

¿QUE PODEMOS ENCONTRAR EN LA ENFERMEDAD?

Autor: Ámbar

Categoría: Varios / otros

Publicado el: 10/09/2016

Para tratar este tema, es necesario dar una definición sencilla, pero generalizada, para evitar interpretaciones polémicas que nos aparten de la intención del escrito.

La enfermedad es un estado temporal (transitorio) o permanente que altera el funcionamiento normal del organismo y por ende de nuestras actividades.

Cuando nuestra salud se afecta (generalmente) nace en nosotros un sentimiento de negación o rechazo, de inconformidad, de desaliento que no sólo nos afecta a nosotros, sino, a todas las personas con las que convivimos.

Por otro lado surgen, necesariamente, diversas interrogantes, tales como: Merezco esto? es un castigo por algo?, es justo? por qué a mi?. No importa cuantos cuestionamientos hagamos, lo importante es afrontar el episodio por el que estamos pasando y encontrar en él, una oportunidad.

Ahora bien, cuantos de nosotros encontramos en la enfermedad una oportunidad de reflexión y de cambios en nuestra vida?. Frecuentemente aparecen en estas situaciones aspectos negativos y positivos, pero de los negativos hablaremos en otra oportunidad. Enfocaré algunos aspectos positivos, que a mi juicio, nos puede traer una enfermedad.

Aceptar la ayuda y apoyo de los demás cuesta un poco, por cuanto estamos acostumbrados a valerlos por nosotros mismos y, aunque no lo queramos aceptar, nuestro orgullo y vanidad nos impide verlo desde la perspectiva del amor o cariño que se nos tenga. Esto quiere decir que podemos aprender a ser humildes y aceptar ayuda.

Por otro lado, comprender, tolerar y agradecer son sentimientos que nos permitirán un acercamiento con nuestros seres queridos. Si bien es cierto, no todos tendrán la misma disposición para compartir nuestra condición, es para nosotros la oportunidad de comprender y evaluar nuestro camino recorrido al lado de esas personas y evaluar el por qué de sus comportamientos.

Desarrollar la capacidad de aceptación .Aceptar una condición adversa no es fácil,entra aquí una actitud que generalmente no desarrollamos ,la aceptación,sin resentimientos ni amarguras hacia el proceso de enfermedad por el que estamos pasando.

Oportunidad de cambio.Cambiar nuestra forma de pensar,sentir ,actuar , muchas veces no está en nuestro programa mental,sobretudo cuando hemos pasado la adolescencia y caminamos en la madurez y peor aún cuando rebasamos los cincuenta y tantos años.

Sin embargo ,por qué no replantearnos esa posibilidad ?Una enfermedad nos puede llevar positivamente a tener un cambio de actitud.No culparnos ni culpar a nadie es algo que nos libera de tensiones y sentimientos negativos.

Valorar la salud como estado ideal para nuestro desarrollo ,crecimiento y desempeño de todas nuestras facultades.Enfermarse,es inevitable ,lo importante es saber sobrellevar el evento de forma personal ,familiar y en términos de amistad.

Control de emociones.Cuando nuestra salud se resquebraja,nuestras emociones y sentimientos se alteran inevitablemente

(angustia,desaliento,impaciencia,amargura,soledad,tristeza,impotencia,abandono temor,entre otros) no menciono aquí los totalmente negativos_agresivos,que por ahora no estan en la palestra.

Convivencia con Dios:En la enfermedad tenemos la oportunidad de fortalecer o iniciar la convivencia con Dios.Lo ideal sería que nuestra vida transcurriera entre el aspecto epiritual y lo matrial en armónica concurrencia .Para los creyentes es un binomio perfecto. Sin embargo , esto no siempre es así. La fe y la certeza de que Dios está a nuestro lado desde el momento de la concepción ,nos permite aceptar sin cuestionamientos irreverentes,todos los procesos de nuetra existencia.

Confirmación de sentimientos:Es en este proceso de interrupción de la salud , en la que podemos confirmar el amor y la amistad de los demás hacia nosotros. Ya lo dice un refrán "en la cárcel y en la enfermedad ,conocerás quien te quiere y estima".

Son muchas los elementos positivos que podemos encontrar en la enfermedad,les dejaré la tarea de agregar algunas más. Recuerden que en todo evento bueno o malo encontraremos aprendizaje y que lo importante es encontrar lo positivo en cualquier situación adversa.

POSDATA:No hay nada imposible para Dios y no hay nada por duro que sea , que el amor no suavice.

Publicado bajo licencia [Creative Commons BY-NC-ND](#)

Enlace original del relato: [ir al relato](#)

Otros relatos del mismo autor: [Ámbar](#)

Más relatos de la categoría: [Varios / otros](#)

Muchos más relatos en: [cortorelatos.com](#)