***14º***

***Horizontes***

*Es una peculiaridad del hombre que sólo*

*puede vivir proyectándose en el*

*futuro, y ésa es su salvación.*

- VICTOR FRANKL

Psiquiatra y escritor.

Un día tuve una cita a la cual llegué un poco tar­de, y le dije a la persona que me estaba esperan­do: "Lo siento por mi retraso, pero fui a recoger mi pasaporte y me hicieron esperar demasiado..." Recuerdo que me impactó su comentario: "Ya me imagino, yo por eso prefiero no sacar ningún pasaporte, además, no lo necesito. La distancia que mayormente recorro no rebasa los límites de esta ciudad...: La persona que me lo dijo tiene aproximadamente 50 años y le confieso que to­davía sigo impactado por la parsimonia con que me lo comentó. ¡No tenía el más mínimo interés en tener un pasaporte porque no le interesaba sa­lir de este país nunca!

Este breve encuentro me hizo pensar en el vasto número de personas que han de pensar de manera similar. ¿Cuánta gente vivirá dentro de sus propios límites? No lo sé. Pero sí sé que la gente es la que se pone limita­ciones. Cuando una persona no busca un hori­zonte más lejano del que perciben sus ojos, cree firmemente que el límite es tan sólo su línea de horizonte porque no ve más allá. Ahora bien, lo impresionante es que muchas personas no quie­ren ver más allá, son seres sumergidos en su có­moda quietud.

¿Usted se ha preguntado cuál es su horizonte? Recuerde que por horizonte quiero decir la línea que limita la parte de superficie terrestre visible desde un punto. Entonces, metafóricamente ha­blando, su horizonte bien podría ser el límite de sus capacidades y potencialidades visibles desde donde está ahora. Bien se podría preguntar: ¿A qué capacidades me refiero? Pues a todo lo que usted pueda soñar de sí mismo. Muy pocas per­sonas llegan a destacar en sus ámbitos porque nunca se han imaginado a sí mismas haciendo al­go superior, siendo algo mucho mejor, estando aún más arriba.

De paso está decir que me impresionó un bre­ve fragmento del más reciente libro de Douglas Coupland, *La vida después de Dios,* que me re­comendó un buen amigo. De inmediato adquirí el libro. Es muy interesante el planteamiento que hace este autor quien también escribió *La gene­ración* x, en su nueva obra, donde escribe lo si­guiente:

A veces pienso que las personas que más pena me dan son aquellas incapaces de relacionarse con lo que es profundo; seres como mi aburrido cuñado, un tipo campechano tan interesado por la normali­dad y por integrarse que se ruega a sí mismo y a su personalidad todo asomo de singularidad. Me pre­gunto si algún día, cuando sea mayor, despertará y la parte más profunda de su ser se percatará de que nunca se permitió existir de verdad, y llorará de arrepentimiento, vergüenza y pesar.

¿Qué le parece? ¿Conoce gente como él? Yo sí. Sin embargo, no soy tan dramático como Dou­glas Coupland al pensar que cuando una persona despierte llorará de arrepentimiento, mejor plan­teo la posibilidad de que las personas despierten antes de que hayan dormido "demasiado". Todos necesitamos un momento para crecer, un mo­mento para reflexionar y optar por un nuevo ho­rizonte más lejano y noble. Sólo que, ese horizonte nunca va a llegar solo. **El éxito, el triunfo, la plenitud y la realización no llegan por sí solas, hay que salir a su encuentro**, hay que ver más allá de lo evidente y emocionamos ante la desafiante conquista de un porvenir más sobresa­liente. Todo depende de nuestro interés por cono­cer más y adquirir mejores opciones de vida para mejorar la calidad de la misma.

