



¡Familia! Hoy quiero proponer el desafío del semáforo, ¿En que? consiste esto? En que puedas analizar tu vida según los colores y señales que este nos presenta.

Es importante que este tiempo especial que estamos pasando lo puedas utilizar para revisar cómo va la vida. Sobre todo, con aquellas cosas que tienes pendiente, quieres trabajar o quieres alcanzar.

Para que este sea un trabajo práctico te invito a que tomes una hoja y un lápiz; dividas la hoja en tres partes iguales y en cada parte coloques un color del semáforo; rojo, verde y amarillo. Luego, a medida que vayas leyendo colocas la pregunta respectiva y empiezas a realizar el taller. ¡Vamos!

¿Qué te detiene?

Sabemos que la luz roja del semáforo, es para que un vehículo se detenga; lo primero sería analizar qué es lo que te está deteniendo en la vida. Hay muchas cosas que nos paralizan al momento de querer alcanzar lo que anhelamos. Toma un lápiz y un papel y anota lo que te está frenando. Puede ser el miedo, la tristeza, el que? dirán, compararte con otros, la queja constante o incluso el que tu? mismo te estás boicoteando con pensamientos pesimistas. Detente en medio de la rutina y analiza que cosas pueden ser esa luz roja que no está permitiendo avanzar hacia el lugar que anhelas.

¿Con qué debes tener precaución?

Acá es importante que puedas anotar con que cosas o situaciones debes estar alerta. Cuando se enciende la luz amarilla es porque viene la luz roja o la luz verde. Debes estar atento a que? cosas te están sirviendo para avanzar y debes seguir manteniendo. Pero también debes tener precaución con aquellas que están permitiendo que se encienda la luz roja. Estas debes subrayarlas para empezar a evitarlas y no caer en una detención profunda que no deje seguir tu recorrido. ¡Ponte alerta!

¿Qué te permite avanzar?

Así? como hay cosas que te detienen y cosas en las cuales debes poner mayor precaución, hay cosas increíbles que te hacen sentir pleno y te permiten avanzar hacia ese estado que anhelas llegar. Todas estas cosas debes anotarlas e identificarlas. Aquí? pueden estar aquellos estímulos que activan tu mente y te animan a seguir adelante. Aquello que te causa felicidad, paz, tranquilidad; quizás el compartir con aquellos que sueñan como tu?, enciende luz verde para llegar a eso que quieres obtener. Pero también piensa en aquellas cosas que te gustaría agregar y que ayudan a que la luz verde se mantenga encendida; el apoyo de tus seres queridos, la relación con tus amigos, lectura constante, etc. La idea es sumar para que la luz verde se mantenga con fuerza.

¡Aplica el semáforo! Revisa la vida y comenta como vas. A veces en nuestra existencia pasamos procesos en los que nos quedamos detenidos en una luz. Que este tiempo sea para revisar y por sobre todo para avanzar.