

Miembro de la Federación Politécnica Española de Diplomados (FEDINE) nº 9051

CERRANDO CÍRCULOS Poema de Paulo Coelho

Siempre es preciso saber cuándo se acaba una etapa de la vida. Si insistes en permanecer en ella más allá del tiempo necesario, pierdes la alegría y el sentido del resto. Cerrando círculos, o cerrando puertas o cerrando capítulos. Lo importante es poder cerrarlos y dejar ir momentos de la vida que se van terminando.

¿Terminó tu trabajo?
¿Se acabó tu relación?
¿Ya no vives más en esa casa?
¿Debes irte de viaje?...

Puedes pasarte mucho tiempo de tu presente "revolcándote" en los porqués, en repetir el cassette y tratar de entender por qué sucedió tal o cual cosa.

El desgaste va a ser infinito, porque en la vida, tú, yo, tu amigo, tus hijos, tus hermanos, todos estamos encaminados hacia ir cerrando capítulos, ir dando vuelta a la hoja, a terminar con etapas, o con momentos de la vida y a seguir adelante.

No podemos estar en el presente añorando el pasado. Ni siquiera preguntándonos porqué. Lo que sucedió, sucedió, y hay que soltarlo, hay que desprenderse. No podemos ser niños eternos, ni adolescentes tardíos, ni empleados de empresas que ya no existen, ni tener vínculos con quien no quiere estar vinculado a nosotros.

¡Los hechos pasan y hay que dejarlos ir!
Por eso, a veces es tan importante destruir recuerdos, regalar presentes, cambiar de casa, romper papeles, tirar documentos, y vender o regalar libros.

Los cambios externos pueden simbolizar procesos interiores de superación. Dejar ir, soltar, desprenderse. En la vida nadie juega con las cartas marcadas, y hay que aprender a perder y a ganar. Hay que dejar ir, hay que dar vuelta a la hoja, hay que vivir sólo lo que tenemos en el presente.

El pasado ya pasó. No esperes que te lo devuelvan, no esperes que te reconozcan, no esperes que alguna vez se den cuenta de quién eres tú. Suelta el resentimiento. El repetir "tu película personal" para darle y darle al asunto, lo único que consigues es dañarte mentalmente, envenenarte, y amargarte.

La vida está para adelante, nunca para atrás. Si andas por la vida dejando "puertas abiertas", por si acaso, nunca podrás desprenderte ni vivir lo de hoy con satisfacción. ¿Noviazgos o amistades que no dejas ir?, ¿Posibilidades de regresar? (¿a qué?), ¿Necesidad de aclaraciones?, ¿Palabras que no se dijeron?, ¿Silencios que lo invadieron?

Si puedes enfrentarlos ya y ahora, hazlo, si no, déjalos ir, cierra capítulos. Dite a ti mismo que no, que no vuelven. Pero no por orgullo ni soberbia, sino, porque tú ya no encajas allí en ese lugar, en ese corazón, en esa habitación, en esa casa, en esa oficina, en ese oficio.

Tú ya no eres el mismo que fuiste hace dos días, hace tres meses, hace un año. Por lo tanto, no hay nada a qué volver. Cierra la puerta, da vuelta a la hoja, cierra el círculo. Ni tú serás el mismo, ni el entorno al que regresas será igual, porque en la vida nada se queda quieto, nada es estático. Por salud mental, por amor ti mismo, desprende lo que ya no está en tu vida.

Recuerda que nada ni nadie es indispensable. Ni una persona, ni un lugar, ni un trabajo. Nada es vital para vivir porque cuando tú viniste a este mundo, llegaste solo.

Es un proceso de aprender a desprenderse y, humanamente se puede lograr, porque recuerda nada ni nadie nos es indispensable. Sólo es costumbre, apego, necesidad. Pero cierra, clausura, limpia, tira, oxigena, despréndete, sacúdete, suéltate. Hay muchas palabras que significan salud mental y cualquiera que escojas te ayudará a seguir adelante con tranquilidad.

¡Esa es la vida!