

## El mundo de las pérdidas

¿Como responder a las situaciones que estas viviendo?

¿Como transformar lo que te sucede en un campo de posibilidades y de crecimiento?

Mas allá de las dificultades... ¿Como decirle SI A LA VIDA?

En situación AHORA:

¿Qué sentirías si te diagnosticaran una enfermedad Terminal?

¿Que significaría para ti, perder al ser que más amas?

¿Como afrontarías la perdida de una parte de tu cuerpo?

¿Como acompañarías si descubres que tu hijo tiene una adicción?

¿Estás listo para asistir la vejez de tus padres y la propia?

Situaciones, momentos, lo que no voy a poder evitar, y frente a lo cual, debo hacer conciencia.

La Conciencia del LÍMITE.

“El limite, nos permite ubicarnos frente a nuestra propia existencia desnuda”.

Los seres humanos estamos expuestos a las pérdidas. Según la dimensión de la pérdida, o lo que para la persona significaba lo que perdió, va a ser el nivel de impacto o sufrimiento que va a transitar.

Lo que no vamos a poder evitar, es estar frente a lo adverso, a lo que no se puede evadir que es la situación límite.

Una situación limite es toda situación que no se puede alterar, y /o modificar.

La muerte, la enfermedad, los accidentes fatales, las pérdidas de miembros del cuerpo, toda aquella realidad, que me indique que no se puede hacer nada, que solo queda ACEPTAR lo que se está viviendo como inevitable, inalterable.

La realidad, es la que ES.

No es la que nos gustaría, no es la que esperábamos, quizás la realidad no es la que soñamos o la que intentamos formar, la realidad es la que es.

La situación limite, nos coloca frente a nosotros mismos, frente a los recursos internos o capacidades que tenemos para afrontar lo adverso: fortaleza, seguridad, auto-control, fé, conciencia del limite, estos son algunas de las actitudes que debemos aprender a desarrollar y explorar, antes de que lo hostil llegue.

Frente a los aspectos trágicos existe siempre la posibilidad de sacar de ellos el mejor partido posible. Se trata de vivir un optimismo trágico.

Como vamos a responder frente al limite , quizás sea el mayor interrogante, se tiene que tener muy presente que lo que no se puede hacer frente a la situación limite , es evadir, escapar, congelar, endurecer o simplemente resignarse sin hacer nada.

ACEPTACION.

Esa posición lleva a la persona a encontrarle un sentido.

Si logramos liberarnos de los apegos y aprendemos a amar verdaderamente, comprenderemos que “perder” o separarse de algo o alguien, es parte de la vida, que no podemos evitar que las personas que amamos, se vayan, o se mueran, que no vamos a poder evitar un diagnostico cuando no hemos cuidado nuestra salud, que no vamos a poder evitar quizás que la vida, puede cambiar en un minuto, si la fatalidad o adversidad llega a la vida.

“No busques que los acontecimientos sucedan como tú quieres, sino desea que, sucedan como sucedan, tú salgas bien parado”.

**Participa en el DIPLOMADO EN SITUACIONES LIMITES.**

**Informes al 252\_9639 Dau Escuela de Vida.**