Por favor, haga un alto en su vida y dése tiem­po para pensar -como diría el eslogan publicita­rio de Microsoft-, ¿hasta dónde quiere llegar hoy?, ¿cuál es su horizonte de vida? Si usted es de las afortunadas personas a las que normal­mente todo les sale bien, casi siempre están de buen humor, comúnmente gozan de buena salud, pues imagínese si se planteara un horizonte aún más alto y lejano. Le garantizo que su vida se transformaría en una apasionante experiencia día con día. Ahora bien, si por el contrario usted es de esas personas con "tendencia a la baja", a las que comúnmente todo les sale regular, sienten te­mores y desesperación y se deprimen con facili­dad; pues con más razón plantéese un horizonte mucho más lejano y mucho más emocionante.

Recuerde que los problemas nos parecen grandes no por su magnitud, sino por la cercanía que te­nemos con ellos. Es una ilusión de óptica psico­lógica. Por ejemplo, ahora mismo mientras lee, le preguntara el tamaño del monitor de su com­putadora, me podría responder determinada me­dida o dimensión, pero si le pido que me vuelva a decir la medida del mismo, pero ahora aleján­dose de él 20 metros, ¿cómo lo vería? Le puedo garantizar que un poco más chico. ¿Lo ve? Creo que una buena observación para esta ocasión en la cual me permite comunicarme con usted por medio de su lectura, es la siguiente: "Usted es ca­paz de mover su horizonte a voluntad" y así po­der ver las cosas desde una perspectiva diferente. Le garantizo que bien vale la pena mover nuestro *punto* de vista ante cualquier problema y dificul­tad, manteniendo un "distanciamiento estratégi­co" entre usted y el problema, de tal forma que usted siempre sea más grande que sus problemas y tenga así la fortificante sensación de dominio de los mismos.

Una ventaja más de detenerse a pensar en su horizonte es preguntarse: ¿hasta dónde quiero llegar?, y es la poderosísima respuesta que usted podría encontrar en ese momento para crecer. Créamelo, vale la pena hacerse ese tipo de preguntas, ya que al hacerlo se corre el maravilloso riesgo de encontrar una gran respuesta y, así, emocionarse por emprender la acción. Cuando algunos pacientes jóvenes me dicen que están un poco desmotivados, les garantizo que están en un gran error, ya que la desmotivación no existe.

Todo ser humano encuentra razones para su comportamiento. Ahora bien, lo que sí pueden existir son motivos tan mediocres, comunes y co­rrientes que no son suficientes para generar la chispa de la acción. Son personas con un hori­zonte tan corto que no justifican "moverse", por­ que casi no encuentran diferencia entre su horizonte y el sitio donde están. Algo que los ha­rá "moverse" es tener la visión de su futuro, pero un futuro convincente, emocionante y apasionante.

Sólo si usted mueve su horizonte a límites ja­más imaginados, a lugares antes insospechados y llenos de emoción, sólo en ese momento justifi­cará moverse y actuar en pos de la conquista de su sueño. En su nuevo horizonte imagine el cuer­po que puede llegar a tener, la posición económi­ca que puede alcanzar, la paz y armonía con las que puede convivir, la gran calidad humana que puede lograr y así ser cada vez más humano. Ha­ga, la prueba y verá lo motivante que resulta ac­tuar persiguiendo un ideal. No tan sólo lo invito a que obtenga su pasaporte para viajar y conocer nuevos horizontes y lugares que explorar, sino también lo exhorto a que obtenga un "pasaporte emocional", permitiéndose imaginar hasta dónde puede llegar como ser humano. Verá que muy pronto llegará a afirmar -como Wayne Dyer lo hace- "El cielo es el límite".

Para obtener su pasaporte emocional basta con darse tiempo para pensar y entrar en contacto con lo profundo de su ser. Una estrategia útil podría ser preguntarse: ¿Los mejores momentos de, mi vida ya pasaron, o están aún por venir? Si su respuesta es que ya pasaron usted entonces solo esta a la espera de que le llegue el final y no espera nada ni del ahora, ni del futuro; si su respuesta es que lo mejor de su vida está aún por venir, pues lo felicito por el emocionante horizonte que se plantea usted mismo. Visualizar un horizonte así, imaginarse un ideal por alcan­zar, le aseguro que le conferirá una gran...

***¡Emo­ción por existir!***