

18 de febrero del 2020



CECSi Cápsula

Cada corazón es libre

No, no es una canción de Ednita.

Muchos de los zoológicos de diseño más antiguo mantienen a la mayoría de sus animales en jaulas. Los que se han actualizado han aumentado el tamaño del espacio para sus ocupantes. La idea es por un lado tener mayor consideración con los animales y por otro es más atractivo para los visitantes. El ver a los animales en ambientes más parecidos a lo que sería su entorno natural hace que los apreciemos y valoremos más.

Sin embargo, aun los que apreciamos a los animales, podemos tener mayor compasión con otros seres humanos que con nosotros mismos. No está mal que en algunas ocasiones des de ti para apoyar a otro. De vez en cuando comer un almuerzo más pequeño para que pueda comer tu amigo, ese amigo que ese día no tenía dinero.

El problema es cuando se convierte en nuestra costumbre que la prioridad todo el tiempo sea el beneficio del otro o de los otros. Eso lo hacemos posiblemente porque así nos criamos y aprendimos que era la forma correcta de actuar. Nos enseñaron que había que ser humilde y que hablar bien de uno mismo (aunque sea en privado) era vanidad. Nos ponemos esas y otras reglas que se convierten en una jaula y no permiten que nuestros corazones realmente sea lo mejor que pueden ser. A veces hasta ayudamos a que otros corazones se queden enjaulados. Nadie tiene que enjaular tu corazón. Amate y ama a quien te dé la gana.

*Si haces una lista de cosas buenas y otra de cosas no tan buenas de ti,
¿cuál lista sería más larga?*

En la obra de teatro “*Los Soles Truncos*” las hermanas no querían abrir las ventanas porque la luz del Sol no les dejaba verse en el espejo y prefirieron las sombras de la casa. Por lo que se secaron como planta sin regar. Se valiente y elige dejar que te bañe la luz de la realidad de lo maravilloso que es tu corazón. Tu corazón es libre. No lo enjaulas.

Dr. Carlos J. Cañuelas Pereira, CPL
carlos.canuelas1@upr.edu, (787) 758-2525 x-5210 y 5212
Centro Estudiantil de Consejería y Psicología (CECSi)
Decanato de Estudiantes
Temporamente en oficina EPS 205