

Una Familia Prevenida Vale por Dos

Autora: Zoricelis Davila

¿Que clase de Familia quieres?

Generalmente Cuando le pregunto a las personas ¿Que clase de familia quieren? Todos me contestan con mucho entusiasmo: “una familia bonita y muy feliz, unos hijos muy buenos y obedientes... y un esposo maravilloso” Luego les permito que sigan elaborando acerca de ese sueño de familia que describen y cuando están en su punto máximo les pregunto ¿tienes lo que quieres? ¿Tienes esa familia que describes con tanta ilusión? Las respuestas por supuesto cambian inmediatamente, sus rostros reflejan tristeza, preocupación e inclusive desilusión ya que aunque queremos una familia feliz, no siempre es lo que tenemos.



Todos queremos tener una familia feliz. Sin embargo es necesario preguntar, que significa una “familia feliz” y como se ve. Todos los miembros de la familia son diferentes, por lo tanto, todos se van a comportar de forma diferente y la definición de una familia feliz va a variar de acuerdo a cada miembro de la familia. No hay una formula mágica, científica ó especifica sobre que constituye una familia feliz. Sin embargo, tú y tu familia si pueden determinar lo que los va a hacer felices.

La gente me dice que tener una familia feliz es “que todos hagan lo que yo quiero y lo que yo pido cuando yo lo pido.” Te sorprendería saber que todas las personas que vienen a consejería se quejan de que los demás no hacen las cosas cuando uno las pide como uno las pide y a la velocidad que uno las pide. Se convierte en un asunto de control y poder en donde todos los miembros de la familia quieren que se haga lo que ellos quieren. Por ejemplo algunos me dicen “que cuando yo pido que boten la basura, que lo hagan al momento y sin que yo tenga que pedirlo

o preguntar.” Realmente en vez de tu estar hablando de la familia estas hablando de ti, de lo que tu pides y quieres y tu deseas, de lo que tu exiges y controlas. Aquí ya la cosa no se ve tan bonita. Es por eso que la conversación tiene un giro de un asunto familiar a un asunto personal.

¿Qué clase de persona Eres?

Para tener una familia feliz tienes que preguntarte que clase de persona eres ya que, tú eres miembro de la familia y parte integral e importante. Todas las personas que escucho en consejería, conferencias, retiros, etc. Siempre me dicen lo mismo, para obtener la familia que yo quiero, mis hijos tienen que cambiar, o mi esposo tiene que cambiar, o el otro tiene que cambiar. Sin embargo muy pocas veces escucho “yo tengo que cambiar ó poner de mi parte” lo que escucho es “yo se que *tal vez* yo también tengo la culpa pero....” y me rellenan ese “*pero*” con una excusa que justifica la falta de acción y responsabilidad en la familia.

Tu personalidad y carácter contribuyen a la salud o enfermedad de tu familia, pero no solamente tú, sino todos en la familia. Todos son responsables dentro de la familia. Si todos dicen, “el otro es responsable por...ó el otro tiene que cambiar” entonces nadie se hace responsable y habrá caos y ruina total. Cuando miras la sociedad familiar a tu alrededor es exactamente lo que ocurre. Pero, si todos dicen “yo soy y me hago responsable por...” entonces todos contribuyen a la salud y estabilidad familiar y se disminuye el riesgo del desastre familiar cuando llegue la crisis o la tormenta. Quiero provocar que tus pensamientos comiencen a alinearse con tu meta. Tu meta es protegerte tu y tu familia de las tormentas de la vida que se avecinan en ciertas temporadas, unas tormentas que tienes la capacidad de controlar o manejar y otras que van a estar totalmente fuera de tu control. En ocasiones tu personalidad esta influenciada por situaciones personales que necesitas resolver y evitas confrontar esa verdad. Es hora de cambiar el curso de tu familia y ese cambio, comienza contigo.

Tu respuesta ante la crisis va a depender de tu personalidad y tu disponibilidad para tomar acción y prepararte para proteger tu casa o prepararte para destruir tu casa. Si, lamentablemente aunque suena crudo es posible prepararte para destruir tu casa,

con la inacción. La inacción es una acción pasiva, activamente eliges No Hacer, o activamente eliges tomar acción. Cuando activamente eliges No tomar acción ante lo que es necesario, el resultado es destrucción, ruina y desastre.

Prepárate

Necesitas evaluar como está tu vida familiar y ver en qué áreas estás teniendo problemas para tratarlos y resolverlos, pero necesitas la ayuda de todos en la familia. El prepararse incluye reconocer las áreas débiles de la familia para buscar la forma de fortalecerlas y prevenir la crisis. Nunca va a ser posible que puedas eliminar todas las crisis, pero si es posible minimizarlas. Es por eso que el prepararse incluye prevenir.

Prevención

Muchas personas me dicen que no es tan fácil tener una familia feliz y funcional. Es cierto para muchas personas no es fácil porque tienen muchas limitaciones. Limitaciones que ellos se auto-imponen y otras limitaciones que hay que sobre pasar con la intención de superar. Mi abuela tenía un frase muy común de conocimiento popular para muchos países "más vale prevenir que tener que lamentar" este concepto es descrito en un poema por el autor Joseph Malins "es mejor poner una cerca fuerte al borde del precipicio que una ambulancia abajo en el valle." Hay personas que prefieren tener la ambulancia lista antes que invertir tiempo y dinero en preparar la cerca que los protege arriba en el precipicio. La familia tiene el mismo concepto.

Mi pregunta para ti es simple: ¿Qué clase de familia quieres; una que permanezca ó una que viva en ruinas? Dependiendo tu respuesta es la tarea a realizarse. ¿Quieres prepararte y proteger tu familia arriba en el borde del precipicio ó no hacer nada y tener la ambulancia lista para cuando surja el problema y te caigas?

Acción

Necesitas actuar ahora, si las personas a tu alrededor no quieren hacer nada para contribuir y tener una familia mejor entonces

hazlo tu. No te des por vencida y no pierdas la esperanza. He escrito un libro que te ayudará en esta tarea. Su título es igual al de este artículo, *Una Familia Prevenida Vale Por Dos*, te ayudará a tener más y mejores herramientas para tener una familia mejor y evitar tantos problemas.

¡Transforma la herencia de tu familia!

Es posible lograr tener la familia que quieres. Como hablamos anteriormente, vas a tener que tomar acción y cambiar los comportamientos, palabras y actitudes. Aquí te menciono de formas básica algunos de los cambios que necesitarás implementar.

Escoge lo siguiente:



Herencia Familiar

- Comunicarte antes que callar
- Cambiar los gritos por hablar con paciencia y tolerancia
- Pasar tiempo con tus seres queridos antes que sumergirte en tu trabajo
- Cambiar la queja por palabras de afirmación, amor y agradecimiento
- Abraza tus seres queridos diariamente
- Sonreír en vez de estar enojado a cada momento sin razón
- Deja de mirar el pasado para culpar todo lo que te rodea y escoge vivir el presente para crear un futuro mejor

Haciendo esto transformarás la herencia de tu familia en una de bendición y tendrás esa familia feliz que tanto anhelas.