



10 de abril de 2020

PSICOHISTORIA

Me gustaría compartir un relato, que me gusta desde el primer día que lo leí:

Había una vez una hija de un viejo hortelano que se quejaba constantemente sobre su vida y sobre lo difícil que le resultaba salir adelante. Estaba cansada de luchar y no tenía ganas de nada; cuando un problema se solucionaba otro nuevo aparecía y eso le hacía resignarse y darse por vencida fácilmente.

El hortelano le pidió a su hija que se acercara a la cocina de su cabaña y que tomara asiento. Después, llenó tres recipientes con agua y los colocó sobre fuego.

Cuando el agua comenzó a hervir colocó en un recipiente una zanahoria, en otro un huevo y en el último vertió unos granos de café.

Los dejó hervir sin decir palabra mientras su hija esperaba impacientemente sin comprender qué era lo que su padre hacía.

A los veinte minutos el padre apagó el fuego. Sacó las zanahorias y las colocó en un tazón. Sacó los huevos y los colocó en otro plato. Finalmente, coló el café.

Miró a su hija y le dijo: «¿Qué ves?». «Zanahorias, huevos y café», fue su respuesta.

La hizo acercarse y le pidió que tocara las zanahorias. Ella lo hizo y notó que estaban blandas. Luego le pidió que tomara un huevo y lo rompiera.

Le quitó la cáscara y observó el huevo duro. Luego le pidió que probara el café. Ella sonrió mientras disfrutaba de su dulce aroma. Humildemente la hija preguntó: «¿Qué significa esto, papá?»

Él le explicó que los tres elementos habían enfrentado la misma adversidad: agua hirviendo. Pero habían reaccionado en forma muy diferente.

La zanahoria llegó al agua fuerte, dura; pero después de pasar por el agua hirviendo se había vuelto débil, fácil de deshacer.



El huevo había llegado al agua frágil, su cáscara fina protegía su interior líquido; pero después de estar en agua hirviendo, su interior se había endurecido. El café sin embargo era único; después de estar en agua hirviendo, había cambiado el agua.

Seguramente durante todo este tiempo de confinamiento, de duro trabajo, de aburrimiento, de grandes miedos y sobre todo de gran incertidumbre... todos pasaremos por ser zanahorias, por ser huevos y quizás lleguemos a ser café.

Las circunstancias en las que nos encontramos son poderosas, pero igual de poderosas somos las personas, igual de poderosos que son los abrazos, las caricias y todos los besos que ahora estamos guardando para luego dar con fuerza, disfrutándolos.

Ahora es momento de actuar, de parar, de no pensar, de reconocer, cada uno tiene el momento que necesita tener para seguir creciendo, como persona, como luchador.... Es momento de sacar lo mejor de cada uno de nosotros para hacer ahora de este mundo algo mejor.

Enseguida volveremos a abrazarnos, a sentirnos y a acariciarnos, con todas las ganas, disfrutaremos de esos momentos como si fuese el último y viviremos cada momento de manera intensa, porque cada día, cada minuto cuenta y no podemos perder ni un segundo en disfrutar de nosotros y de todo lo que nos rodea.

Volveremos más fuertes, más sabios.

Beatriz Álvarez Crespo
Logroño (La Rioja)