

PREOCUPACIONES INNECESARIAS

El futuro no debería ser una preocupación, pero lo es. Muchas veces empiezan a replantearse las cosas que pueden suceder, de manera que termina dañándolos mentalmente. Pero, ¿por qué surgen este tipo de preocupaciones?

Como bien indica Cristina Peri Rossi: “La preocupación por el futuro es característica de las crisis”. Este tipo de preocupaciones surgen a base de malos pensamientos. Y es por eso que muchos se desesperan por saber qué les deparará el futuro y asisten a futurólogos o tarotistas, como también indica Cristina.

Un ejemplo es que de 10 personas a las que les pregunté si el futuro les parecía una preocupación, 7 respondieron que sí y 3 que dependía de su estado de ánimo.

En lo personal, soy de las que se preocupan sanamente por el futuro. Dependiendo siempre de mi estado de ánimo. Sin embargo, me pongo en el lugar de las personas que siempre se están preocupando por el futuro, sin depender de sus emociones, no me parece sano. No puedes estar todo el tiempo preocupándote por lo que va a pasar o puede pasar.

Otro ejemplo, es cuando empezó la pandemia. Todos le temíamos a este virus, a lo que pasaría, en definitiva, le temíamos al futuro. Este ejemplo confirma la opinión de Peri Rossi porque la preocupación de este ejemplo se creó en un momento de crisis e incertidumbre.

En conclusión, el futuro cambia constantemente y no hay nada que pueda descifrarlo. Cada uno es responsable de lo que le sucederá.

Lucía Mas