

¿QUÉ MÁS PUEDO HACER?

¿Una exigencia más?

Recuerda que estamos en La Otra Campana, cambiando el observador y haciendo visible lo posible.

Cuando esta pregunta se presenta en tu mente, existe la posibilidad de que estés enfrentando una crisis y te sientas al borde de la desesperación.

Es el momento de detener la pelota y revisar las jugadas, a los jugadores, las posiciones y al campo de juego.

Quizás te convenga jugar otro partido en otra cancha; y eso está bien.

Una frase muy motivadora en Coaching es “¿qué no has hecho que, si lo hicieras, te ubicaría en una posición diferente y más ventajosa?”

El “¿Qué más puedo hacer?” sirve cuando descubres que has venido haciendo sólo lo que se te enseñó que debías hacer. Obviamente, saber cumplir y hacerlo, está bien y te permite formar parte de una sociedad civilizada; pero lo que no está bien es que, habiendo cumplido con casi todo lo que se te enseñó y se te exige, sientas que estás cerca o al borde de un abismo.

Siendo humanos, nuestra memoria y la consciencia de nuestra experiencia, pueden jugar en contra nuestra al momento de elegir una alternativa.

La memoria, porque puede traer al presente eventos pasados de opresión, fracasos y frustración, y hacerte creer que ese es tu destino.

La experiencia, porque restringe la creatividad y te puede

sugerir como mejor opción algo que resolviste y conoces, pero sin que puedas ver que las variables de tu realidad actual son diferentes.

Es ilógico seguir haciendo lo mismo cuando lo único cierto es que todo cambia, y por eso periódicamente tienes que ver cuál es tu lugar y sobre qué estás pisando; ya que las estrategias válidas del pasado hoy pueden ser arenas movedizas y no servirte más.

Una revisión y un replanteo de esta naturaleza te obliga a responder a otra pregunta, que es **¿Qué estoy haciendo?**

Cuando te la puedas responder, podrás comprender que el **¿Qué más puedo hacer?** no es una exigencia sino una invitación a cambiar tu rumbo para hacer eso que has venido posponiendo.

Nos leemos la próxima.

La Otra Campana por: Anibal Santoro



Latina
NOTICIAS



Anibal Santoro
Inner Strengthening Coach ®
Psicoanalista Onto-Humanista
Doctor en Psicoanálisis