



Núm. 31
05-15-2009

TRABAJANDO
POR
TU
BIENESTAR

CECSi

CAPSULAS

CENTRO ESTUDIANTIL DE CONSEJERÍA Y PSICOLOGÍA

Encabuya y Vuelve y Tira

¡Cuántas veces escuchamos esta jocosa frase de boca de nuestro querido José Miguel Agrelot! (Don Cholito). Literalmente hablando se refería al acto de enredar un cordón en la cabuya de un trompo de madera para hacerlo girar. El arte, estaba en enredarlo correctamente para que este saliera disparado e hiciera piruetas. Si el asunto no salía bien había que encabuyar varias veces y volver a tirar hasta que la tarea se dominaba.

Con la frase, este ya fallecido comediante, sabiamente nos invitaba a encabuyar el cordón de nuestra vida a ese gran trompo que llamamos existencia. Se trata de afrontar las pequeñas derrotas y dificultades de cada día con optimismo, en un ejercicio de tanteo y error. Puede ser tan simple como enfrentarse a la aprobación o fracaso del examen de conducir. O tan complejo como la admisión o denegación a un programa de estudios que anhelamos mucho, obtener o no la puntuación mínima en una prueba requerida para aprobar un curso, conseguir o no el empleo deseado y hasta el éxito o fracaso en una relación amorosa.

Ser optimista, no significa que no tengamos el permiso para sentirnos tristes y desilusionados. Somos humanos y ese es el sentimiento inicial que nos arropa. Sin embargo no podemos detenernos y dejar de intentar. El éxito es de aquellos que persisten y escarban en cada experiencia un aprendizaje.

Enfócate en tus logros, en aquellas cualidades o características que tienes y que te han llevado a alcanzar otras metas. Reflexiona en como lo lograste y fortalece aquellas áreas que ahora necesitan atención. Busca apoyo y solicita ayuda. Siempre hay otra percepción del mismo evento y en ocasiones mejor que la tuya. Se flexible y ábrete a las diferentes posibilidades.

Finalmente **NO TE DESCARTES**, una batalla no hace perder la guerra. Es una derrota temporal. No disminuye tu valor. Ten confianza en tu capacidad y no te instales en un pequeño fracaso. Analiza tus opciones y si es necesario cambia el plan. Muévete, y como Don Cholito **“Encabuya, vuelve y tira”**. La próxima vez será mejor.

Blanca E. Amorós Rivera, M.Ed, CPL
Directora
Centro Estudiantil de Consejería y Psicología, CECSi
Decanato de Estudiantes, RCM,UPR
(787) 758-2525 ext 5209 – 5210

*Si necesitas ayuda en este y otros temas, puedes visitarnos en el 2do piso del Edificio de Farmacia y Estudiantes, al lado Oficina del Registrador.

