Me olvidé de todo y amanecí Happy.

Les dejo estas palabras, porque me han servido de mucha ayuda, cuando me comienzo a preocuparme. La idea es ocuparse de las cosas. En un próximo artículo les escribo al respecto.

¿Quién de ustedes, por medio de inquietarse, puede añadir un codo a la duración de su vida?" (Mat. 6:27.)

Gracias por su lectura.

Soy Erica Henriquez