



## En época de crisis, el pasado solo de referencia.

Ciudadanía, 03/03/2012



Muchos de nosotros sin explicación, en momentos de decidir y especialmente en esta época de crisis económica, sentimos temores que yo me atrevería a llamarlos irracionales. Es que el hombre, bien lo dicen, es un animal de costumbres y ante una situación problemática de las cientos que nos regala la vida, muchas veces respondemos emotivamente con actitudes temerosas. Es que ese reaccionar, que de por sí es una respuesta necesaria y útil, y que nos activa para resolver en forma acertada las incómodas situaciones, deberían reflejar actitudes más serenas, acordes con el entorno que nos rodea. Si en el momento de la situación por resolver, confrontamos nuestra emoción, nos daremos cuenta que muchas veces la forma de reaccionar es similar a la que manejábamos en tiempos pasados, cuando tal vez en esa época si era justo sentir ese temor, que por supuesto no era irracional, era el correcto y se ajustaba a esas épocas con las circunstancias que lo rodeaban.

Dice *Peter Fletcher* en su excelente libro *Trastornos Emocionales.....* *Quando se presenta un recuerdo de ese tipo, sus efectos más fuertes se apoderan de nuestras emociones. Estas tienden a volver a la mente con aquella fuerza y violencia que tuvieron en el incidente primitivo y pueden teñir las impresiones de la situación presente de tal forma, que nos veamos incapaces de tratarla si no es como réplica de la primera; y este recuerdo emocional puede suceder "sin que se reúnan aquellas mismas circunstancias en que primeramente se sintieron una alegría o un terror abrumadores."* Y agrega.....*porque estaban viendo en sus experiencias presentes un significado que correspondía a experiencias anteriores..... ESTABAN TRATANDO EL PRESENTE COMO SI FUERA EL PASADO*

Y es imperativo que nos detengamos y analicemos hasta donde nos maltratamos dejando que hechos incómodos, pero normales porque así es la vida, se hagan intolerables no dándonos cuenta que *las situaciones cambian*, empezando por el medio que nos rodea, la gente que alternamos, los años que llevamos encima, la real situación económica, el lugar de los hechos, lo que se está ventilando etc. Tantas cosas han cambiado que sin proponernos *tratamos el presente como si fuera el pasado*, torturándonos con esos mentales temores, muchas veces heredados de la niñez.

Por eso en el título de este pensamiento largo, puse que debemos usar el pasado como una referencia, ya sea para no volver a caer en viejos yerros o para copiar actitudes o acciones que resultaron con dignos finales. Jamás permitamos que nuestra mente nos conduzca a reaccionar con injustos temores que nos harán sentirnos desdichados y que en la mayoría de los casos opacan nuestro desenvolvimiento como personas maduras y sensatas, desviándonos de las correctas actitudes y por ende soluciones. *Hay que hacer de los altos una costumbre*, con mayor razón en tiempos de crisis que por algún lado y en mayor o menor grado nos golpeará o ya nos está golpeando.

Cierto es también que hay personas que tal vez jamás han sudado en esos trances, dichosos ellos, por lo que respecta a este escritor trabajo le ha costado llegar a casi conseguirlo, practicando cuando el golpe llega, lo que hemos comentado respecto al pasado.

