



CECSI

CAPSULAS

CENTRO ESTUDIANTIL DE CONSEJERÍA Y PSICOLOGÍA

Núm. 94
12-16-2013

TRABAJANDO
POR
TU
BIENESTAR

La Vida Es un Círculo

Somos todos parte de este universo y de una manera u otra nuestras acciones influyen en los demás, así como las de otros pueden verse reflejadas en nosotros, ofreciéndonos resultados positivos o negativos. Tus actos generan una fuerza de energía que puede regresar a ti en igual cantidad. Muchas veces olvidamos que durante esta experiencia de vivir somos, en momentos los actores y en otros los espectadores.

Cada vez que completamos una experiencia de vida, se dice que cerramos un círculo y en ese círculo, cómo actuamos hacia los demás se transforma en resultados para nosotros. Lo que sembramos se convierte en lo que recogemos y recibimos cuando menos lo esperamos.

Nuestras relaciones interpersonales se establecen en gran medida de acuerdo a la manera en cómo trabajamos esas relaciones, cómo son nuestras acciones, que damos de nosotros mismos. Ya sea en el trabajo, en nuestros grupos de compañeros de estudio, con nuestras familias, con personas cercanas y todos aquellos con quienes, a través de nuestra vida, tenemos algún tipo de interacción. Nuestro trato a los demás, nuestro estilo, nuestros actos hacia otros si influyen en cómo los demás nos tratan y que recibimos de ellos más adelante.

El respeto a uno mismo y a otros, la cortesía, la sensibilidad y el manejo apropiado de las posibles diferencias delinearán lo que recibiremos más adelante. Nuestras acciones tienen consecuencias!

La vida es un círculo y en ese círculo nunca podemos estar seguros cuándo tendremos la oportunidad de volver a conectar con esas personas que en un momento de nuestras vidas fueron parte de ella. O cuando aquellos que al momento son parte de una experiencia de vida, volverán a entrar en otro círculo en un futuro. Lo que sí podremos tener más seguro es que, no importa de qué manera se da esa nueva experiencia de vida, daremos y recibiremos en la misma medida. Acción y resultado!!

Durante esta Época de Navidad te invito a meditar sobre tus círculos de vida, sobre tu trato a los demás, sobre tus acciones y la forma en cómo proyectas lo que deseas ofrecer y que te devuelvan a ti como persona. El valor y respeto a nuestros semejantes, la consideración y en especial la cortesía, serán parte de ese círculo de vida que todos experimentamos a lo largo de nuestro quehacer como profesionales y como seres sociales.

Lo que siembras a lo largo de tu vida es lo que cosechas y lo que recoges. Por eso, antes de actuar, haz un alto y piensa, como tus actos influirán en ti y en tus relaciones con los demás, ahora y en el futuro.

El equipo de trabajo del Centro Estudiantil de Consejería y Psicología Desea a toda la Comunidad Estudiantil y Universitaria una Navidad llena de Paz y de Muchas Metas Positivas para este Nuevo Año 2014.

Dra. María M. Hernández Maldonado
Sicóloga Clínica

Centro Estudiantil de Consejería y Psicología – CECSI
Directora Oficina de Calidad de Vida

